

为什么做超声检查时要空腹、憋尿

□程华

超声检查是一种无创、无痛、无辐射的医学影像检查技术。它通过高频声波产生清晰度高的图像，可以帮助医生了解人体内部器官的状况。超声检查在许多医学领域都有应用，包括但不限于心血管、泌尿系统、消化系统、妇产科等。

一、为什么做超声检查时要空腹

1. 消化系统的影响：人体的消化系统，如胃、肠等，会对超声波产生强烈的反射，导致图像模糊不清。如果进食后进行检查，食物在胃肠内的蠕动和摆动会干扰超声波的传播，使得图像无法准确反映胃肠内部的情况。因此，为了获得清

晰的超声图像，需要在检查前至少禁食两小时。

2. 呼吸运动的影响：呼吸运动也会对超声波产生影响。在检查过程中，如果被检者处于进食状态，呼吸运动可能会带动食物或胃部内容物移动，从而影响超声图像的清晰度。此外，进食后唾液腺的分泌也会影响超声波的传播。

二、为什么做超声检查时要憋尿

1. 膀胱充盈的影响：膀胱是储存尿液的器官，当膀胱充盈时，可以更好地反射超声波，从而提高超声图像的质量。在

进行泌尿系统超声检查时，憋尿可以使膀胱充盈，进而更好地显示泌尿系统的结构及其病变。

2. 直肠检查的影响：在进行直肠超声检查时，憋尿可以使膀胱充盈，帮助医生更好地观察直肠内部的情况。这是因为直肠内环境较为干燥，不利于超声波的传播。通过憋尿，可以使膀胱充盈产生更多液体，从而改善直肠内部环境的状况，提高超声图像的质量。

三、注意事项

尽管空腹和憋尿是进行超声检查的

必要条件，但并不是所有的超声检查都需要这样做。具体的注意事项应根据不同的检查项目和医生的建议来确定。此外，在进行超声检查前，被检者应保持情绪稳定，避免过度紧张或焦虑，以免影响检查结果。

总之，在进行超声检查时，为了获得清晰的图像，我们需要遵循一定的饮食和饮水规则。这是因为进食和饮水会对超声波的传播产生影响，进而影响检查结果。但请放心，这些影响都是暂时的，医生会根据具体情况给出相应的建议。

(作者单位：河南省信阳市中医院)

自然分娩与剖腹产的护理注意事项

□常俊梅

自然分娩和剖腹产是两种不同的分娩方式，它们对产妇的身体和护理方式都有不同的影响。了解自然分娩和剖腹产的护理注意事项，有助于产妇更好地恢复身体健康，减少并发症的发生，提高生活质量。

一、自然分娩的护理注意事项

1. 产后休息

自然分娩后，产妇需要充分休息，以恢复体力。应避免过早地进行重体力劳动，以免影响伤口愈合。

2. 饮食调理

自然分娩后，产妇的饮食应以清淡、易消化为主，多吃高蛋白、高维生素的食物，如瘦肉、鱼、蛋、新鲜蔬菜等。

3. 保持清洁

自然分娩后，产妇应保持外阴清洁，

以预防感染。每天可用温水清洗外阴，并更换干净的内裤。

4. 预防感染

自然分娩后，产妇应注意观察体温、恶露等变化，如出现异常情况应及时就医。如需使用抗生素预防感染，应在医生指导下使用。

5. 伤口护理

若自然分娩后有伤口，应保持伤口清洁、干燥，以免感染。如出现红肿、疼痛等症状，应及时就医。

二、剖腹产的护理注意事项

1. 术后护理

手术后，产妇需要被转移到普通病房进行观察。在此期间，家属应密切关注产妇的生命体征、手术切口、排尿情况。

2. 疼痛管理

剖腹产手术后，产妇会感到伤口疼痛。医生通常会给予一些止痛药来缓解疼痛。家属应密切关注产妇的疼痛情况，如果疼痛难以忍受，应及时向医生报告。

3. 饮食护理

手术后，产妇需要逐渐恢复饮食。首先可以饮用一些温水或葡萄糖水，以缓解饥饿感和口渴感。在肠道蠕动恢复后，可以逐渐过渡到流质食物、半流质食物和正常饮食。在饮食方面，应避免食用刺激性食物和饮料，以免影响切口的愈合。

4. 预防感染

剖腹产手术后，产妇需要保持手术切口的清洁和干燥，以预防感染。在最初的几天里，可以用温水擦拭手术切口

周围的皮肤，并更换干净的敷料。如果发现切口出现红肿、疼痛、渗液等情况，应及时向医生报告。

5. 心理护理

剖腹产手术后，产妇会感到焦虑、紧张、抑郁等不良情绪。家属应给予足够的支持和关爱，帮助产妇缓解不良情绪，建立信心和勇气面对术后的恢复期。

三、结尾

通过了解自然分娩和剖腹产的护理注意事项，产妇可以更好地了解自己的身体状况，采取正确的护理方式，促进身体的恢复。同时，产妇也应该定期进行随访，以便及时发现并处理出现的问题。

(作者单位：河北省文安县医院)

探讨儿童抗菌药物的安全性

□李贝

随着儿童健康问题日益增多，抗菌药物的使用变得越来越普遍。然而，在使用抗菌药物时，我们也需要认识到它的不良反应以及注意事项，以确保儿童的健康和安全。

一、抗菌药物的不良反应

1. 过敏反应：抗菌药物有时会引起过敏反应，包括皮疹、荨麻疹、呼吸困难、喘息等。如果儿童对某种抗菌药物有过敏史，使用时需要特别注意。

2. 肠道菌群失调：某些抗菌药物会破坏肠道菌群，导致腹泻、消化不良等不良反应。在使用抗菌药物时，应考虑儿童

的肠道健康，必要时联合使用益生菌。

3. 肝肾损伤：抗菌药物需要经过肝脏和肾脏代谢，如果使用不当，可能会对肝肾造成损伤。因此，在使用抗菌药物时，应遵循医生的建议，避免过量或长期使用。

4. 二重感染：长期使用抗菌药物可能导致体内正常菌群失调，引发新的感染。因此，在使用抗菌药物时，应密切关注儿童的病情，及时调整治疗方案。

二、注意事项

1. 合理使用：抗菌药物并非万能药，只有在必要时才应使用。家长应遵医嘱，

不要自行购买和使用抗菌药物。

2. 避免滥用：过度或不适当的使用抗菌药物可能导致耐药性的产生，对未来的公共健康造成威胁。因此，应避免将抗菌药物作为家庭常备药物。

3. 告知医生病史：如果儿童有过敏史、基础疾病或正在使用的其他药物，应告知医生。这有助于医生选择合适的抗菌药物，减少不良反应的发生。

4. 注意用药剂量：抗菌药物的用量应根据儿童的年龄、体重和病情进行个体化调整。家长应按照医生的建议，准确给孩子用药。

5. 观察病情：在使用抗菌药物期间，家长应密切关注儿童的病情变化，如有异常情况，应及时就医。

6. 合理饮食：在治疗期间，应保持儿童饮食清淡易消化，避免刺激性食物和过敏原。

总的来说，抗菌药物在儿童疾病治疗中发挥着重要作用，但同时也存在一些不良反应和注意事项。家长在给儿童使用抗菌药物时，应充分了解相关知识，合理使用，确保儿童的健康和安全。

(作者单位：河北省隆尧县医院)

血液透析患者的日常护理

□朱伶

对于终末期肾脏病患者而言，血液透析作为临床主要治疗方式之一，能够模拟机体肾脏的排泄功能，及时排出体内毒素与水分，从而减缓身体症状，提升患者的生活质量。那么对于血液透析治疗的患者，在日常中需要注意哪些注意事项，将为大家进行以下科普希望有所帮助。

一、日常皮肤护理需要注意哪方面

1. 平时洗澡不可以在皮肤直接涂抹肥皂，洗完澡之后可以擦拭乳液；

2. 注意平日及时修剪指甲，避免抓破皮肤预防发生感染；

3. 如果局部瘙痒可以通过采用冰敷或是涂抹清凉油的方法；

4. 假若皮肤瘙痒难耐，可以邀请医师服药；

5. 如果瘙痒程度十分严重，则要注意维持机体血液钙磷与甲状腺激素水平的正常。

二、负性情绪及时缓解

1. 可以尝试表达自我，向外界倾诉内心想法，从而改变自身意志力消沉与沮丧的心情状态，缓解心理压力；

2. 可以增加和复建效果良好的个案患者之间的交流，吸取经验增加自己的自信心；

3. 肾衰竭患者一般会有不同程度的性功能障碍，要尽早向医护人员提出并商议针对性治疗方案；

4. 在身体允许的情况下，尽可能多的外出走走，多吸收一些信息，学会拓宽自己的生活圈。

三、血液透析的日常运动需要遵循以下准则

1. 任何血液透析的患者都要经临床专业医师评估，与患者的个体爱好结合选择适合的运动方式；

2. 注意参与任何运动都要做到量力而行，结合身体状况进行；

3. 运动时需要注意身体的血糖水平变化，注意运动前期摄入适量食物，随身携带糖果预防低血糖；

4. 使用促红细胞生成素，身体血红蛋白指标会有所增加，可以提升运动耐力，但是也要注意血清钾离子指标也会随之升高，尿素清除率下降，所以第一时间与医师沟通。

四、日常生活的护理

1. 疾病本身方面，主要是规律血液透析、控制血压、血糖、纠正贫血、调节钙磷的代谢，同时定期的监测血常规、钙磷、PTH 这些指标，根据指标调整药物的剂量。

2. 首次穿刺后护士会帮助透析患者压迫止血，止血带压迫 10-15 分钟后才可松开，观察五分钟确定无出血后才可离开。透析结束当日，穿刺部位避免接触到水。如果透析穿刺处发生血肿，可压迫止血并用冰袋冷敷，24 小时后可热敷并涂

喜辽妥消肿。内瘘侧肢体注意保暖，注意维持足够的血容量，在脱水量大、腹泻、低血压、高热时注意内瘘是否通畅。

3. 生活方面要控制饮水，在适当的时候才需要，不要喝太多，还要低盐饮食，减少并发症，如高血压和水肿。

4. 饮食方面需要控制磷摄入，避免高磷食物，如坚果、花生、巧克力、罐头食品、火腿肠等，适当补充蛋白质，如鸡肉、鱼肉等。控制高钾食物的摄入，如葡萄柚、香蕉等以避免血液透析患者因高血钾而死亡。

5. 注意身体保暖，如果机体受凉会导致血管收缩，血压明显升高，所以冬季如果外出需要佩戴口罩，夏天不可长时间吹电风扇或浸泡在冷水中。

6. 居家生活但凡出现任何不适或紧急情况，需要即刻前往急诊、门诊或血液净化中心、病房等第一时间就诊，对症处理。

(作者单位：河北省香河县人民医院)