

CT的一些知识点

□王海刚

CT是一种常见的医学影像检查技术,它通过计算机断层扫描技术对人体的各个部位进行逐层扫描,从而获得人体内部各个组织、器官的影像学图像,为医生提供更加详细、准确的诊断依据。

一、CT的原理

CT技术基于X射线断层成像原理,通过连续旋转探测器阵列,围绕人体的某一部位进行连续旋转扫描,同时探测器接收数据并传输到计算机系统进行处理、显示。这种技术能够清晰地显示人体内部的各个组织、器官的形态和病变,为医生提供更加准确的诊断依据。

二、CT的优点

与传统的X光片相比,CT具有更高的分辨率和更清晰的图像质量,能够更准确地诊断多种疾病。此外,CT还可以进行三维重建,

能够更全面地了解病变的位置、范围与周围组织的关系,为手术和介入治疗提供更加准确的指导。

三、CT的应用范围

CT在医学上应用广泛,可用于诊断各种疾病,如脑部疾病、肺部疾病、腹部疾病、骨骼疾病等。此外,CT还可以用于肿瘤的分期、分级和预后评估,为医生制定治疗方案提供更加准确的依据。

四、CT的注意事项

在进行CT检查前,需要了解一些注意事项,以确保检查结果的准确性。首先,需要了解检查的部位和扫描前的准备工作,如禁食、禁水等。其次,在进行CT检查时,需要保持静止不动,避免移动身体或头部等部位,以免影响图像质量。此外,孕妇在进行CT检查前需要告知医生,以免对胎儿造成影响。最后,在进行

CT检查后,需要等待一段时间才能拿到检查结果,以便医生进行诊断和治疗。

五、CT的安全性

CT检查虽然具有较高的辐射剂量,但是在医学上的应用是安全可控的。目前的CT设备已经非常先进,辐射剂量已经大幅度降低,而且医生在扫描时会根据患者的具体情况调整辐射剂量。此外,CT检查的时间较短,辐射剂量相对较低,对人体的影响也相对较小。

总之,CT是一种非常重要的医学影像检查技术,具有较高的分辨率和清晰的图像质量,能够为医生提供更加准确的诊断依据。在进行CT检查前需要了解注意事项,以确保检查结果的准确性。同时,CT在医学上的应用是安全可控的。

(作者单位:河北省磁县中医院)

韧带拉伤症状、原因与护理方法

□王凤雅

韧带拉伤是一种常见的运动损伤,主要发生在运动过程中或者不慎摔倒时。韧带是连接骨骼的弹性组织,起到支撑和稳定关节的作用,如果韧带受到过度拉伸会发生拉伤。

1. 韧带拉伤症状

(1)疼痛:韧带拉伤后,患者通常会感到剧烈的疼痛,疼痛的程度取决于韧带受损的程度。疼痛通常位于受伤部位附近,有时会向周围传导出去。(2)肿胀:拉伤后,受伤部位通常会出现肿胀。这是因为韧带受损后,身体会产生炎症反应,引起局部组织水肿。(3)关节不稳定感:韧带是连接骨头的重要组织,当韧带受损后,关节的稳定性会受到影响。患者可能感到关节松弛、不稳定,并且容易发生关节脱

位。(4)动作受限:韧带拉伤后,患者可能会感到运动范围受限。这是因为韧带的拉伤使得相关肌肉和关节无法正常工作,导致运动时的不适和限制。(5)瘀血和淤血:在严重的韧带拉伤情况下,患者可能会出现瘀血和淤血的状况。这是因为韧带受损后,血管可能会受到损伤,导致出血和血液积聚在受伤部位。

2. 韧带拉伤原因

(1)运动过度:过度的运动或者突然改变运动强度容易导致韧带拉伤;(2)不正确的姿势:不正确的姿势或者错误的动作也会增加韧带受伤的风险;(3)韧带松弛:韧带过于松弛会影响关节的稳定性,容易发生拉伤;(4)事故伤害:例如跌倒、摔跤或者碰撞等意外伤害也可能导致韧带拉伤。

3. 护理方法

当发生韧带拉伤时,要及时停止运动并给予适当的休息,再使用冷敷用来缓解肿胀和疼痛症状,可以使用冰袋敷在受伤部位15-20分钟。接着,要用绷带固定受伤部位,保持关节稳定,提高患处的高度有助于减轻肿胀。在休息期间,可以进行适量的活动保持关节的灵活性,但要避免剧烈运动。如果疼痛和肿胀没有明显缓解,建议及时就医。预防韧带拉伤的关键在于正确的运动姿势和逐渐增加运动强度,在运动前进行热身活动,包括拉伸和放松肌肉,可以增加关节的灵活性。此外,佩戴适当的运动装备,如护膝、护踝等,也可以提供额外的保护。

(作者单位:河北省邢台市任泽区人民医院)

水分摄入与结石预防

□王桂荣

结石是一种常见的泌尿系统疾病,通常由尿液中的某些物质结晶而成,如钙、尿酸、草酸等,其会在肾脏、膀胱或尿道中形成固体结构。虽然结石可以在任何年龄段发生,但成年人更容易患上这种疾病。幸运的是,适当的水分摄入和日常生活习惯的调整可以帮助预防结石的形成。

一、什么是结石

结石是一种固体物质的形成,通常在人体内部或自然环境中出现,其由某些化学物质在液体中逐渐积累而形成,通常以坚硬的晶体结构存在。在人体内部,结石通常形成在器官或管道中,如肾脏、胆囊、尿道或唾液腺等处。不同类型的结石可以由不同的化学物质组成,如钙、尿酸、草酸盐、胆固醇等,这些化学物质可

以从食物中摄入,也可能是身体内部代谢产生的副产品。

结石形成通常与多种因素有关,包括遗传因素、饮食习惯、体内化学物质浓度、水分摄入量等。当体内的某种物质溶解度超过液体中的饱和度时,会开始结晶,随着时间的推移,这些结晶逐渐增加,最终形成固体结石。结石的大小、形状和硬度各不相同,有些可能非常小,几乎无法察觉,而另一些则可能足够大以至于引起严重的疼痛和并发症。如果是尿道结石可能会导致尿路阻塞,胆囊结石可能引发胆囊炎,肾结石可能导致肾绞痛等。因此,及时识别和治疗结石是非常重要的。对于人体内部的结石,医生通常会根据结石的类型、大小、位置来制定相应的治疗方案,小的结石可以通过增

加水摄入量、改变饮食习惯、药物治疗来促进排出;较大结石可能需要进行手术治疗。

二、如何通过水分摄入预防结石

1. 了解自己的水分需求:每个人的饮水需求不同,受到年龄、性别、体重、活动水平和气候等因素的影响。一般来说,成年人每天需要饮用约8杯(约2升)水。如果你进行剧烈运动、居住在干燥环境中或者正在接受药物治疗,你可能需要更多的水分。

2. 建立饮水习惯:将喝水纳入日常生活的习惯中,在醒来后、吃饭前、运动期间和睡前都应该喝一杯水。通过建立规律的饮水习惯,你可以更容易达到每天所需的水分摄入量。

3. 持续补充水分:不要等到口渴才

喝水,因为这可能意味着你已经有轻度脱水。相反,要时刻保持身体充足的水分,要随身携带一个水瓶,并定期喝水。如果你在办公室工作,可以设置提醒来提醒自己喝水。

4. 多喝水,少饮其他饮料:尽量选择纯净水作为主要的饮品。避免过量饮用含咖啡因和糖分的饮料,如咖啡、茶、碳酸饮料和果汁。这些饮料中的某些成分可能增加结石形成的风险。

5. 食物中的水分摄入:除了直接喝水外,还可以通过食物摄入水分,水果和蔬菜是良好的水分来源。例如:西瓜、黄瓜、苹果和橙子都富含水分,在饮食中适量增加这些水分丰富的食物,可以帮助你达到每天所需的水分摄入量。

(作者单位:河北省香河县人民医院)

患者从麻醉中恢复的过程和注意事项

□王洁

麻醉后恢复的过程是对病人而言至关重要的环节,不仅影响患者的术后恢复,更是确保手术安全的关键。在此过程中,我们首先要理解这个复杂且动态的过程,它涉及身体的许多复杂反应。本文将为您介绍这一过程以及一些关键的注意事项。

一、麻醉后恢复的过程

1. 麻醉消退:麻醉药物在体内逐渐消退,患者开始感到疼痛和知觉。这个过程通常需要一段时间,具体时间取决于手术的复杂性、使用的麻醉药物以及患者的身体状况。

2. 血压和心率变化:麻醉消退的同

时,患者的血压和心率可能会发生波动。这是因为麻醉药物可能影响心血管系统的正常功能。

3. 呼吸和循环系统恢复:随着麻醉消退,患者的呼吸和循环系统开始恢复正常。医护人员通常会密切监测这些指标,以确保安全。

4. 意识恢复:随着麻醉药物逐渐从体内清除,患者可能会经历一些意识波动,这通常在麻醉药物完全消退后结束。

5. 并发症观察期:在恢复过程中,患者可能会遇到一些并发症,如术后出血、感染等。医护人员会密切观察这些情况,并及时处理。

二、注意事项

1. 生命体征监测:患者应遵从医生指示,定期接受生命体征监测,包括血压、心率、呼吸频率等。如有异常,应立即告知医护人员。

2. 遵守医嘱:患者应严格遵守医生的医嘱,包括饮食、活动、用药等方面的建议。如有疑问,应及时向医生咨询。

3. 疼痛管理:麻醉消退后,患者可能会感到疼痛。应遵循医生指导,按时服用止痛药,或使用冷敷、热敷等物理疗法缓解疼痛。

4. 保持休息:恢复期间,患者应充分休息,避免剧烈运动或过度劳累。如有必

要,可寻求医生建议的睡眠辅助措施。

5. 预防感染:术后感染是常见的并发症之一。患者应保持伤口清洁干燥,遵循医生建议的消毒措施,避免与感染源接触。

6. 心理调适:麻醉后恢复期间,患者可能会感到焦虑或恐惧。家属和护理人员应给予关爱和支持,帮助患者保持积极的心态。

总的来说,麻醉后的恢复过程是一个需要关注和配合的过程。患者应了解并遵守医生的指示,定期接受监测,保持良好的生活习惯和心态。这样,才能确保手术的成功和术后的顺利康复。

(作者单位:河北省魏县中医院)

腰椎间盘突出护理方法

□王凤园

腰椎间盘突出是一种常见的骨科疾病,它主要是由于腰椎间盘的退行性改变,导致髓核向后突出,压迫神经根,从而引起腰部及下肢疼痛、麻木等症状。腰椎间盘突出的护理方法有很多,下面就为大家介绍几种常见的护理方法。

一、卧床休息

卧床休息是腰椎间盘突出患者护理的重要措施之一。卧床休息可以减轻腰椎的负担,减少腰部活动,缓解疼痛和不适。在卧床休息时,可以选择硬板床,保持腰部伸直,以减轻腰椎的压力。

二、热敷和按摩

热敷和按摩是腰椎间盘突出患者常用的护理方法。热敷可以促进局部血液循环,缓解疼痛和不适;按摩可以促进肌肉放松,缓解肌肉紧张和痉挛。在进行热敷和按摩时,要注意温度和力度,避免烫伤和按摩过度。

三、适当运动

适当的运动可以增强腰部肌肉的力量,提高腰椎的稳定性,从而减少腰椎间盘突出复发。在进行运动时,可以选择一些轻度的运动,如散步、瑜伽等,避免剧烈的运动和过度劳累。

四、调整姿势

腰椎间盘突出患者要注意调整日常生活中的姿势,以减轻疼痛和不适。在站立时,要保持腰部伸直,避免弯腰和过度前倾;在坐姿时,要保持腰部直立,避免长时间保持一个姿势;在行走时,要注意步态和姿势的平衡。

五、饮食调理

腰椎间盘突出患者的饮食调理也很重要。要保持营养均衡,多食用富含蛋白质、维生素和矿物质的食物,如瘦肉、鱼类、蔬菜、水果等。避免食用过于油腻、辛辣、刺激性的食物,以免加重病情。

六、心理护理

腰椎间盘突出患者除了身体上的不适外,还可能会伴随着心理上的压力和焦虑。因此,心理护理也是腰椎间盘突出患者护理的重要方面。患者要保持良好的心态,积极面对疾病,可以通过听音乐、读书、聊天等方式来缓解压力和焦虑。

总之,腰椎间盘突出患者的护理方法有很多,除了以上提到的几种外,还可以通过药物治疗、针灸理疗等方法来缓解症状。如果症状严重或持续不减,建议及时就医。同时,预防腰椎间盘突出也非常重要,平时要注意保持良好的生活习惯和姿势,加强锻炼,增强身体素质,以减少腰椎间盘突出的发生。

(作者单位:河北省大城县中医院)