

心脏 CT 注意事项

□ 朱雪平

心脏,作为我们身体的“发动机”,其健康状况直接关系到我们的生命质量。随着医疗技术的不断进步,心脏 CT (Computed Tomography)检查已成为一种重要的诊断手段,用于评估心脏结构、冠状动脉情况以及心肌状况。然而,任何医疗检查都有其特定的准备事项和注意事项,心脏 CT 也不例外。今天,我们就来详细聊聊心脏 CT 检查前后的那些“必修课”,帮助您更好地了解并准备这项检查。

一、检查前准备:细致入微,确保安全

(一)心率控制:平稳是关键:心脏 CT 检查对心率有严格要求,因为过快的心率会影响图像的清晰度,进而影响医生的诊断。因此,检查前医生会评估您的心率情况。如果心率过快,可能会要求您口服控制心率的药物,如倍他乐克,将心率控制在 70 次/分以下,最好是 75 次/分以下。这样做可以确保检查过程中心跳稳定,图像质量更高,便于医生发现细微的问题。

(二)禁食禁水:空腹上阵:检查前 4 小时内,患者需要禁食禁水。这是因为食物和水的摄入可能会影响造影剂的代谢和分布,进而影响检查结果的准确性。虽然水可以喝,但也要适量,避免大量饮水导致的胃内液体过多。

(三)停用特定药物:遵医嘱行事:如果您正在服用二甲双胍等可能影响肾功能的药物,检查前需停药 48 小时以上,并在检查后至少 48 小时肾功能恢复正常后再重新服药。这是因为造影剂可能增加肾脏负担,而二甲双胍等药物可能加重这种影响。

(四)造影剂过敏:提前告知:造影剂是心脏 CT 检查中不可或缺的一部分,但它也可能引起过敏反应,包括皮疹、呼吸困难等。如果您对碘或造影剂有过敏史,务必提前告知医生。医生会根据您的具体情况调整检查方案或采取预防措施。

二、检查中配合:听从指挥,保持平静

(一)放松心情:保持情绪稳定:检查过程中,保持轻松愉快的心情是确保检查结果准确性的关键。过度紧张或焦虑不仅会影响心率和呼吸,还可能引发不必要的身体反应,干扰检查流程。为了放松心情,您可以尝试进行深呼吸练习,每次吸气时缓慢而深长,呼气时则缓慢而均匀,帮助身体放松。此外,如果条件允许,您可以提前准备一些轻松的音乐,在检查过程中播放,以转移注意力,缓解紧张情绪。

(二)听从指令:配合检查:在心脏 CT 检查过程中,医生的指令至关重要。他们会根

据检查的需要,要求您进行深呼吸、屏气等动作。这些指令旨在优化图像质量,确保医生能够清晰地看到心脏及其血管的结构。因此,请务必全神贯注,认真听从医生的指令,并准确执行。任何细微的偏差都可能导致图像质量下降,影响诊断结果。

(三)保持不动:确保图像质量:心脏 CT 检查要求极高的图像清晰度,以便医生能够准确判断心脏状况。在检查过程中,任何微小的身体移动都可能成为图像中的“噪音”,导致图像模糊或产生伪影。这不仅会增加医生诊断的难度,还可能误导诊断结果。因此,请务必保持身体静止不动,就像一尊雕像一样。如果因为长时间保持同一姿势而感到不适或需要移动,请立即举手示意医生,他们会根据实际情况调整检查方案或给予适当的帮助。

三、检查后护理:细心观察,促进恢复

(一)多喝水:加速造影剂排泄:检查结束后,建议患者多喝水以加速造影剂的排泄。这有助于减轻造影剂对肾脏的负担并减少其在体内的停留时间。

(二)注意休息:缓解身体不适:中年人和老年人在检查后可能会出现体虚和心慌的症状。这是正常现象,不必过于担心。可以在床上躺 1 到 2 个小时以缓解症状。如果症状持

续或加重,请及时就医。

(三)观察过敏反应:确保安全:虽然大部分患者在检查前已经进行了造影剂过敏试验,但仍有可能在检查后出现过敏反应。因此,在检查后的一段时间内(通常为 0.5 小时-1 小时),请留在 CT 室或观察区以便医生及时观察和处理可能出现的过敏反应。

(四)复查肾功能:针对特定人群:对于患有慢性肾衰竭等慢性疾病的患者,在检查后可能需要复查肾功能以确保安全。这是因为造影剂可能对肾脏造成一定的负担并影响其功能。

四、结语

心脏 CT 检查是一项重要且安全的诊断手段,但也需要患者在检查前后做好充分的准备和注意事项。通过控制心率、禁食禁水、停用特定药物、告知过敏史以及家属陪同等措施可以确保检查的安全性和准确性。在检查过程中保持平静和配合医生的指令也是非常重要的。检查后的护理同样不容忽视包括多喝水、注意休息、观察过敏反应以及针对特定人群进行肾功能复查等。希望本文为您的心脏 CT 检查提供全面的指导和帮助。

(作者单位:广西玉林市第一人民医院)

心血管内科急症识别与初步护理指导手册

□ 欧阳静琳

心血管急症在心血管内科中的发生率较高,具有病因复杂、发病突然的特点,多由于冠脉粥样硬化,引起心肌组织缺血缺氧坏死,多表现为胸闷、心绞痛、心律不齐等症状。近年来随着我国老年人口的逐年增长,心血管急症的发病率呈逐年升高趋势,比较常见的有源性猝死、房颤、高血压危象等,此类急症具有较高的残疾率与死亡率,需要采取积极的救治措施,从而改善患者的预后情况。因此文章主要就心血管内科急症识别与初步护理措施展开探讨。

一、心血管内科急症识别

①心源性猝死:心源性猝死是由于心脏原因所致的突然死亡,该病多由于心脏器质性病变、恶性心律失常引起,例如冠心病、肥厚型心肌病。不良生活方式、剧烈运动、情绪激动都可能引起该病。心源性猝死的常见原因为心跳骤停,发病前通常无任何征兆,因此很难预测该病的发生,少数患者在猝死前出现气短、胸痛等非特异性症状。目前我国心源性猝死发病率位居世界第一,且整体抢救水平低于发达国家,及时进行心肺复苏、就近获取自动体外除颤器是此类患者急救

的关键。②房颤:房颤是心房颤动的简称,是指心房电活动规则从有序变为无序,表现为快速无序的颤动波,容易引起心律失常、心功能受损和心房附壁血栓形成,对患者的生命健康安全造成较大的威胁。房颤多发生于器质性心脏病(冠心病、风湿性心脏病等)、高血压、甲状腺功能亢进等基础疾病患者,情绪激动、外科手术、激烈运动、大量饮酒都可导致该病的发生。房颤可引起心脏泵血功能(推动血液运行功能)不足,血液淤积在心房内形成血栓,血栓脱落引起卒中。因此需要采取积极的救治措施。③高血压危象:高血压危象是指高血压患者在部分诱因影响下,出现血压明显升高,并出现心脑血管等靶器官损伤的异常情况。常见的有脑梗死、左心衰竭、急性冠脉综合征、主动脉夹层等。该病的发生主要是由于肾素-血管紧张素系统紊乱,导致器官灌注减少,最终引起心脑血管等组织缺血,引起靶器官损伤。高血压危象引起的心脏损伤多表现为急性心力衰竭、急性冠脉综合征,对患者的生命健康安全造成较大的威胁,因此需要尽早采取有效的干预措施。

二、心血管内科急症的初步护理措施

①心源性猝死的初步护理措施:及时有效的心肺复苏以及电除颤治疗,有助于改善患者的预后情况。因此需要及时明确患者发病原因,包括了解患者的病史、用药情况、体格检查结果、实验室检查结果,积极纠正各种可逆因素,从而维持气道通畅,可以避免心脏骤停的再次发生。对于闭塞冠脉,在血管复通之后,需要尽快进行心电图检查,评估患者有无再灌注心律失常发生,若出现心力衰竭,需要积极采用抗心律失常药物治疗,从而挽救患者的生命。为了避免脑损伤发生,还需要注意观察患者的血压水平,合理静脉补液治疗,遵医嘱使用正性肌力药物。②房颤的初步护理措施:缺氧会导致房颤加重,因此氧分压 < 60mmHg 的患者,可采取鼻导管吸氧,需要积极采取吸氧支持,避免病情加重。同时需要采取积极的心电监护,观察患者的心电活动变化。对于合并基础疾病的患者,如甲亢、感染等,需要采取积极的治疗措施。房颤患者容易出现栓塞,因此需要遵医嘱使用抗凝药物。合并瓣膜病的患者,需要使用华法林抗凝治疗,在用

药期间需要密切观察 INR 值变化,将 INR 值控制在 2.0~3.0。对于药物治疗无效的患者,往往需要进行电复律或射频消融手术治疗,需要积极完善术前准备。③高血压危象的初步护理措施:高血压危象的初步护理,需要尽早遵医嘱使用降压药物治疗,减少血压过高对靶器官造成的损伤,并且也要注意避免降压速度过快引起脏器灌注不足,需要协助医生分析诱发血压升高的相关因素,从而及时纠正。根据患者疾病的特点,给予不同用药方案,并且在用药期间需要注意避免药物不良反应发生。杜宇合并肾动脉狭窄、急性肾小球肾炎等疾病的患者,需要积极治疗原发疾病。对于过度紧张焦虑的高血压患者,还要做好心理干预措施,避免情绪激动引起的血压升高。需要注意各种心血管急症,采取有效的干预措施,改善患者的预后。

由于心血管急症的发生突然、病情进展速度快且整体预后较差,需要不断完善心血管急症的救治措施,提供有效的护理支持,从而降低心血管急症相关不良事件发生率,改善患者的预后情况。

(作者单位:广西柳州市人民医院)

做完肺部 CT 后的注意事项

□ 叶冉冉

在现代医学中,肺部 CT(电子计算机 X 线断层扫描)已经成为一种重要且常用的检查手段,特别是在肺部疾病的早期发现和诊断中发挥着不可替代的作用。它不仅能够清晰地显示肺部的细微结构,还能帮助医生评估疾病的性质、范围及进展情况。然而,许多人在完成肺部 CT 检查后,对于后续的注意事项却知之甚少。今天,我们就来详细聊一聊,做完肺部 CT 后应该注意哪些事项,以确保我们的身体能够尽快恢复并有效应对可能的诊断结果。

一、了解肺部 CT 的基本信息

首先,让我们简要回顾一下肺部 CT 检查的基本知识。肺部 CT 是一种通过 X 射线束对人体进行横断面扫描,再经过计算机处理生成图像的技术。这种检查具有扫描速度快、图像清晰度高、信息量大等优点,能够发现许多常规胸片难以察觉的微小病变。但同时,我们也要意识到,CT 检查存在一定的辐射暴露,尤其是增强 CT 还需要注射造影剂,因此,检查后的护理和注意事项尤为重要。

二、检查后的饮食调整

1、营养均衡,易于消化:做完肺部 CT 后,我们的身体需要一段时间来恢复和调整。

在饮食上,应尽量选择营养均衡、易于消化的食物,如小米粥、白菜、鸡蛋、火龙果等。这些食物富含维生素、矿物质和蛋白质,有助于提升身体免疫力,促进康复。同时,避免辛辣、刺激性、生冷、油腻的食物,以免刺激胃肠道,影响消化吸收。

2、多喝水,促进排泄:如果是做了增强 CT,那么造影剂会通过肾脏和胃肠道排出体外。因此,检查后要多喝水,增加尿量,促进造影剂的排泄。这不仅可以减轻肾脏负担,还能有效防止造影剂在体内滞留时间过长可能带来的不良反应。

三、作息与心理健康

1、保持充足睡眠:良好的睡眠是身体恢复不可或缺的基石。完成肺部 CT 后,务必避免熬夜,确保每晚都能获得足够且高质量的睡眠时间。这样做不仅能迅速恢复体力与精力,还能显著提升免疫力,为身体筑起一道坚实的防线,有效抵御疾病的侵袭。

2、保持心情舒畅:心理状态对身体的恢复同样重要。面对检查结果,无论好坏,都要保持平和的心态,避免过度焦虑、烦躁或抑郁。可以与家人、朋友交流,分享自己的感受,必要时也可以寻求心理咨询师的帮助。

四、避免剧烈运动与适当活动

1、避免剧烈运动:在做完肺部 CT 后,尽管运动对于促进整体健康至关重要,但此时应避免进行高强度的剧烈运动,如快速跑步、激烈的篮球比赛等。这些活动不仅可能加剧身体的疲劳感,还可能对肺部及周围组织造成不必要的压力,从而延缓恢复过程。

2、适当进行轻度活动:为了促进身体的康复,可以选择一些轻度的活动方式,如悠闲的散步、轻松的慢跑以及温和的瑜伽练习。这些活动不仅能够促进血液循环,加速新陈代谢,帮助身体排除废物和毒素,还能在一定程度上缓解紧张情绪,提升心情。然而,在进行这些活动时,务必根据自己的身体状况和感受来调整强度和时长,避免过度劳累或对身体造成不必要的负担。

五、关注检查结果与后续治疗

1、及时查看并理解检查结果:拿到肺部 CT 检查结果后,务必第一时间预约医生进行详细解读,全面了解自己的肺部健康情况。面对诊断报告中的专业术语及其深层含义,不妨主动向医生提问,确保每一个细节都清晰明了,从而做出更加明智的健康决策。

2、根据医生建议接受进一步治疗:如果

检查结果显示存在肺部疾病,应根据医生的建议,及时接受进一步的治疗。不要忽视疾病的存在,以免延误病情,影响治疗效果。

六、特殊人群的注意事项

1、备孕、怀孕及哺乳期女性:这些特殊人群在进行肺部 CT 检查前应告知医生,因为 CT 检查涉及辐射,可能对胎儿或婴儿产生不良影响。医生会根据具体情况,权衡利弊,给出合理

2、肾功能异常者:对于肾功能异常的患者,尤其是接受增强 CT 检查时,需要特别注意造影剂的用量和排泄情况。因为造影剂主要通过肾脏排泄,肾功能异常可能会加重肾脏负担,甚至引发肾功能衰竭等严重后果。

综上所述,做完肺部 CT 后,我们需要注意多个方面的护理和注意事项。从饮食调整、作息与心理健康、避免剧烈运动与适当活动到关注检查结果与后续治疗,每一个环节都至关重要。只有全面了解并认真落实这些注意事项,我们才能更好地保护自己的身体,促进康复进程。同时,也要保持积极乐观的心态,相信现代医学的力量,勇敢地面对可能的挑战和困难。

(作者单位:广西玉林市第一人民医院)