

# 麻醉的艺术：如何让手术过程更舒适

□ 陈蕊

在人类医学的浩瀚长河中，麻醉技术如同一股温柔的力量，悄然改变着手术的面貌，将原本痛苦、恐惧的手术过程转变为一种更为安全、舒适的治疗体验。

麻醉，这门看似简单实则深奥的学科，不仅是一门科学，更是一门艺术，它要求医生具备高超的技巧、敏锐的洞察力以及无尽的爱，以确保每位患者在手术过程中都能享受到最大的舒适与安全。

## 麻醉：科学与艺术的完美融合

麻醉，简而言之，就是通过药物或其他方法暂时性地抑制人体的感觉，特别是疼痛感，以便在手术过程中不造成患者的不适或痛苦。这一过程，既需要精确的剂量计算、药物选择，又需要对人体生理机制的深刻理解，更需要医生在操作中展现出如艺术家般的细腻

与精准。

麻醉的艺术性，首先体现在对个体差异的尊重与应对上。每个人的身体状况、年龄、性别、生活习惯等因素都会影响麻醉药物的反应。因此，麻醉师在制定麻醉方案时，就像艺术家在创作前仔细研究画布和颜料一样，必须充分考虑患者的具体情况，进行个性化的设计。这不仅要求麻醉师具备扎实的医学知识，更需要丰富的临床经验和敏锐的直觉，以确保麻醉方案既安全又有效。

## 从“无痛”到“舒适”：麻醉的进阶之路

早期的麻醉技术主要关注于“无痛”，即消除手术过程中的疼痛感。然而，随着医学理念的进步，麻醉的目标已经超越了单纯的“无痛”，转而追求更全面的“舒适”。这包括减少手术前后的焦虑、恐惧，以及在术后加速恢

复、减少并发症等方面。

为了实现这一目标，麻醉技术不断创新，从传统的全身麻醉、局部麻醉，到现代的神经阻滞、区域麻醉、以及镇痛泵的使用等，每一种方法都有其独特的优势和应用场景。例如，神经阻滞技术可以精准地作用于特定的神经区域，既减少了药物的全身影响，又提高了麻醉的精确度和患者的舒适度。而镇痛泵的使用，则允许患者在术后根据需要自我调整镇痛药物的剂量，进一步提升了患者的自主性和舒适度。

## 麻醉的艺术：人文关怀与技术创新的双重奏

麻醉的艺术，不仅仅体现在技术的精湛上，更体现在对患者的人文关怀上。麻醉师不仅要具备高超的技术，还需要具备一颗同理心，能够理解和感知患者的恐惧、焦虑，给予

他们足够的安慰和鼓励。在手术前后，麻醉师会耐心地向患者解释麻醉的过程、可能的风险和应对措施，帮助他们建立信心，减轻心理负担。同时，麻醉技术的创新也离不开对人文关怀的深刻理解。

例如，近年来，越来越多的麻醉技术开始关注患者的术后恢复和长期健康，通过减少麻醉药物的副作用、优化麻醉方案等方式，努力提升患者的整体生活质量。

总之，麻醉的艺术，是科学与人文的完美融合，是技术与关怀的双重奏。它不仅让手术过程变得更加舒适、安全，更让患者在面对疾病时，感受到了来自医学的温暖与力量。随着医学的不断进步，我们有理由相信，麻醉的艺术将会在未来的医疗实践中绽放出更加璀璨的光芒。

(作者单位：河北省雄安新区容城县中医医院)

# 术后复苏室探秘：麻醉后身体的“重启”之旅

□ 陈晓伟

在医院的众多科室中，术后复苏室(Post-Anesthesia Care Unit, PACU)是一个充满生命奇迹与医学智慧的特殊区域。

这里，是每一位经历手术麻醉后患者身体“重启”的起点，是从无意识状态回归现实世界的桥梁。

让我们一起揭开术后复苏室的神秘面纱，探索麻醉后身体如何踏上这段奇妙的“重启”之旅。

## 1. 麻醉的尾声与复苏的开始

手术结束后，随着麻醉药物的逐渐代谢排出，患者的意识开始逐步恢复。这一过程在PACU内由专业的医护人员密切监控下进行。他们使用先进的监护设备，如心电图监测仪、血氧饱和度仪等，持续追踪患者的生命体

征，确保每一个细微的变化都能被及时发现并妥善处理。

## 2. 呼吸功能的恢复

麻醉期间，为了维持患者的呼吸功能，通常会使用呼吸机辅助通气。进入PACU后，首要任务之一是评估患者的自主呼吸能力，并逐步减少或撤除呼吸机支持。医护人员会观察患者的呼吸频率、深度和血氧饱和度，适时调整氧气供应，帮助患者平稳过渡到自主呼吸状态。

## 3. 疼痛管理

术后疼痛是每位患者必须面对的挑战。在PACU，疼痛管理被置于重要位置。医护人员会根据患者的疼痛程度和手术类型，采用多模式镇痛策略，如使用镇痛泵持续给予适

量的镇痛药物，或通过神经阻滞等方式精准控制疼痛，确保患者在舒适状态下恢复。

## 4. 体温与体液平衡

手术过程中，患者体温可能因暴露、输液或麻醉药物影响而波动。在PACU，医护人员会采取保暖措施，如使用保温毯、调节室温等，维持患者体温在正常范围内。

## 5. 意识与认知功能的评估

随着麻醉药物的消退，患者的意识逐渐清晰。PACU的医护人员会通过简单的问答、指令执行等方式，评估患者的意识状态和认知功能恢复情况。这一过程不仅关乎患者的安全，也是评估手术及麻醉效果的重要指标。

## 6. 心理支持与情感关怀

术后复苏不仅是生理上的恢复，也是心理上

的重要阶段。PACU的医护人员会给予患者及家属必要的心理支持和情感关怀，缓解他们的焦虑与不安。

通过温柔的话语、鼓励的眼神，帮助患者建立信心，更好地面对接下来的康复之路。

## 结语

术后复苏室，这个看似平静却充满挑战的空间，见证了无数生命从沉睡中苏醒的奇迹。在这里，麻醉后的身体经历了从依赖到自主的转变，从脆弱到坚强的重生。每一次心跳、每一次呼吸，都是对生命力量的颂歌。

让我们向那些在PACU默默守护的医护人员致敬，是他们用专业与爱心，为每一位患者铺就了通往健康的希望之路。

(作者单位：河北省保定市容城县人民医院)

# 冠心病的预防与治疗新进展

□ 邓萍

冠心病，全称为冠状动脉粥样硬化性心脏病，是由于冠状动脉发生粥样硬化，导致管腔狭窄或闭塞，引起心肌缺血、缺氧或坏死的一种常见心血管疾病。近年来，随着医疗技术的不断进步和科研的深入，冠心病的预防与治疗取得了诸多新进展，为患者带来了更多的希望和选择。

## 预防篇

预防冠心病的关键在于控制危险因素，改善生活方式。主要措施包括：

1. 健康饮食：减少高热量、高脂肪食物的摄入，增加蔬菜、水果、全谷物和低脂乳制品的比例。地中海饮食和DASH饮食等健康饮食模式被证实有助于降低冠心病风险。

2. 规律运动：每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动，如快走、游泳、骑自行车

等。运动可以提高心肺功能，降低血压和血脂，减少冠心病的发生。

3. 戒烟限酒：吸烟是冠心病的主要危险因素之一，戒烟可以显著降低冠心病风险。适量饮酒可能对心血管健康有益，但过量饮酒则有害健康。

4. 控制体重：肥胖会增加冠心病的风险，保持健康的体重对于预防冠心病至关重要。

5. 管理压力：长期的精神压力可能导致血压升高、心率加快，增加冠心病的风险。学会管理压力，如通过冥想、瑜伽等方式放松心情，有助于预防冠心病。

## 治疗篇

冠心病的治疗主要包括药物治疗、介入治疗和手术治疗。近年来，这些治疗方法取得了显著的进展：

1. 药物治疗：新型抗血小板药物如替格瑞洛、普拉格雷等，能够更有效地抑制血小板聚集，降低血栓形成的风险。他汀类药物在降低血脂、稳定斑块方面也发挥了重要作用。

2. 介入治疗：经皮冠状动脉介入治疗(PCI)是冠心病治疗的重要手段之一。新一代冠状动脉造影设备的应用，提高了介入治疗的精度和安全性。

药物球囊作为一种新的介入治疗方式，可以在不植入支架的情况下，通过释放抗增殖药物，避免血管再狭窄。特别是在小血管病变中，药物球囊的治疗效果与支架相当。

3. 手术治疗：对于多支血管病变或复杂病变的冠心病患者，冠状动脉搭桥手术(CABG)是一种有效的治疗手段。近年来，微创冠状动脉搭桥手术(MID-

CAB)和机器人辅助冠状动脉搭桥手术(RACAB)等新技术不断涌现，降低了手术创伤，缩短了恢复时间。

此外，细胞治疗和基因治疗作为冠心病治疗领域的新兴技术，近年来也取得了一定的研究进展。

虽然这些技术目前仍处于研究阶段，但其潜力巨大，为冠心病治疗提供了新的方向。

总之，冠心病的预防与治疗需要综合考虑多个方面，包括健康的生活方式、合理的药物治疗、先进的介入治疗技术和手术治疗等。

随着医疗技术的不断进步和科研的深入，相信未来冠心病的治疗将更加精准、有效，为患者带来更多的希望和选择。

(作者单位：四川省南部县滨江社区卫生服务中心)

# 骨折不用怕 骨科护理小贴士助你快速恢复

□ 丁蕾蕾

骨折，作为日常生活中常见的意外伤害，往往给患者带来极大的痛苦和不便。然而，通过科学的治疗和细致的护理，大多数骨折患者都能实现良好的恢复。

以下是一些骨科护理小贴士，帮助你快速恢复健康。

## 一、及时就医，正确诊断

骨折发生后，第一时间送医至关重要。医生会通过X光、CT等影像学检查确诊骨折部位和类型，并根据具体情况制定治疗方案。无论是保守治疗还是手术治疗，都需要在专业医生的指导下进行。

## 二、稳定固定，避免移位

骨折的愈合需要一个稳定的环境。医生会根据骨折的类型和部位选择合适的固定方

法，如石膏、夹板或外固定架等。在固定期间，患者应严格遵守医嘱，避免剧烈运动和不当活动，以免骨折端移位，影响愈合效果。

## 三、科学康复，逐步锻炼

康复锻炼是骨折恢复的重要环节。早期适度的关节活动和肌肉锻炼可以预防关节僵硬和肌肉萎缩，促进血液循环，有利于骨折愈合。但需注意，康复锻炼应在医生指导下进行，逐步增加活动量，避免操之过急造成二次损伤。

## 四、均衡营养，促进愈合

营养摄入对骨折愈合具有重要作用。患者应保持均衡饮食，多摄入富含蛋白质、维生素D和钙的食物，如鱼肉、鸡蛋、牛奶、绿叶蔬菜等。这些食物有助于增强骨骼强度，促进

骨折愈合。

## 五、充足休息，避免疲劳

充足的休息是骨折恢复的重要条件。患者应避免过度劳累，尽量减少活动量，以便给骨折部位提供良好的愈合环境。同时，保持良好的睡眠也有助于身体的整体恢复。

## 六、控制疼痛，减轻不适

骨折往往伴随剧烈的疼痛，合理的疼痛控制对于患者的舒适度和康复效果至关重要。患者应在医生指导下使用止痛药，并注意药物的副作用和用药时间。此外，冰敷、适度的休息和身体姿势调整也有助于缓解疼痛。

## 七、预防感染，保持清洁

对于开放性骨折或手术后的患者，预防感染是护理的重点。患者应保持伤口清洁干

燥，定期更换敷料，并使用无菌技术。如有红肿、渗液或异味等感染迹象，应及时就医处理。

## 八、调整心态，积极应对

骨折是一种突发的意外伤害，患者可能会感到焦虑、不安或沮丧。这些情绪会影响患者的心理状态和康复效果。因此，患者应积极调整心态，保持乐观向上的态度。与家人和朋友交流、寻求心理支持等都有助于缓解不良情绪对骨折恢复的影响。

综上所述，骨折并不可怕，只要及时就医、科学治疗、细致护理，大多数患者都能实现良好的恢复。希望以上骨科护理小贴士能为你提供帮助，助你快速恢复健康。

(作者单位：山东省青岛西海岸新区第二中医医院)