

浅谈心脏瓣膜的超声诊断

□李刚

心脏作为人体最重要的器官之一，负责将血液泵送至全身，确保各个器官获得充足的氧气和营养。这一过程中，心脏瓣膜扮演着不可或缺的角色。它们精准地开合，确保血液从心房流入心室，再由心室泵出至大血管。然而，当心脏瓣膜出现问题时，可能导致血液回流或阻塞，从而影响心脏的正常功能。本文将介绍如何通过超声诊断技术，一目了然地识别心脏瓣膜问题。

一、心脏瓣膜的结构与功能

心脏主要有四个瓣膜：二尖瓣、三尖瓣、主动脉瓣和肺动脉瓣。二尖瓣和三尖瓣位于心房与心室之间，分别控制左心房至左心室和右心房至右心室的血流。主动脉瓣和肺动脉瓣则位于心室与大血管之间，分别控制左心室血液流

入主动脉和右心室血液流入肺动脉。

二、心脏瓣膜问题的类型

心脏瓣膜问题主要包括狭窄和反流两大类。狭窄是指瓣膜开口变小，导致血液通过受阻；反流则是指瓣膜关闭不全，使部分血液在心室收缩时倒流回上一腔室。这些异常会严重影响心脏的功能，导致呼吸困难、胸痛、心悸等症状。

三、超声诊断技术的原理与应用

超声诊断技术，特别是超声心动图，是一种无创、高效的诊断工具。它利用超声波技术，通过向心脏发射高频声波，接收反射回来的声波并转化为图像，从而直观地展示心脏的内部结构和血流情况。

1. 二维超声心动图：可以观察瓣叶的活

动度、瓣叶厚度、瓣叶是否有钙化，以及是否合并其他瓣膜的病变。例如，二尖瓣狭窄时，前叶呈城墙样改变，后叶与前叶同向运动；主动脉瓣狭窄时，前叶呈圆拱状，后叶活动度减少。

2. 彩色多普勒超声：通过加入彩色编码，显示血流的方向和速度，评估瓣膜功能。这种方法可以检测到瓣膜狭窄、关闭不全等病变，并计算出相关的血流动力学参数。

3. 频谱多普勒超声：测量血流速度和阻力指数等参数，评估瓣膜功能和血流动力学状态。

4. 超声造影：注射造影剂，增强超声信号，提高图像质量，帮助医生更好地观察瓣膜的形态和结构。

四、超声诊断在心脏瓣膜疾病中的具体

应用

超声诊断不仅可以判断瓣膜病变的性质和程度，还可以为治疗提供指导。例如，在手术前，通过超声检查评估病变的严重程度、部位和范围；在手术后，通过超声检查评估手术效果、监测并发症等。

五、结语

超声诊断技术以其无创性、安全性、高分辨率和实时成像等特点，在心脏瓣膜疾病的早期检测、评估和监测中发挥着至关重要的作用。通过提供详细的心脏瓣膜图像和功能信息，超声诊断能够帮助医生准确判断瓣膜的结构和功能是否正常，并为治疗决策提供科学依据。

(作者单位：河北省沧州市人民医院)

产科护理的专业指导

□李静

在生命诞生的奇妙旅程中，每一位准妈妈都会经历从阵痛到喜悦的深刻转变。这段旅程，既是一场身体上的挑战，也是心灵上的洗礼。产科护理，作为这段旅程中的重要守护者，以其专业的技能和无尽的爱心，为每一位母亲和新生儿提供了不可或缺的温暖陪伴。以下，我们将从几个方面探讨产科护理在这一过程中的关键作用。

1. 产初期的专业指导与心理支持

产痛，作为分娩过程的序曲，往往让初次经历的准妈妈感到紧张与不安。

此时，产科护士的专业指导显得尤为重要。她们通过解释阵痛的原因、进程及缓解方法，帮助准妈妈们建立对分娩过程的正确认识，减轻恐惧感。

同时，护士们还会运用深呼吸、按摩等技巧，结合温柔的话语和鼓励，为产妇提供心理上的安慰与支持，让她们在紧张中感受到温暖与力量。

2. 分娩过程中的个性化护理

分娩是一个复杂而多变的过程，每位产妇的体验都独一无二。

产科护理团队会根据产妇的具体情况，如胎儿状况、产程进展及个人偏好，制定个性化的护理计划。

这包括但不限于选择合适的分娩体位、调整分娩环境的舒适度、适时使用无痛分娩技术等，旨在最大限度地保障母婴安全，同时提升分娩体验。在这个过程中，护士们始终保持高度的警觉与耐心，随时准备应对可能出

现的任何情况，确保分娩顺利进行。

3. 产后恢复与情感关怀

分娩结束后，产妇的身体与心理都需要一段恢复时间。产科护理团队在这一阶段同样扮演着至关重要的角色。她们不仅负责监测产妇的生命体征、子宫收缩及伤口恢复情况，还会指导正确的哺乳姿势、产后饮食与运动，促进产妇快速而健康地恢复。

更重要的是，面对产后可能出现的情绪波动，如喜悦、疲惫、焦虑等，护士们通过倾听、理解和积极的心理干预，帮助产妇建立积极的情绪调节机制，促进家庭关系的和谐。

4. 新生儿护理与早期教育

作为产科护理的一部分，新生儿护理同样不可忽视。

护士们会仔细检查新生儿的健康状况，包括体重、身高、黄疸监测等，并教授父母如何进行基本的护理操作，如换尿布、洗澡、脐带护理等。此外，早期的亲子互动与感官刺激也是新生儿护理的重要内容，通过轻柔的触摸、温柔的声音刺激等，促进新生儿的大脑发育与情感建立，为宝宝的未来成长打下良好的基础。

总之，从阵痛到喜悦，产科护理的温暖陪伴贯穿了整个分娩与产后恢复的全过程。

她们不仅是医疗技术的执行者，更是情感的传递者，用专业与爱心编织了一张守护生命的安全网，让每一位母亲和新生儿都能在这段旅程中感受到最深的关怀与喜悦。

(作者单位：河北省华北石油管理局总医院)

孕期体重管理的意义及具体措施

□刘秀玲

孕期体重管理对于母体和胎儿的健康至关重要。合理控制体重不仅能保障胎儿的正常发育，还能为分娩的顺利进行和产后的快速恢复提供有力支持。

本文将从多个方面详细阐述如何进行科学的孕期体重管理，以实现健康分娩。

一、孕期体重管理的意义

体重是孕期最简单、最直接的反映孕妇和胎儿营养状况的指标。过轻的体重可能导致胎儿生长受限，而过重的体重则可能增加妊娠期糖尿病、高血压等危险，增加难产率、剖宫产率，甚至影响妊娠结局。因此，孕期体重管理对于每一位准妈妈来说都极为重要。

二、了解孕前体重和BMI

孕期体重管理的基础是了解孕前体重和BMI(体重指数)。BMI的计算公式为：体重

(kg)/身高(m)²。孕前BMI在18.5--24.9之间为正常体重，25.0--28.0之间为超重，超过28.0则为肥胖。根据孕前BMI，制定个性化的增重计划：

体重过轻的孕妇(BMI<18.5)，孕期体重增加在12.5--18kg之间最佳。

体重正常的孕妇(BMI在18.5--24.9之间)，孕期体重增加总量控制在11--16kg之间。

超重或肥胖孕妇(BMI≥25.0)，体重增加总量控制在7--11.5kg之间。

三、科学增重的具体措施

1. 均衡饮食：确保饮食中含有足够的蛋白质、维生素和矿物质，同时控制糖分和油脂的摄入。主食应粗细搭配，避免只吃粗粮带来的消化问题。水果虽然营养丰富，但糖分较高，需合理摄入。

2. 定时定量：避免暴饮暴食，每天按时吃饭，少量多餐有助于稳定血糖水平。体重过轻的孕妇可以增加用餐次数，只要可以正常消化和吸收，用餐量可以适当调节。

3. 适度运动：如散步、孕妇瑜伽等低强度运动，不仅有助于控制体重，还能提升心情，减少孕期不适。运动应量力而行，避免剧烈运动。

4. 水分摄入：每天至少喝8杯水，保持身体水分平衡，有利于新陈代谢。

5. 心理健康：保持乐观心态，遇到体重增长过快时不要过分焦虑，及时与医生沟通。

四、监测体重变化

每周(或每23天)测量一次体重，尽量在晨起、空腹、排空大小便、着轻便衣服测定，确保数据准确。记录测量值，以便及时调整饮食和运动计划。

五、警惕孕期体重异常的危

孕期体重过重可能增加妊娠期糖尿病、高血压的发病率，以及难产、剖宫产率，对母婴健康造成威胁。而体重过轻可能导致孕妇贫血，胎儿生长受限，增加早产儿、低体重儿的出生率。

六、总结

孕期体重管理是一个系统工程，需要综合考虑孕前体重、孕期营养需求、运动能力等多方面因素。通过科学增重，合理控制体重，不仅可以保障母体和胎儿的健康，还能为分娩的顺利进行和产后的快速恢复提供有力支持。每位准妈妈都应重视孕期体重管理，为迎接新生命的到来做好准备。

(作者单位：河北省张家口口市张北县张北镇卫生院)

胃镜检查的注意事项

□刘丽

在人类的身体内部，隐藏着无数奥秘与奇迹，而胃作为人体的大型中空器官之一，更是承载着消化与吸收的重要功能。随着现代医学技术的不断进步，胃镜作为一种先进的医疗检查手段，为我们打开了一扇通往胃内微观世界的窗户，不仅揭示了胃部的奇妙构造，还为疾病的早期发现与治疗提供了强有力的支持。

一、胃镜：探索胃内世界的“望远镜”

胃镜，顾名思义，是一种专门用于探索胃部内部世界的医疗设备。它通常由镜身、光源、摄像头和操作部等部分组成，镜身细长柔软，便于通过口腔进入胃部。当胃镜缓缓推进至胃内，光源会照亮整个环境，摄像头则实时捕捉胃内的图像，并通过导线传输到外部的显示设备上。

医生通过操作部可以灵活控制胃镜的方向、角度和深度，对胃的各个部位进行全面细致的观察。

二、胃内微观世界的奇妙景象

通过胃镜的镜头，我们仿佛进入了一个全新的微观世界。胃黏膜呈现出粉嫩而光滑的表面，上面分布着细密的皱襞，这些皱襞不仅增加了胃黏膜的表面积，还有助于食物的消化和吸收。在胃黏膜上，还可以看到微小的腺体开口，它们分泌着胃酸、胃蛋白酶等消化液，共同参与消化过程。此外，胃内的血管网络如同错综复杂的交通线路，为胃组织提供着充足的养分和氧气。

三、胃镜在胃部疾病诊断中的重要作用

胃镜在胃部疾病的诊断中发挥着至关重要的作用。对于慢性胃炎、胃溃疡、食管反

流病等常见疾病，胃镜能够清晰地显示病变的部位、范围和严重程度，为医生提供准确的诊断依据。对于疑似胃癌的患者，胃镜下的活检更是获取病变组织进行病理分析的关键步骤，能够确定肿瘤的性质和分期，为后续的治疗方案提供有力支持。

四、胃镜在胃部疾病治疗中的优势

除了诊断功能外，胃镜在治疗方面也展现出显著的优势。对于一些早期的胃部病变，如早期胃癌、胃息肉等，胃镜下的微创手术如内镜下黏膜切除术(EMR)和内镜下黏膜剥离术(ESD)能够直接将病变组织切除，避免了传统手术的创伤和风险。

这些微创手术不仅能够有效去除病变，还能最大程度地保留胃的正常结构和功能，提高患者的生活质量。

五、胃镜检查的注意事项

虽然胃镜检查具有诸多优点，但在检查前和检查后仍需注意一些事项。检查前，患者通常需要禁食一段时间，以确保胃内干净，便于观察。检查后，避免立即进食，选择温凉易消化食物、注意休息等。如有不适，及时就医。

结语

胃镜下的微观宇宙不仅是一场视觉盛宴，更是健康与生命的守护神。通过胃镜的检查与治疗，我们能够更深入地了解胃部的健康状况，及时发现并处理潜在的问题。

随着技术的不断进步和应用的日益广泛，相信胃镜将在未来的医疗领域发挥更加重要的作用，为人类的健康保驾护航。

(作者单位：河北北方学院附属第一医院)