

# 妇产超声揭秘：孕期健康的秘密武器

□ 李辉

- 筛查胎儿畸形：妇产超声检查可以筛查胎儿是否存在结构异常，如脑积水、唇腭裂、心脏畸形等。
  - 判断宫内状况：妇产超声可以观察胎儿在宫内的活动情况，判断是否存在宫内缺氧、胎盘功能异常等问题。
  - 评估胎盘和脐带状况：通过观察胎盘和脐带的大小、形态和血流情况，可以评估母体的供血情况。
- ### 三、妇产超声检查的注意事项
- 保持正确的体位：孕妇在进行妇产超声检查时，需要保持正确的体位，以便医生更好地观察胎儿的状况。
  - 避免空腹检查：妇产超声检查需要使用耦合剂，耦合剂会对胃肠道产生刺激，孕妇需要避免空腹进行检查，以免发生呕吐等不适症状。

- 避免过度依赖检查结果：妇产超声检查只能作为一种辅助手段，不能完全依赖检查结果来判断胎儿的健康状况。孕妇需要结合其他检查结果和医生的建议进行综合判断。
- 避免频繁进行妇产超声检查：过度频繁的妇产超声检查可能会对胎儿产生辐射影响，孕妇需要根据医生的建议合理安排检查时间。

### 四、妇产超声检查的常见问题

- 孕妇可以做哪些妇产超声检查？答：孕妇需要进行常规的产科超声检查，包括腹部超声和阴道超声。阴道超声相对于腹部超声来说更加准确和快捷。
- 妇产超声检查对胎儿有辐射吗？答：妇产超声检查是一种非电离辐射，其辐射剂量在安全范围内，不会对胎儿造成不良影

响。但是过度频繁的超声检查可能会增加辐射风险，孕妇需要根据医生的建议合理安排检查时间。

3. 孕妇在做妇产超声检查时应该注意什么？答：孕妇在进行妇产超声检查时需要保持正确的体位，避免空腹进行检查，同时需要结合其他检查结果和医生的建议进行综合判断。

### 结语

妇产超声检查是孕期一项重要的医学检查手段，它能够为孕妇和医生提供胎儿的健康状况和生长发育情况。通过了解妇产超声检查的作用、注意事项以及常见问题，孕妇可以更好地配合医生进行医学检查，同时保护自身和胎儿的健康。此外，孕妇还需要保持良好的生活习惯和心态，定期进行产检，以便及时了解胎儿的健康状况。

(作者单位：河北省沧州市妇幼保健院)

# 药品的安全性与合理用药

□ 李晶

- 随着医药品种的不断丰富及其应用范围的广泛扩展，如何保障药品安全及合理用药成为了日益凸显的问题。错误地使用药物不仅可能削弱治疗成效，还可能对健康构成重大威胁。
- 因此，掌握关于药品安全与正确使用的相关知识对于所有人来说都至关重要。
- ### 一、药品的安全性问题
- 药品的安全性指的是，在按照规定使用的情况下，药品不会对使用者的健康产生负面影响。为确保这一目标得以实现，每种新药在正式进入市场前都必须经历一系列严格的研发流程与临床测试。研发初期通常先通过动物实验来初步验证药物的安全性能。随后，该药物将被应用于人体，经历从少量受试者到较大规模人群的不同阶段临床试验，以此来全面评估其对人体作用效果及可能产生的副作用。
- ### 二、如何进行科学而规范的合理用药？
- 合理用药强调依据患者的具体健康状况、疾病特点及个人差异来挑选适宜的治疗药物，并严格按照医疗专业人士指导正确使用。这一做法的关键在于实现治疗方案的“精确”与“个体化”，旨在保障疗效的同时，确保患者的安全。
- 合理用药要求患者应严格遵医嘱，按照规定的时间和剂量服用药物。医生在接诊过程中，会依据每位患者的个体差异，比如年龄、性别、体重等因素，以及所患疾病的具体类型和个人的用药历史来定制个性化的治疗计划。对于老年人、儿童及孕妇这类特殊群体而言，由于其生理机能与普通人群存在差异，

在使用药物时需格外小心，以避免可能出现的非预期反应。如，对于老年人，由于肝肾功能可能减退，药物代谢和排泄速度变慢，因此应选择对肝肾负担较小的药物，并适当调整剂量，必要时进行血药浓度监测。

对于儿童，由于身体发育尚未完全，对药物的反应可能与成人不同，因此需要按照年龄、体重精确计算用药剂量，并优先选择儿童专用剂型。

### 三、药品不良反应，我们该如何应对？

即便药物经历了严密的审查与监控过程，但它们仍有可能对部分使用者造成不利影响。这类副作用可能包括过敏反应、消化系统不适或头痛等轻微症状，部分人群甚至可能出现更严重健康状况的发生。因此，患者应当充分认识到潜在的不良反应，并在出

现异常时迅速采取相应措施。当出现疑似药品不良反应时，患者应立即停药，并密切观察症状的变化，患者应及时与医生联系，详细描述不良反应的征状和表现。在医生的指导下，根据不良反应的不同表现和严重程度采取相应的措施进行治疗。

### 结语

药品的安全性及合理使用是当代医疗实践中至关重要的两个环节。除了重视药物本身的潜在风险外，还需强化对用药流程的规范化管理。对于患者而言，掌握基本的药学知识、严格遵守医生指导，并且避免擅自改变剂量或滥用药物，这些都是维护自身健康不可或缺的前提条件。

(作者单位：河北省雄安新区容城县人民医院)

# 胆结石护理中的常见误区与注意事项

□ 刘银娟

- 胆结石是一种常见的疾病，尤其在胆囊和输尿管中出现的结石，更是需要高度重视。尽管手术是治疗胆结石的有效手段，但护理同样至关重要。本文将详细解析胆结石护理中的常见误区与注意事项，帮助患者更好地管理自己的健康。
- ### 常见误区
- 胆囊结石是小问题，不疼不用管
- 这是一个常见的误区。很多患者在胆结石初期，由于结石较小或没有表现出明显症状，便忽视了它的存在。然而，胆囊结石不仅可能引发胆囊炎、胆囊穿孔等严重并发症，还可能造成急性弥漫性腹膜炎和感染性休克，威胁患者的生命。因此，一旦发现胆结石，应及时就医，并遵循医生的建议进行治疗和护理。
- 手术季节选择
- 部分患者认为手术最好在温度适宜的季节进行，以免术后护理不便。实际上，手术季节对术后恢复并无显著影响。手术的决定应基于病情的严重程度，而非季节因素。拖延手术可能导致病情恶化，错过最佳治疗时机。
- 术后立即下床运动
- 许多患者认为麻醉药效过后即可下床活动。然而，术后患者的身体需要恢复，特别是伤口需要时间来愈合。是否能下床活动，应咨询主治医生，根据具体情况而定。过早活动可能导致伤口裂开或感染。
- ### 注意事项
- 饮食调整
- 限制脂肪和胆固醇摄入：结石的形成与胆汁中胆固醇含量过高有关。因此，患者应尽量避免食用高脂肪和高胆固醇的食物，如肥

- 肉、油炸食品、牛羊肉、蛋黄、动物内脏、鱼子和巧克力等。
- 规律进食：按时进食可刺激胆囊收缩，促进胆汁排出，防止结石形成。尤其是早餐，不应忽视。
  - 增加纤维素摄入：多吃富含纤维的食物，如粗粮、豆类、蔬菜、水果、海藻和食用菌等，有助于降低胆固醇，预防结石。
  - 适当运动
- 适当的运动，如散步、太极拳、五禽戏、八段锦、交谊舞和爬山等，可增强体质，促进胆汁排出，降低胆固醇水平。但运动应循序渐进，避免过度劳累。
- 避免使用雌激素类药物
- 胆结石患者中女性较多，可能与雌激素有关。因此，患有胆结石的女性在备孕时应

尽量避免使用口服避孕药，更年期妇女也应谨慎使用雌性激素类药物。

### 4. 术后护理

伤口护理：术后伤口需要保持清洁干燥，根据医院规定，可能需要贴防水膜。在伤口完全愈合前，应避免洗澡或弄湿伤口。

疼痛管理：术后疼痛是正常现象，但应及时评估和管理。使用视觉模拟评分法评估疼痛程度，并采取相应的镇痛措施。

康复期饮食：康复期应遵循医嘱，制定合理的饮食计划，促进伤口愈合和身体恢复。

总之，胆结石的护理需要患者认真对待，避免常见误区，遵循注意事项。通过合理的饮食调整、适当的运动和科学的术后护理，患者可以更好地管理自己的健康，促进康复。

(作者单位：河北省任泽区人民医院)

# 医学检验实验室管理的重要性

□ 米冬青

- 在医学领域中，医学检验实验室是一个至关重要的环节，它为临床医生提供了诊断、治疗和预后的重要依据。然而，实验室的成功运行离不开有效的实验室管理。
- 本文将探讨医学检验实验室管理的重要性，并从人员、设备、环境、安全和质量控制等方面进行阐述。
- ### 一、人员管理
- 人员是实验室的核心，良好的人员管理是确保实验室安全、高效运行的关键。首先，实验室应建立完善的人员管理制度，包括员工招聘、培训、考核和离职管理等。此外，还应加强员工之间的沟通与协作，确保信息的准确传递和及时反馈。实验室管理人员应关注
- 员工的心理健康和职业发展，为员工提供培训和发展机会，增强员工的归属感和满意度。
- ### 二、设备管理
- 医学检验实验室的设备是进行实验操作的重要工具，因此设备管理至关重要。实验室应建立设备管理制度，包括设备的采购、使用、维护和报废等环节。实验室管理人员应定期对设备进行检查和维护，确保设备的正常运行和准确性。
- ### 三、环境管理
- 医学检验实验室的环境管理包括实验室布局、温湿度控制、清洁卫生等方面。良好的环境管理能够保证实验结果的准确性和可靠性。实验室应合理布局实验台、储存柜、废弃

物处理设施等，确保实验操作和样本储存的便利性。

同时，实验室应确保温湿度、通风、照明等环境因素的稳定，以满足实验操作的要求。

### 四、安全管理

医学检验实验室涉及大量的生物、化学和物理试剂和器材，因此安全管理是实验室管理的重要组成部分。实验室应建立完善的安全管理制度，包括危险物品的管理、实验操作规范、应急预案等方面。实验室管理人员应定期对实验室进行安全检查，确保实验室的安全设施完备，危险物品的存放和使用符合规定。

### 五、质量控制

医学检验实验室的质量控制是确保实验结果准确可靠的关键。实验室应建立完善的质量控制体系，包括实验前质量控制(如样本采集、运输和储存)、实验中质量控制(如实验操作规范、试剂和器材的选择)、实验后质量控制(如实验数据的分析、报告的撰写)等方面。实验室管理人员应定期对实验过程进行监督和评估，确保实验数据的准确性和可靠性。

总之，医学检验实验室管理是确保实验室安全、高效运行的关键。通过加强人员管理、设备管理、环境管理、安全管理及质量控制等方面的管理，能够为临床医生提供准确可靠的实验数据，提高医学诊断和治疗水平。

(作者单位：河北省石家庄市第四医院)