

## 探析麻醉的种类及注意事项

□ 覃冬莉

麻醉能够促使需要手术患者的知觉和感觉消失,从而在实施有创操作时患者不会感到不适和疼痛。那么,你知道麻醉前的一些小常识吗?下述将做出简要科普。

### 一、麻醉前的常识

1. 做好心理准备:打麻药时需要注射在皮肤表面,如果患者出现紧张的情绪,可能会影响麻药的注射效果。
2. 保持空腹:在麻醉的时候可能需要空腹,在8个小时以内最好不要吃东西,可能会出现呕吐,引起误吸。
3. 穿宽松衣服:做全麻手术之前要注意穿宽松的衣服,这样在做手术时容易穿脱,有利于手术进行以及术后的休息。
4. 呼吸道准备:主要是进行戒烟和有效深呼吸和有效排痰的锻炼,如果有吸烟史的话,需要在术前两周进行戒烟。
5. 禁饮禁食:麻醉前一般是8小时禁食,4-6小时禁饮,如果患者禁饮禁食时间不够,术中食物和水很容易反流进入气管、堵塞气管,会造成吸入性肺炎,从而出现生命危险。
6. 做好身体检查:在注射麻药前需要做好身体检查,比如血常规检查、心电图检查等,明确身体是否存在疾病,如果存

在基础性疾病,患者需要等到病情恢复后,再进行麻药的注射,避免出现身体不适症状。

7. 进行排尿训练:在手术后患者会因为麻醉和手术的影响,并且不习惯在床上进行大小便,容易导致尿滞留的现象,因此进行手术麻醉前应该进行相应的练习。
8. 手术区域皮肤的准备:主要是可以清除皮肤上的微生物,预防切口的感染。
9. 在进入手术室之前患者要取下假牙发夹、眼镜、手表、首饰等等。并且根据需要进行留置尿管。
10. 术前可以做深呼吸练习:深呼吸可以使肺充分扩张,从而预防肺不张等并发症,特别是做胸腹的手术。
11. 注意预防感冒:避免受凉与疲劳,保持心情舒畅,预防术后切口感染,术前要保持充足的睡眠,去掉活动的假牙及身上的金属装饰品等。
12. 麻醉前一定要听从医生或者护士的叮嘱,做好术前的准备,否则会造成一些不良后果。
13. 掌握好麻醉药剂量:患者在麻药注射时,必须要在医生的指导下合理使用,避免注射过多或注射过少,以免出现

不适症状。

14. 排除过敏反应:在麻醉之前,首先要判断患者对麻药是否有过敏的情况,如果有过敏的情况要更换麻药。

15. 密切监护:在麻醉的时候需要密切观察患者的生命体征,可以判断血压或者是心率等生命体征是否有异常的情况。

16. 在做完全麻手术后应保持平躺的姿势休息,不要枕过高的枕头,做好身体的保暖工作,要保持伤口的清洁干燥,不要让伤口沾水,避免感染。饮食应清淡,不要吃辛辣、刺激等食物,以免不利于病情的恢复。

### 二、吸入麻醉和注射麻醉的优缺点

#### 1. 吸入麻醉

优点:吸入麻醉的实施方法简单,只需要通过挥发装置,药物通过患者的呼吸道进入体内即可发挥作用,目前的吸入麻醉药物对循环和呼吸的抑制作用较轻;药物无需经过肝脏和肾脏代谢,即使肝肾功能不佳的患者也可以安全使用吸入麻醉。缺点:需要特殊的挥发装置,患者吸入或排出药物时会导致手术室空气的污染,吸入麻醉是引发恶性高热的高危因素。

#### 2. 注射麻醉

优点:没有空气污染,无需特殊装置

即可完成,现在的注射麻醉药物短效且可控,对循环和呼吸的抑制也相对较轻,且可控性较强。

缺点:由于注射麻醉药物进入体内后依赖肝脏和肾脏功能进行代谢,因此肝肾功能不佳的患者可能会有苏醒延迟的情况。

### 三、局麻和全麻的优点

1. 局部麻醉:镇痛效果确切,起效快,一般注射后1-3分钟可起效;对呼吸循环干扰小,一般不会引起呼吸抑制以及血压下降,心率减慢等;某些局麻药可治疗心律失常,如利多卡因为室性早搏的首选药;不影响患者意识,局麻时患者神志清醒,有利于术中与麻醉医师,手术医师配合。
2. 全身麻醉:患者舒适可消除患者紧张情绪;麻醉镇痛完全可消除不良应激反应;遗忘性好,对手术过程不良刺激无记忆;安全系数大,对肝肾功能影响小;麻醉深度可控性强,易于掌握,术后苏醒快,利于患者术后恢复。

总之,大家不要过于担心麻醉带来的危害。麻醉药物安全、舒适,均经过试验,在可控范围内,不会对患者产生影响。

(作者单位:广西河池市人民医院)

## 尿检验的作用及注意事项

□ 梅称

尿检验是医学上常用的一种检查方式,它可以帮助医生了解你的泌尿系统健康状况,以及是否存在某些潜在的健康问题。尿检验通常包括尿液的收集、化验和分析三个步骤。

### 一、尿检验的作用

尿检验在医学上具有重要的作用。首先,它可以检测尿液中的成分,如蛋白质、红细胞、白细胞、葡萄糖等,这些成分的变化可以反映泌尿系统的健康状况。其次,尿检验还可以检测尿液中的细菌、病毒等微生物,有助于诊断泌尿系统感染等疾病。

### 二、不同症状可能需要的尿检验检查项目

1. 尿频、尿急、尿痛:这些症状可能是尿路感染的征兆。尿检验可以检测尿液中的白细胞数量,帮助诊断尿路感染。
2. 尿液颜色异常:尿液颜色异常可能是肾脏疾病或尿路结石的征兆。尿检验可以检测尿液中的红细胞和白细胞数量,同时观察尿液的颜色和透明度,有助于诊断肾脏疾病和尿路结石。
3. 排尿困难:排尿困难可能是前列腺疾病的征兆。尿检验可以检测尿液中的前列腺特异性抗原(PSA),有助于诊断前列腺癌。

4. 血尿:血尿可能是泌尿系统肿瘤的征兆。尿检验可以检测尿液中的红细胞数量,同时观察尿液的颜色和透明度,有助于诊断泌尿系统肿瘤。

5. 尿频但无尿液排出:这种情况可能是肾衰竭的征兆。尿检验可以检测尿液中的电解质和肌酐等指标,有助于评估肾功能状况。

### 三、尿检验的注意事项

1. 留取清洁中段尿:为了保证尿液样本的质量,需要留取清洁中段尿。在留取尿液前,需要用清水清洗外阴部,避免污染尿液样本。
2. 注意饮食和饮水:在进行尿检验

前,需要避免食用高蛋白、高脂肪和高盐的食物,避免大量饮水和喝咖啡等刺激性饮料,以免影响尿液成分的检测。

3. 避免使用某些药物:某些药物会影响尿液成分的检测,如利尿剂、抗生素等。在尿检验前需要咨询医生并告知医生正在使用的药物。

总之,尿检验是一种重要的医学检查方式,可以帮助医生了解你的泌尿系统健康状况。了解不同症状可能需要的尿检验检查项目,可以帮助你更好地了解自己的健康状况,并采取相应的预防和

(作者单位:河北省献县人民医院)

## 肥胖对健康的影响及其预防措施

□ 石文君

在现代社会中,肥胖成为一个越来越严重的问题,不仅仅是外观上的困扰,更是对健康的威胁。肥胖与健康之间存在着密切的关系,不仅会对身体造成负面影响,还会增加患各类疾病的风险。然而,我们可以采取一些预防措施,以减轻肥胖带来的健康问题。本文将围绕肥胖与健康的关系、影响以及预防措施展开讨论,帮助大家更好地了解肥胖问题,并采取有效的预防措施。

### 一、肥胖对健康的影响

1. 心血管疾病:肥胖与心血管疾病密切相关,肥胖者患高血压、冠心病、脑卒中等疾病的概率大大增加。
2. 糖尿病:肥胖者容易患上糖尿病,因为身体需要更多的胰岛素来代谢过多

的糖分。

3. 呼吸系统问题:肥胖者容易发生呼吸道问题,如哮喘、慢性阻塞性肺疾病等。
4. 骨关节疾病:肥胖者会增加膝关节、髋关节等关节的负担,导致关节炎、关节磨损等问题。
5. 心理健康:肥胖还会影响心理健康,如自卑、抑郁等情绪问题。

### 二、预防措施

1. 合理饮食:控制饮食量,避免过度进食,注意饮食均衡,多摄入蔬菜、水果、粗粮等低热量食物。同时,要限制高糖、高脂肪食物的摄入。
2. 适量运动:每周进行至少150分钟中等强度的有氧运动,如快走、游泳、

骑车等,有助于消耗热量,控制体重。

3. 保持良好的生活习惯:保证充足的睡眠,避免熬夜;合理安排工作和生活,避免过度疲劳和压力过大。

4. 定期检查:定期进行身体检查,及时发现并控制各种潜在的健康问题。

5. 心理调适:面对肥胖问题,要保持积极乐观的心态,接受自己,与他人分享自己的困扰和努力,寻求支持和帮助。

6. 寻求专业帮助:如果自己无法有效控制体重,可以寻求专业医生的帮助,制定个性化的减肥计划。

### 三、个体差异与减肥效果

每个人的身体状况和代谢能力都有所不同,因此减肥效果也会有所不同。此外,年龄、性别、遗传等因素也会影响减

肥效果。因此,在减肥过程中,应根据个体差异制定个性化的减肥计划,并坚持不懈地执行。

### 四、结论

综上所述,肥胖对身体健康的影响不容忽视。通过合理的饮食、适量的运动、保持良好的生活习惯等预防措施,可以有效控制体重,降低肥胖对身体健康的危害。同时,我们也应该认识到个体差异的存在,根据自身情况制定个性化的减肥计划,坚持不懈地执行。只有这样,才能真正实现健康减肥的目标。最后,让我们共同努力,以健康的生活方式面对肥胖问题,让我们的身体更加健康,生活更加美好。

(作者单位:河北省张家口第一医院)

## 麻醉知识,你了解多少

□ 钱广锋

在我们的日常生活中,手术是一个不可避免的话题。无论是为了治疗疾病,还是为了改善生活质量,手术都是一个常见的选择。然而,许多人对于手术的恐惧源于对麻醉的未知。今天,我们就来介绍一下麻醉知识,让你不再害怕手术。

### 一、麻醉是什么

麻醉,简单来说,就是通过药物或其他方法,使人在手术或治疗过程中无痛。麻醉药物会在短时间内作用于中枢神经系统,使患者感觉不到疼痛,同时保持意识和知觉。这使得医生能够在无痛的环境下进行手术,同时也让患者感到舒适和

放松。

### 二、麻醉方法有哪些

麻醉方法根据手术的种类和患者的状况而有所不同。常见的麻醉方法包括局部麻醉、全身麻醉、椎管内麻醉等。局部麻醉适用于较小的手术,如拔牙或小的外科手术。全身麻醉则适用于较大手术,需要更长的麻醉时间。椎管内麻醉则介于局部和全身麻醉之间,适用于需要较长手术时间的手术。

### 三、麻醉的风险是什么

尽管麻醉是为了减轻疼痛,但它并不意味着没有风险。一些常见的麻醉风险

包括呼吸问题、心跳过快或过慢、低血压等。然而,这些风险通常可以通过医生的监测和适当的药物调整来预防或减轻。事实上,随着医学技术的进步,麻醉的风险已经大大降低。

### 四、如何选择最适合的麻醉方法

选择最适合的麻醉方法通常取决于手术的类型、大小以及患者的健康状况。医生会根据这些因素,以及患者的病史和体格检查结果,来决定最适合的麻醉方法。无论选择哪种麻醉方法,你都应该与你的医生保持密切的沟通,了解你的风险和机会。

### 五、如何准备接受麻醉

接受麻醉前,你需要做好充分的准备。这包括告诉医生你的所有健康状况和正在服用的药物,以及任何你可能会在手术前或手术后使用的药物。此外,你还需要确保你的身体状况适合接受手术,可能需要进行一些饮食调整或接受其他形式的预先治疗。

总的来说,尽管手术和麻醉可能会带来一些恐惧和不确定性,但通过了解这些基础知识,我们可以更好地准备并应对这些挑战。

(作者单位:河北省怀安县医院)