

甲状腺功能减退的症状与诊断方法

□ 樊玉珠

甲状腺功能减退是一种常见的内分泌疾病，主要是由于甲状腺激素分泌不足或功能减退引起的。本指南将介绍甲状腺功能减退的诊断方法和步骤，以帮助患者获得及时、准确的诊断和治疗。

一、病史和症状

甲状腺功能减退的主要症状包括乏力、疲倦、畏寒、浮肿、体重增加、便秘等。部分患者可能还会出现心率减慢、记忆力减退、皮肤干燥等症状。此外，女性患者还可能出现月经紊乱或闭经等症状。

二、诊断步骤

1. 初步检查

初步检查包括基础甲状腺激素水平、促甲状腺激素(TSH)水平等。这些指标

可以帮助医生初步判断是否存在甲状腺功能减退。如果初步检查发现基础甲状腺激素水平降低或TSH水平升高，则需进一步检查以确定病因。

2. 确定病因

进一步检查包括甲状腺过氧化物酶抗体(TPOAb)和甲状腺球蛋白抗体(TgAb)等抗体水平，以及甲状腺彩超、甲状腺放射性碘摄取试验等。这些检查可以帮助医生确定甲状腺功能减退的病因，如自身免疫性甲状腺炎、甲状腺手术或放射性碘治疗等。

3. 确诊和治疗

在确定病因后，医生会根据患者的具体情况制定治疗方案。对于轻度甲状腺功能减退患者，可通过药物补充甲状腺激素进行治疗；对于中重度患者的甲状

腺功能减退除了口服药物以外，还需要根据出现的并发症，选择合适的对症治疗。以免严重时导致心力衰竭，造成死亡。

三、注意事项

1. 定期复查

患者在治疗过程中需要定期复查甲状腺功能，以便医生了解治疗效果并及时调整治疗方案。一般建议每3-6个月复查一次。

2. 避免过度劳累和情绪波动

甲状腺功能减退患者需要避免过度劳累和情绪波动，以免加重病情。患者应保持充足的睡眠和良好的心态，有助于病情的恢复。

3. 饮食调理

甲状腺功能减退患者应注意饮食调

理，适当增加蛋白质和维生素的摄入，以维持身体的基本需求。同时，可适量进食含碘食物，但应避免过高碘含量食物。

四、结语

甲状腺功能减退是一种常见的内分泌疾病，症状多样，易被忽视。本指南通过病史和症状、初步检查、确定病因和确诊和治疗等步骤，帮助患者获得及时、准确的诊断和治疗。在日常生活中，患者应注意定期复查、避免过度劳累和情绪波动、饮食调理等方面，以助于病情的恢复。

总之，甲状腺功能减退的诊断需要综合考虑患者的病史和症状、检查结果和治疗方法等多个方面。通过本指南提供的指导，患者可以更好地了解该疾病，并获得更有效的治疗效果。

(作者单位：河北省石家庄市中医院)

房性早搏是什么，你了解吗

□ 付达

在我们的日常生活中，心脏的跳动节奏常常被我们忽视，然而，当这个节奏出现问题时，我们可能就需要关注了。房性早搏就是这样一种可能影响心脏节奏的问题。那么，房性早搏是什么呢？我们需要关注吗？接下来，就让我们一起揭开它的神秘面纱。

首先，我们需要了解什么是房性早搏。简单来说，房性早搏是一种心脏异常跳动。当心脏的正常节律在某一个位置提前跳动了一次，这就是房性早搏。这可能由多种原因引起，包括心血管疾病、压力、睡眠不足、过度饮酒或吸烟等。虽然大多数人可能不会有明显症状，但有时

它可能会引起心悸、胸闷或其他不适。

那么，我们需要关注房性早搏吗？答案是：这取决于你的具体情况。如果你的心脏健康状况良好，没有其他心血管疾病或潜在的健康问题，那么房性早搏可能并不会对你产生太大的影响。然而，如果你有任何疑问或担忧，最好咨询医生。医生会根据你的具体情况给出建议，包括是否需要进一步的检查或治疗。

如果你觉得自己的心脏节奏出现了问题，可以尝试一些简单的自我监测方法。例如，你可以记录一天中你感觉心悸的次数，或者记录你在做一些活动(如跑步、爬楼梯)时的心率。如果你发现这些

数据异常，或者你经常感到不适，那么最好及时就医。

同时，我们也需要了解一些可以降低房性早搏风险的生活方式。首先，保持健康的饮食习惯，尽量少吃高脂肪、高盐和高糖的食物。其次，保持适度的运动，避免过度劳累。最后，保持良好的睡眠质量，避免熬夜。

另外，我们需要警惕一些可能会加重房性早搏的症状。这些症状包括心悸、胸闷、胸痛等。如果你发现自己的症状在短时间内没有改善，或者你感到不适的情况越来越频繁，那么你应该及时就医。

总的来说，房性早搏虽然是一种常见的心脏问题，但大多数情况下并不会对我们的生活造成太大的影响。然而，如果你感到担忧或不适，最好咨询医生。通过了解和遵循一些健康的生活方式，我们可以降低房性早搏的风险，同时也可以必要时寻求医生的帮助。

最后，我想说的是，无论你是否患有房性早搏，保持健康的生活方式都是非常重要的。均衡的饮食、适量的运动、充足的睡眠和良好的心态都是维护心脏健康的关键。让我们一起关爱自己的身体，预防疾病的发生，享受健康的生活。

(作者单位：河北省石家庄市中医院)

浅谈手术室护理中紧急情况处理和抢救措施

□ 代蕴敬

手术治疗是医院治疗体系中的常用治疗方法，手术室是医疗工作的重要场所，是体现医疗卫生事业发展与医院管理水平的重要标志，其中涉及到的紧急情况处理与抢救措施对于医护人员来说至关重要。手术室护理中紧急情况处理和抢救措施是医护人员必须掌握的基本技能。患者出现紧急情况时，医护人员应立即采取相应的处理和抢救措施，以确保患者的生命安全。医护人员应不断提高自身的专业技能和服务意识，为患者提供更加优质、高效、安全的医疗服务。

一、手术室紧急情况处理

1. 患者发生呼吸、心跳骤停

手术过程中患者可能会出现呼吸、心跳骤停等紧急情况。护士应立即进行心肺复苏(CPR)，同时呼叫其他医护人员进行协助。患者恢复心跳后及时给予吸氧、输液等治疗措施，确保患者的生命安

全。护士应密切观察患者的情况，进行心电图检查，观察患者心跳情况的变化。记录患者的生命体征变化，及时发现处理任何异常情况。

2. 严重过敏反应

手术抢救中患者可能会出现过敏性休克等严重的过敏反应，手术室护士应立即给予抗过敏治疗，如注射抗组胺药物、糖皮质激素等。立即停止手术对患者进行生命体征监测，确保患者的安全。为患者进行人工呼吸和心肺复苏等抢救措施，应密切观察患者的反应和病情变化，为后续的治疗和护理工作提供依据。如果患者出现气道阻塞应立即评估患者的情况，使用喉镜或支气管镜进行通气，或者使用面罩加压给氧。

3. 严重出血

手术室手术中可能出现患者严重出血的情况，需要快速评估患者的状况，了解患者的病史和手术过程中的情况。患

者术中出现休克，医护人员应立即给予输液、输血等治疗措施，采取使用止血药物、压迫止血等止血措施，维持患者的生命体征。同时进行病因治疗，如控制感染、纠正代谢紊乱等。

二、手术室抢救措施

急救护理是急救医疗的重要部分，应对紧急情况时护士需要保持冷静，迅速做出反应与医生紧密配合，共同应对紧急情况。护士需要密切观察患者的生命体征，及时调整治疗方案，确保患者的安全。医护人员需要注意手术室的安全和防护，遵守相关的安全规定和操作流程，确保手术室的安全和卫生。医护人员需要注意自身的职业安全和防护，如佩戴合适的防护用品、避免交叉感染等。

1. 心肺复苏(CPR)

心肺复苏是手术室抢救中最为重要的措施，在患者发生呼吸、心跳骤停时，及时进行心肺复苏可以有效地恢复患者

的生命体征。在进行心肺复苏时，手术室护士应按照规定进行操作，包括胸外按压、人工呼吸等。根据患者的具体情况选择合适的按压频率和深度。

2. 抗过敏治疗

患者出现严重过敏反应时，及时进行抗过敏治疗可以有效地缓解患者的症状。常用的抗过敏药物包括抗组胺药物、糖皮质激素等。使用抗过敏药物时，手术室护士应密切观察患者的反应情况，根据需要进行调整。

3. 止血措施

患者出现严重出血时，及时采取止血措施可以有效地控制出血量。常用的止血措施包括使用止血药物、压迫止血等。手术室护士使用止血药物时应密切观察患者的反应情况，根据需要进行调整。严重的出血情况应立即启动紧急输血程序。

(作者单位：四川省自贡市精神卫生中心)

探讨预防小儿哮喘发作的策略

□ 崔晓敏

哮喘是一种常见的慢性呼吸道疾病，主要症状包括咳嗽、气喘、胸闷和呼吸困难等。对于小儿哮喘患者，预防发作至关重要。本文将介绍一些预防小儿哮喘发作的策略，帮助家长更好地照顾孩子。

一、了解哮喘的诱因

了解哮喘的诱因是预防发作的关键。常见的诱因包括过敏原、呼吸道感染、气候变化、情绪波动等。家长应该了解孩子的过敏原，如花粉、尘螨、海鲜等，并尽量避免让孩子接触这些过敏原。同时，关注天气变化，适时增减衣物，避免孩子感冒。

二、保持室内空气流通

保持室内空气流通有助于预防小儿

哮喘发作。家长应该经常开窗通风，保持室内空气新鲜。同时，在孩子睡觉时，可以适当调低室内湿度和温度，以减轻孩子的不适感。

三、合理饮食

合理的饮食对预防小儿哮喘发作也有重要作用。家长应该注意孩子的饮食卫生，避免让孩子食用生冷、油腻、刺激性食物。同时，应该让孩子多喝水，保持身体水分充足。对于过敏体质的孩子，家长应该注意避免让孩子食用可能引起过敏的食物。

四、加强锻炼

加强锻炼有助于增强孩子的体质，提

高免疫力，预防哮喘发作。家长可以带孩子进行适当的户外运动，如散步、慢跑、游泳等，以增强孩子的体质。

五、及时就医

对于小儿哮喘患者，及时就医是预防发作的重要措施。家长应该关注孩子的身体状况，如有异常表现，应及时就医。在医生的指导下，合理使用药物，控制哮喘症状，预防发作。

六、心理护理

心理护理对预防小儿哮喘发作同样重要。家长应该关注孩子的情绪变化，给予孩子关爱和支持，帮助孩子树立战胜疾病的信心。同时，家长应该避免在孩子

面前表现出过度紧张和焦虑的情绪，以免影响孩子的心理健康。

小儿哮喘是一种常见的慢性呼吸道疾病，预防发作至关重要。了解哮喘的诱因、保持室内空气流通、合理饮食、加强锻炼、及时就医和心理护理是预防小儿哮喘发作的六大策略。家长应该认真执行这些策略，关注孩子的身体状况，给予孩子关爱和支持，帮助孩子战胜哮喘这个慢性疾病。同时，家长也应该了解哮喘的基本知识，以便更好地照顾孩子。通过采取这些措施，我们可以有效地预防小儿哮喘发作，提高孩子的生命质量。

(作者单位：河北省邯郸市第二医院)