

# 日间手术麻醉的要点浅析

□ 周真真

随着医疗技术的不断发展,日间手术已成为越来越多患者的首选。这种手术方式的特点是手术当天入院、当天出院,大大缩短了住院时间,减轻了患者的经济负担和身心压力。而与之配套的麻醉技术也得到了不断的完善和提升,使得患者在手术过程中的舒适度和恢复速度得到了显著提高。

## 一、术前准备

1.评估病情:在决定进行日间手术前,医生会对患者的病情进行全面评估,确保患者适合进行手术,且麻醉风险在可控范围内。

2.术前检查:患者需要进行一系列术前检查,包括血液、心电图、超声心动等,以确保麻醉和手术的安全。

3.术前教育:患者和家属需要了解手术

和麻醉相关知识,如禁食禁水时间、术后注意事项等,以便更好地配合医生。

## 二、术中麻醉

1.麻醉方式:根据手术部位和患者情况,医生会选择合适的麻醉方式,如局部麻醉、全身麻醉等。

2.麻醉药物:为了确保患者安全,术中使用的麻醉药物剂量会严格控制。同时,医生会密切监测患者的生命体征,以便及时调整药物剂量。

3.麻醉深度监测:在手术过程中,医生会使用各种监测设备,如呼吸、血压、心率等,以实时监测患者麻醉深度,确保患者生命安全。

## 三、术后恢复

1.术后观察:患者在术后会被送入观察

室,持续监测生命体征,确保安全。

2.疼痛管理:术后疼痛是难免的,医生会根据患者疼痛程度给予适当的镇痛药物,以减轻疼痛不适感。

3.早期活动:术后尽早活动有助于促进血液循环、预防血栓形成等。医生会根据手术情况和患者身体状况,指导患者进行适当活动。

4.饮食恢复:术后恢复期间,患者需遵循医生建议,合理安排饮食,以促进身体恢复。

5.术后随访:患者需按时回医院进行术后随访,以便医生了解恢复情况,及时调整治疗方案。

## 四、常见问题解答

1.麻醉会影响智力吗?

答:通常情况下,手术麻醉不会影响智力。麻醉药物在手术结束后会逐渐被代谢掉,不会在体内蓄积。但过量或误用药物可能会导致智力受损。

2.术后多久可以恢复到正常生活?

答:根据手术部位和病情不同,术后恢复时间也会有所不同。一般来说,日间手术可在当天出院,恢复正常生活需要一段时间,具体时间需根据医生建议 and 患者身体状况而定。

日间手术麻醉是一种安全、高效的手术方式,具有快速恢复、轻松出院的优点。术前准备、术中麻醉和术后恢复是确保患者安全的关键环节。了解这些环节的相关知识,有助于患者更好地配合医生,加速康复进程。

(作者单位:河北省沧州市中心医院)

# 妊娠期糖尿病的症状与预防措施

□ 孙晓苗

妊娠期糖尿病是一种常见的妊娠期并发症,对孕妇和胎儿的健康都可能产生不良影响。为了确保孕妇和胎儿的健康,我们需要对妊娠期糖尿病进行正确的认识和宣教。

## 一、妊娠期糖尿病的定义和原因

妊娠期糖尿病是指在妊娠期间首次发现或发生的糖尿病。这种情况通常是由于孕妇体内胰岛素分泌不足或对胰岛素敏感性降低所引起的。在妊娠期间,孕妇体内的激素水平发生变化,导致血糖水平波动。此外,随着胎儿的生长发育,孕妇的胰岛素需求量增加,如果不能得到足够的胰岛素供应,就可能导致妊娠期糖尿病。

## 二、妊娠期糖尿病的症状

妊娠期糖尿病通常没有明显症状,但可能出现多饮、多食、多尿的情况。如果不及及时治疗,可能会导致胎儿生长受限、羊水过多、早产、胎儿畸形、新生儿低血糖等情况。

## 三、妊娠期糖尿病的健康宣教

1.饮食控制:妊娠期糖尿病的饮食控制非常重要。孕妇应遵循低糖、高纤维、高蛋白质的饮食原则,少吃含糖量高的食物,如糖果、甜点等。同时,要保证足够的营养摄入,以满足胎儿和孕妇的需要。建议孕妇在饮食上遵循少食多餐的原则,避免暴饮暴食。

2.运动:适当的运动有助于控制血糖。孕妇可以在医生的建议下选择适合自己的运动方式,如散步、瑜伽等。但要注意不要过度运

动,以免对胎儿造成影响。

3.定期产前检查:孕妇应定期进行产前检查,以便医生及时了解孕妇和胎儿的情况,及早发现并控制血糖。

4.心理调适:妊娠期糖尿病可能会给孕妇带来一定的心理压力,因此孕妇应保持良好的心态,积极面对疾病。家人和社会也应给予孕妇支持和关爱,帮助她们缓解心理压力。

5.用药:在某些情况下,孕妇可能需要使用胰岛素来控制血糖。在使用胰岛素时,应遵循医生的建议,按时注射,并注意监测血糖水平。

6.预防感染:妊娠期糖尿病孕妇应避免接触感染源,以预防感染。如果出现发热、咳嗽等症状,应及时就医。

7.避免过度劳累:孕妇应避免过度劳累,注意休息和睡眠,保持良好的生活习惯。

## 四、妊娠期糖尿病的预防

预防妊娠期糖尿病的方法包括合理饮食、适量运动、定期产前检查等。孕妇在孕期应避免高糖食物,增加蔬菜、水果和全谷类食物的摄入量,保证营养均衡。同时,孕妇应保持乐观的心态,避免过度紧张和焦虑。

总之,妊娠期糖尿病是一种常见的妊娠期并发症,对孕妇和胎儿的健康都可能产生不良影响。通过正确的认识和宣教,孕妇可以更好地应对妊娠期糖尿病,保障母婴健康。

(作者单位:山东省淄博市博山区人民医院)

# 巨幼红细胞“巨大”的常见症状及预防方法

□ 唐耀宏

在我们的身体中,红细胞是负责输送氧气和营养物质的重要细胞。它们通过血管不断流动,为身体的各个部位提供所需的氧气。然而,当红细胞变得“巨大”时,会给我们的健康带来不小的威胁。今天,我们将一起揭开“巨幼红”的神秘面纱,探讨红细胞巨大化会引发怎样的健康危机。

## 一、什么是巨幼红?

巨幼红是指一种异常大的红细胞,通常是由缺乏维生素 B12 或叶酸等营养物质引起的。这些营养物质是细胞分裂和 DNA 合成所必需的,缺乏它们会导致红细胞发育不良,进而导致巨大化的红细胞。

## 二、红细胞巨大化引发的健康危机

1.贫血:巨大化的红细胞会导致血液中红细胞数量增加,从而引发贫血。贫血会影响身体各部位的正常运转,如肌肉、心脏等,使人感到疲劳、无力、头晕等。

2.神经认知问题:巨幼红还会影响神经系统的正常功能。由于神经细胞需要足够的氧气供应,巨大化的红细胞会导致氧气供应不足,进而影响神经细胞的正常功能。这可能会导致记忆力下降、思维迟缓、注意力不集中等问题。

3.消化问题:巨大化的红细胞也可能导致消化系统的问题。由于胃黏膜也需要足够的营养物质来维持其正常功能,缺乏维生素 B12 或叶酸可能导致胃黏膜萎缩,进而引发胃炎、胃溃疡等疾病。

4.免疫系统受损:巨幼红也可能影响免疫系统的正常功能,导致免疫力下降。这可能会增加感染疾病的风险,如感冒、肺炎等。

## 三、为什么巨幼红细胞会变得“巨大”?

1.巨幼红细胞是指外周血的红细胞体积增大,最常见的疾病是巨幼红细胞贫血疾病,是由于体内维生素 B12 或者叶酸的降低所引起。叶酸和维生素 B12 降低,或者两者同

时缺乏引起细胞代谢发生一系列的障碍,就能引起红细胞合成减少,而且特征性表现为红细胞体积增大,这时候就叫巨幼细胞性的贫血。巨幼细胞性贫血一般补充叶酸或者 B12 以后,贫血会迅速纠正。

2.在一些其它的疾病里面,比如骨髓增生异常综合征,一些其它的血液系统的疾病,也能表现为红细胞的增大,但这种红细胞的增大往往体积轻度增大。此时,可以通过检查血中叶酸、维生素 B12 的浓度加以鉴别,或者通过抽骨髓的方法鉴别疾病,根据不同原因引起的疾病进行针对性治疗。

3.所以巨幼红细胞性贫血,之所以出现细胞大,主要还是由于叶酸、B12 的缺乏,所导致的核浆发育不平衡。

## 四、巨幼红细胞“巨大”的特点

1.巨幼红细胞性贫血的特点是血红蛋白的水平低于正常值,红细胞的平均体积以及平均红细胞的血红蛋白的含量都是高于正常值,比如红细胞呈大细胞型,是红细胞的体积是>100FL,平均红细胞的血红蛋白的浓度>32p 克。中性粒细胞核分叶过多,而且有的中性粒细胞核的分叶可以>5 个,也是病变的特点。而且有时候巨幼红细胞会呈现为三系减少,就是白细胞、血红蛋白的浓度,以及血小板都是低于正常值。

2.骨髓象往往表现为核细胞的增生和活跃,各型细胞均表现为巨幼的恶变的特点。另外,改变和贫血的严重程度,有正相关性。此类生化的特点是叶酸和 B12 的测定都低于正常值,在临床上表现上可能是一个慢性疾病的过程。有的人可能会慢慢地表现为乏力、容易疲倦、头晕,有的人可能会出现活动后的心悸、气短。部分患者甚至可能会出现黄疸,有的人也可能会出现明显的食欲缺乏、腹胀、腹泻、便秘症状。这些都是贫血导致的消化系统的改变,也有的人可能会出现口腔黏膜、舌

乳突、胃肠道黏膜的上皮细胞发生一些改变。

3.有的人由于贫血也会出现一些神经系统的一些特征,比如头晕、头痛、注意力不集中。对于巨幼红细胞性贫血或者大细胞性贫血,可能还有一些特征性的表现,会出现手足麻木、深部的感觉障碍,也有的人可能会出现共济失调,也可能表现为腱反射消失或者亢进。这些都是由于维生素 B12 缺乏导致的巨幼红细胞特征性的神经系统的改变,所以一旦出现贫血,需要及时到医院就诊,根据辅助检查的结果判断是哪一种类型的贫血,并及时干预治疗,对患者的预后有改善。

## 五、巨幼红细胞“巨大”的常见症状表现

1.巨幼红细胞性贫血的症状包括乏力,头晕,活动后气短,心悸,黄疸,反复发作的舌炎,舌面光滑,舌乳头消失,食欲不振,腹泻,便秘等。部分患者还可以出现手足对称性麻木,下肢步态不稳,感觉障碍,行走困难,嗜睡,精神错乱。

2.发生巨幼红细胞性贫血时,病人往往出现叶酸或者维生素 b12 的缺乏,骨髓中红系细胞,粒细胞以及巨核细胞可以出现巨幼样改变,这些巨变的细胞可以发生原位溶血,外周血液当中可以出现全血细胞的减少。需要按照医生的指导,补充叶酸或者维生素 B12 进行治疗。

3.同时要注意纠正偏食挑食的不良习惯,多吃新鲜的蔬菜和水果,多吃动物的肝脏,动物的肾脏,瘦肉,鸡蛋等,还要改善烹饪习惯,蔬菜不要过度的烹煮。

六、发生巨幼红细胞性贫血的原因是什么呢?

巨幼红细胞性贫血通常情况下是由于营养不良、吸收和利用障碍、消耗过大以及先天因素导致。

1.吸收和利用障碍:慢性腹泻、小肠切除、局限性回肠炎、肠结核等疾病会影响维生

素 B2 与叶酸的吸收。而肝脏疾病、急性感染、胃酸减少或维生素 C 缺乏则会影响维生素 B2 与叶酸的代谢或利用。

2.消耗过大:未成熟儿、新生儿及婴儿期生长发育迅速,造血物质需要量相对增加。如摄入不足,则易缺乏维生素 B2 和叶酸。反复感染时,维生素 B12 及叶酸消耗增加,易导致缺乏。

3.营养不良:维生素 B2 主要存在于动物食品中,如肝、肾、肉类等,而奶类含量甚少。叶酸则以新鲜绿叶蔬菜、肝、肾等含量较多。若不及时添加辅食或年长儿长期偏食,容易导致维生素 B2 或叶酸的缺乏而诱发疾病。

4.先天因素:胎儿通过胎盘从母体获取维生素 B2 和叶酸,贮存在肝脏中。如孕妇患维生素 B12 或叶酸缺乏,则新生儿贮存少易发生此类疾病。

## 七、如何预防巨幼红?

预防巨幼红的关键是保持均衡的饮食,摄入足够的维生素 B12 和叶酸。以下是一些预防措施:

1.饮食多样:确保食物的多样性,包括富含

维生素 B12 和叶酸的蔬菜、水果、全谷物等。

2.定期检查:定期进行血液检查,以便及时发现营养物质的缺乏并采取相应的治疗措施。

3.合理补充营养素:如果饮食中缺乏维生素 B12 或叶酸,可以适当补充。对于老年人来说,由于消化吸收能力下降,更容易出现缺乏维生素 B12 的情况,因此定期到医院进行血液检查和适当补充维生素 B12 是非常重要的。

总之,巨幼红是一种由营养物质缺乏引起的红细胞巨大化现象,会给我们的健康带来不小的威胁。通过保持均衡的饮食,定期检查和适当补充营养素,我们可以有效地预防巨幼红的发生。让我们关爱自己的身体,关注健康,从了解和预防巨幼红开始。

(作者单位:上海市黄浦区体检站)