

# 小儿麻醉的种类与注意事项

□ 吕 坤

小儿手术对于孩子和家长来说是一个令人紧张的经历,但通过了解必要的预防措施,能确保孩子的手术过程更加安全和顺利。本篇科普文将为家长提供相关建议,从而确保孩子的手术安全。

## 一、儿童麻醉与成人麻醉一样吗

在医疗领域,麻醉是一项非常重要的技术,能够患者在手术过程中不感觉到任何疼痛,但对于儿童来说,麻醉可能会有不同的考虑因素。儿童的生理特点与成人有很大的差异,他们的呼吸系统和心脏功能尚未完全发育,这意味着在麻醉前需要谨慎评估其健康状况。且儿童的代谢率通常较高,药物在他们体内的分布和消除速度也会有所不同。同时,儿童对麻醉药物的反应可能会与成人不同,其中枢神经系统正在发育,所以对药物的敏感性存在较强差异性。某些药物在儿童体内的代谢不同于成人,这表示医生要根据儿童具体情况,进行个体化的剂量调整。此外,麻醉对儿童的心理影响也要引起关注,对于年幼的孩子来说,麻醉可能会引起焦虑、恐惧等负面情况。为了减轻他们的紧张情绪,医生通常会采用特殊技巧,如使用游戏、玩具等分散注意力。

## 二、全身麻醉和局部麻醉如何选择

全身麻醉和局部麻醉是手术过程中常见的两种麻醉方式,选择合适的麻醉方式对于患者手术体验非常重要。那么,我们应该如何选择全身麻醉和局部麻醉呢?全身麻醉适用于大规模手术,需要完全失去意识的情况下使用。在全身麻醉下,患者会进入无意识状态,手术期间不会感受到任何疼痛或不适。这种麻醉方式能有效控制患者的生理指标,确保手术的安全性。然而,全身麻醉也有一定的风险,会影响到心脏、呼吸系统,且在恢复期间时常出现恶心、呕吐等不适感。相比之下,局部麻醉是在手术区域施加药物,使神经阻滞,从而达到麻醉效果,局部麻醉通常适用于小型手术,如皮肤切割、拔牙等。能有效减少全身麻醉带来的不适感,恢复期相对较短。然而,局部麻醉并不能完全消除手术过程中的疼痛感,患者可能会感到不同程度的刺痛。在选择麻醉方式时,医生会根据手术性质、患者健康状、个人意愿进行综合考虑。对于小规模手术,如拔牙、皮肤手术等,局部麻醉可能是较为合适的选择;而对于复杂的手术,如心脏手术、脑部手术等,全身麻醉则更为安全。此外,患者身体状况也是选择

麻醉方式的重要因素,如果患者有心脏病、呼吸系统疾病、其他严重的健康问题,全身麻醉会增加手术的风险。在这种情况下,局部麻醉是更安全的选择。

## 三、孩子麻醉手术前为什么要禁饮食

当孩子需要进行麻醉手术时,可能会被告知在手术前需要禁止饮食。这对于家长来说可能会有些困惑,他们会好奇为什么孩子在手术前需要空腹。事实上,禁食是手术准备中非常重要的部分,有助于孩子手术的成功。

1.预防麻醉中的并发症。在手术过程中,孩子将接受麻醉药物,这些药物可能会对消化系统产生影响。如果孩子手术前进食,那么在麻醉过程中,他们可能会出现呕吐的情况。呕吐不仅会增加手术风险,还可能导致误吸,引起肺部感染等严重并发症。因此,禁食可以减少手术期间的呕吐风险,确保孩子的安全。

2.减少手术操作的难度。手术过程中,医生要使用不同的工具和设备来进行操作。如果孩子手术前进食了,胃内可能会有食物残渣,这会增加手术操作的难度,也可能影响医生对内部器官的视野。可见,禁食能确保手术操作的顺利进行,提高手

术成功率。

3.预防术后并发症。手术后的恢复期间,孩子的身体需要时间来适应麻醉药物的影响。如果孩子手术前进食,会增加消化系统活动的可能性,从而导致术后出现腹胀、恶心等不适症状。通过禁食,可以让孩子的消化系统得到充分休息,减少术后并发症的发生。

## 四、孩子麻醉手术后哭闹,能否使用止痛药

孩子麻醉手术是一种常见的医疗过程,但有时候孩子在手术后可能会感到疼痛,导致哭闹不止。这时很多家长都会考虑给孩子使用止痛药来缓解疼痛,但对于孩子是否能使用止痛药,要了解相关的基本知识。我们需要明确的是,孩子麻醉手术后的疼痛是正常反应,手术过程中,医生会给孩子注射麻醉剂,使其失去痛觉,有利于进行手术操作。然而,麻醉剂作用会逐渐消退,孩子可能会感到疼痛,这种疼痛通常是暂时的,但有时也可能持续一段时间。如果孩子出现疼痛,应该与医生沟通。医生会根据孩子的情况评估是否需要使用止痛药。通常情况下,医生会根据孩子的年龄、体重、手术类型、疼痛程度来判断是否需要给孩子使用止痛药。

(作者单位:广西钦州市第二人民医院)

# 浅谈肥胖与心血管健康的关系

□ 张 孟

曾经,有一个叫张三的人,饱受肥胖之苦。他每天坐在办公室里,沉迷于工作,往往以快餐和零食填饱肚子。他的体重不断上升,而他却对肥胖对健康的影响毫不在意。然而,一次偶然的体检让他意识到,他的体重已经达到了危险的程度,肥胖正在逐渐侵蚀他的健康。

肥胖与心血管健康息息相关。想象一下,血管就像畅通无阻的公路系统,而肥胖则像是堆积的垃圾堵塞了交通。肥胖带来的过多脂肪会在血管壁上形成沉积物,逐渐堵塞血管,导致血液循环不畅。这不仅增加了心脏的负担,还使得心脏需要更大的力量来将血液泵送到全身各个部位。长期下来,这种负担会增加心脏疾病的风险。

高血压是肥胖的常见合并症。想象一下,

血管就像是柔软的管道,而高血压则像是强大的水流对它们施加的压力。肥胖增加了体内脂肪的积累,这导致心脏需要更多的力量来推动血液。随着心脏的不断努力,血管受到的压力也逐渐增加,导致血压升高。高血压不仅会使心脏过度劳累,还会损害血管壁,增加心脏疾病和中风的风险。

心脏病是肥胖带来的严重后果之一。想象一下,心脏就像是一台不知疲倦地运转的引擎,而肥胖则像是额外的负荷加在它身上。肥胖会导致心脏肌肉的负荷增加,使其需要更多的氧气和营养物质。当心脏无法满足需求时,冠状动脉可能会因为堵塞而引发冠心病,甚至心肌梗塞。这些心脏疾病都会对生命造成严重威胁。

肥胖还与高血脂密切相关。想象一下,

高血脂就像是堆积在血管壁上的脂肪块,阻碍了血液的畅通。肥胖会导致血液中低密度脂蛋白(LDL,即“坏”胆固醇)的水平升高,而高密度脂蛋白(HDL,即“好”胆固醇)的水平下降。这种失衡会增加血管壁上脂肪沉积的风险,形成血栓,进一步加重血管的堵塞。

预防与管理是关键。合理的饮食对心血管健康至关重要。摄入丰富的蔬菜和水果,减少高油、高糖和高盐食物的摄入,可以有效降低心血管疾病的风险。此外,适度的运动和锻炼也是保持心血管系统功能良好、消耗多余脂肪的重要手段。

同时养成健康的生活习惯也是至关重要的。睡眠对心血管健康有着重要影响。研究表明,睡眠不足会导致食欲增加,增加摄

入高热量食物的倾向,进而增加肥胖风险。因此,养成良好的睡眠习惯是减轻肥胖风险的重要一环。

在追求健康的道路上,寻求支持和资源是非常重要的。咨询医生或专业人士可以获得专业的建议和指导。此外,还可以通过可靠的网站和组织获取关于健康饮食、适度运动和心血管疾病管理的信息,帮助我们更好地了解并关注自身健康。

让我们行动起来,关注个人健康。每个人都有责任为自己的体重和心血管健康负责。通过改变生活方式,合理饮食,适度运动,养成良好的睡眠习惯,我们可以挺起健康旗帜,远离肥胖与心血管疾病的困扰。让我们一起迈向健康的道路,重获健康与幸福!

(作者单位:河北北方学院附属第一医院)

# 帕金森病患者的家庭护理措施

□ 义冬梅

帕金森病,又名震颤麻痹,是一种常见于中老年的神经系统变性疾病,发病率男性稍高于女性,其主要病理改变以黑质部位为主的多巴胺能神经元及其他含色素的神经元大量丢失,从而出现神经系统症状,主要表现为静止性震颤、运动迟缓、肌强直和姿势步态异常。帕金森病影响患者的日常生活和工作。除了药物治疗外,家庭护理也是重要环节。本文为您提供一份帕金森病家庭护理指南,帮助您更好地照顾患者提高生活质量。

## 一、了解帕金森病

帕金森病是一种慢性、进行性的神经系统疾病,隐匿起病,缓慢发展,主要影响老年人的运动功能。初发以震颤为多,随着病情的发展,可出现平衡障碍、步态不稳、运动迟缓等症。家人需协助和鼓励患者管理这些症状,例如协助患者下床活动或帮组病人做一些关节运动,推迟和防止关节强直和肌肉挛缩。

## 二、家庭护理的重要性

家庭护理在帕金森病的治疗中具有重要作用。通过科学的家庭护理,可以减轻患者的痛苦,提高生活质量。同时,家庭护理还可以帮助患者保持神经系统各项功能,延缓病情发展。还可以减轻患者的心理压力,提高患者的自信心和自

尊心。

## 三、家庭护理指南

1.饮食护理:保持均衡的饮食对于帕金森病患者非常重要。病人进食高热量、高维生素、低盐低脂、低胆固醇、适量优质蛋白的易消化饮食,如瘦肉、鱼、蔬菜、水果等。同时,应避免摄入过多的脂肪和糖分,以减轻身体负担。此外,患者应保持充足的水分摄入,以保持身体正常代谢。

2.运动护理:适当的运动可帮助病人保持运动功能,延缓病情发展。鼓励和协助患者下穿活动,进行一些简单的运动,如散步、太极拳等。运动时选择适宜节拍音乐,叮嘱患者依据节拍迈步行,使步行节律与节拍保持一致,缓解步态异常、步伐错乱,在运动过程中应注意安全,避免摔倒等意外事件发生;鼓励患者进行面部肌训练,如鼓腮、睁眼、闭眼、吸吹等;5~15 min/次,2次/d;以改善面部表情僵硬和吞咽困难、语言不利现象。协助患者进行肢体关键训练、头颈部活动,以防止关节僵硬、肌肉萎缩。(如头颈部的左右摆动、后仰、肢体关节的屈伸等)。

3.姿势护理:帕金森病患者容易出现姿势异常,如驼背、屈膝等。家属应帮助患者保持正确的姿势,如挺胸、收腹、直腰等。同时,家属可以指导患者进行一些

简单的体操训练,以改善姿势异常。

4.语言护理:帕金森病患者容易出现语言障碍,如发音不清、语速减慢等。家属应鼓励患者多说话,并进行一些语言训练,如练习发音、朗读等。同时,家属可以与患者进行沟通交流,帮助其提高语言表达能力。

5.心理护理:帕金森病患者容易出现焦虑、抑郁等情绪问题。家属应给予患者足够的关心和支持,帮助其树立信心,积极面对疾病。同时,家属可以引导患者进行一些放松的活动,如听音乐、看书等,以缓解焦虑情绪。

6.日常生活护理:家属应帮助患者保持日常生活规律,如定时起床、定时吃饭等。同时,家属应关注患者的安全问题,移开环境中的障碍物,鼓励患者克服胆怯心理,协助其移动,避免摔倒等。在日常生活中给病人足够时间去完成日常活动(如说话、写字、吃饭等)。鼓励患者采取舒适的卧位。对于完全卧床者,适当抬高床头(15°—30°)。对于流涎过多的病人可用吸管饮水,进食时病人保持坐位或者半卧位,,协助患者洗漱沐浴,保持舒适感,满足基本生活需求。

7.药物治疗护理:帕金森病患者需要长期服用药物来控制症状。家属需要帮助患者按时服药,注意药物的副作用和

不良反应。同时,家属还应注意药物的保存和保管,避免药物丢失或过期。

## 四、注意事项

1.避免过度劳累:家属在照顾患者时应注意避免过度劳累,以免影响自己的身体健康。同时,也要避免让患者过度劳累,以免加重病情。

2.保持积极心态:家属在照顾患者时应保持积极的心态,鼓励患者积极面对疾病。同时,也要关注自己的心理健康,避免出现情绪问题。家属可以鼓励患者参加心理咨询和治疗活动,帮助患者调整心态。

3.定期检查:家属应定期带患者去医院进行检查和治疗,以便及时了解患者的病情变化和治疗效果。家属需要协助患者做好复查工作,如提前预约、准备相关资料等。要注意观察患者的身体状况和情绪变化,及时发现并采取相应措施。

## 结语:

帕金森病是一种进展性神经系统变性疾病,在中老年患者中发病率较高,65岁以上老年人的发病率约在1.7%,40岁以下的青年患帕金森病的情况较少见,严重威胁着老年人的身体健康和精神健康,并会随着年龄增长而逐步加重,最终导致工作能力和生活质量下降。

(作者单位:广西水电医院)