

超声波检查的基本原理与应用范围

□ 张一力

超声波检查是一种无创、无痛、无辐射的身体检查方法,它被广泛应用于医疗领域,为临床诊断提供了重要的技术支持。本文将介绍超声波的基本原理、优点、应用范围以及注意事项。

一、超声波的基本原理

超声波是声波的一部分,是人耳听不见、频率高于20KHZ的声波,是由物质振动而产生的,并且只能在介质中传播。由于人体内部存在各种组织,它们对超声波的反射和吸收程度不同,因此通过超声波检测可以得到身体内部的信息。在超声波检查中,医生会将超声探头放在被检查区域,并涂抹介质耦合剂,这些声波会在人体内传播,遇到不同的组织时,会反射回来被仪器接收,仪器将这些反射

回来的信息进行处理和分析,就可以得到身体检查区域的图像,并以此来做出诊断。

二、超声波的优点

- 无创、无痛:**与传统的X光、CT和MRI等检查方法不同,超声波检查不会对患者的身体造成辐射损伤,也不会留下任何创伤性的痕迹。因此,它是一种非常安全的检查方法。
- 操作简便:**超声波仪器相较于CT、MRI体积小,移动及操作都比较方便,可以进行床旁危急重症患者检查,不仅方便了患者,也大大缩短了检查时间。
- 实时成像:**超声波检查可以得到实时的图像,医生可以根据图像的变化来判断病情的发展情况,并且实时给出诊断结果。

三、超声波的应用范围

- 腹部检查:**超声波可以用于检查肝脏、胆囊、胰腺、脾脏等器官的情况,可以发现肿瘤、囊肿、结石等病变。
- 泌尿系统检查:**超声波可以用于检查肾脏、输尿管、膀胱等器官的情况,可以发现结石、积水、肿瘤等病变。
- 妇科检查:**超声波可以用于检查子宫、卵巢、输卵管等女性生殖器官的情况,可以发现肿瘤、囊肿、息肉、积液等病变。
- 心血管系统检查:**超声波可以用于检查心脏和大血管的情况,可以发现心脏的结构异常、瓣膜病变、血管狭窄等病变。
- 浅表器官检查:**超声波可以用于检查甲状腺、乳腺、淋巴结等浅表器官的情况,可

以发现肿瘤、囊肿等病变。

四、注意事项

- 保持正确的姿势:**在进行超声波检查时,患者应该保持静止,不要随意移动身体或发出声音,以免影响检查结果。
 - 注意检查时间:**不同的器官和部位需要不同的检查时间,患者应该按照医生的建议进行适当的等待。
 - 注意隐私保护:**在进行超声波检查准备时,尽量避免穿裙子或紧身衣,可穿着宽松方便穿脱的衣服。
- 总之,超声波是一种无创、无痛、无辐射的身体检查方法,它被广泛应用于医疗领域,为医生提供了一种重要的诊断工具。

(作者单位:河北省石家庄市第三医院)

脑出血和脑梗死的康复治疗方法浅析

□ 苏慧娟

脑出血和脑梗死是两种常见的神经系统疾病,它们都可能导致严重的功能障碍。康复治疗和功能恢复对于这些患者来说至关重要,下面我们将详细介绍这两种疾病的康复治疗方法和功能恢复过程。

一、脑出血的康复治疗

脑出血是指大脑内的血管破裂,血液进入脑组织引起的疾病。康复治疗的目标是帮助患者恢复身体功能,减少残疾程度。

- 早期活动:**鼓励患者尽早开始活动,有助于预防肌肉萎缩和关节僵硬。
- 药物治疗:**根据医生的建议,可以使用药物来控制血压、减轻水肿和预防再次出血。
- 物理治疗:**通过按摩、推拿、针灸等方法,帮助患者恢复肌肉力量和关节活动度。

- 作业疗法:**通过日常生活活动训练,如穿衣、进食、洗漱等,提高患者的自理能力。

在功能恢复方面,脑出血患者可以从以下几个方面入手:

- 运动功能:**通过合理的康复训练,逐渐恢复肌肉力量和关节活动度。
- 认知功能:**部分脑出血患者可能会受到认知障碍的影响,需要进行认知训练来改善症状。
- 语言功能:**对于语言功能障碍的患者,可以通过语言训练和沟通技巧的练习来改善症状。
- 情绪管理:**学会调节情绪,保持积极的心态,有助于更好地应对疾病带来的挑战。

二、脑梗死的康复治疗

脑梗死是指脑血管堵塞,导致脑组织

缺血缺氧而坏死。康复治疗的目标是帮助患者恢复身体功能,提高生活质量。

- 早期活动:**鼓励患者尽早开始活动,预防肌肉萎缩和关节僵硬。
- 药物治疗:**根据医生的建议,可以使用药物来控制血压、改善血液循环和预防再次梗死。
- 物理治疗:**通过运动疗法和关节松动技术,帮助患者恢复肌肉力量和关节活动度。
- 作业疗法:**通过日常生活活动训练,如穿衣、进食、洗漱等,提高患者的自理能力和生活质量。

在功能恢复方面,脑梗死患者可以从以下几个方面入手:

- 运动功能:**通过合理的康复训练,逐渐

恢复肌肉力量和关节活动度。

- 感觉功能:**部分脑梗死患者可能会失去感觉功能,需要进行相应的训练来改善症状。
- 语言功能:**对于语言功能障碍的患者,可以通过语言训练和沟通技巧的练习来改善症状。同时,注意控制血糖、血压等危险因素,以降低再次梗死的风险。

总之,脑出血和脑梗死的康复治疗和功能恢复是一个长期而复杂的过程。患者在治疗过程中需要积极配合医生的治疗建议,坚持进行康复训练,并保持乐观的心态。同时,家属和社会的支持也是患者康复的重要因素。通过合理的康复治疗和功能恢复,患者可以逐渐恢复身体和心理状态,提高生活质量。

(作者单位:河北省张北县中医院)

探讨孕期护理的注意事项

□ 孙云青

在生命的这个特殊时期,准妈妈们不仅需要照顾自己的身体,还需要关注宝宝的发展。这篇文章将为您详细介绍孕期护理,从备孕到分娩的全程指导,帮助您顺利度过这段美好而又重要的时光。

一、备孕阶段

- 健康饮食:**均衡的饮食对准妈妈和准爸爸都很重要。多吃富含蛋白质、钙、铁和维生素的食物,如瘦肉、鱼类、蔬菜、水果等。同时,避免摄入过多的咖啡因和酒精。
- 保持健康的生活方式:**准妈妈们应避免吸烟和过量饮酒,因为这些行为对胎儿的健康有负面影响。同时,保持良好的作息时间,避免过度劳累。
- 健康检查:**在备孕期间,准妈妈们应定期进行健康检查,包括血常规、尿常规、肝肾

功能等检查,以确保身体健康,为未来的妊娠做好准备。

二、孕早期(1-3个月)

- 心理调整:**孕早期可能会出现一些早孕反应,如恶心、呕吐等,准妈妈们需要调整心态,放松心情,保持愉悦的情绪。
- 避免有害物质:**准妈妈们应避免接触有害物质,如化学品、重金属等,以免对胎儿造成伤害。
- 健康生活方式:**保持规律的作息时间,适当运动,如散步、瑜伽等,有助于准妈妈们的身心健康。
- 健康饮食:**继续保持均衡的饮食,适当增加叶酸的摄入量,以预防胎儿神经管畸形。
- 定期产检:**准妈妈们应定期进行产检,了解胎儿的生长发育情况,及时发现并处理

可能存在的问题。

三、孕中期(4-6个月)

- 适当增加活动量:**随着胎儿的发育,准妈妈们身体负担逐渐增加,应适当增加活动量,如散步、游泳等,以减轻身体负担。
- 定期产检:**继续定期进行产检,了解胎儿的生长发育情况,同时检查胎盘、羊水等状况。
- 乳房护理:**在孕中期,乳房会开始增大,为哺乳做准备。准妈妈们应适时更换内衣,保持乳房清洁。
- 预防妊娠纹:**妊娠纹是孕期常见的皮肤问题,准妈妈们可以通过使用妊娠纹霜或橄榄油等方法来减轻妊娠纹的产生。

四、孕晚期(7-9个月)

- 体重管理:**在孕晚期,准妈妈们应继续

控制饮食,避免体重增长过快,以免对分娩造成困难。

- 准备分娩用品:**准妈妈们应准备好分娩所需的用品,如产褥垫、卫生巾、洗漱用品等。
 - 心理准备:**进入孕晚期,准妈妈们需要做好心理准备,了解分娩的过程和可能出现的状况,保持冷静和信心。
 - 定期产检:**继续定期进行产检,为分娩做好准备。医生可能会建议进行一些特殊的检查,如骨盆测量等。
- 总之,孕期护理是一个重要的过程,需要准妈妈们认真对待。通过科学的方法和合理的安排,您将能够顺利度过这段特殊时期,迎接健康可爱的宝宝。

(作者单位:河北省邢台市中心医院)

脑卒中患者的康复过程与策略

□ 刘秀云

脑卒中是一种常见的神经系统疾病,它会影响大脑的正常运作,导致身体不同部位的功能障碍,包括瘫痪。然而,康复是一个关键的过程,可以帮助患者从瘫痪中恢复过来,重新获得生活的能力和尊严。

一、了解脑卒中

脑卒中是一种由于脑血管破裂或阻塞,导致血液无法流入大脑,进而损害大脑组织的一种疾病。它可能造成大脑的神经细胞死亡,从而导致身体不同部位的功能障碍,包括瘫痪。

二、康复的重要性

康复不仅有助于患者恢复身体功能,而且可以帮助他们提高生活质量。通过合理的康复计划,患者可以学习新的技能,适应新的生活方式,并在社交、情感和职业方面取

得进展。

三、康复过程

- 早期干预:**在脑卒中发生后的一段时间内,是康复的关键时期。尽早开始物理治疗和康复训练可以帮助患者恢复肌肉力量和运动能力。
- 药物治疗:**药物治疗是脑卒中后康复的基础,主要包括抗血小板药物、抗凝药物、降压药物、降糖药物等。这些药物可以帮助患者预防脑卒中的再次发生,控制病情,促进神经功能的恢复。
- 康复训练:**康复训练是脑卒中后康复的关键,主要包括物理治疗、作业治疗、语言治疗等。这些训练可以帮助患者恢复运动功能、认知功能、语言功能等,提高生活质量。

4. 康复护理:康复护理是脑卒中后康复的重要组成部分,主要包括日常生活护理、康复护理、心理护理等。这些护理可以帮助患者提高生活自理能力,预防并发症,促进康复。

5. 康复教育:康复教育是脑卒中后康复的必要环节,主要包括患者教育、家庭教育、社区教育等。这些教育可以帮助患者和家庭了解脑卒中的病因、预防、治疗和康复,提高康复效果。

四、战胜瘫痪的策略

- 坚持康复:**康复训练是战胜瘫痪的关键。患者需要积极参与各种形式的康复治疗,包括物理治疗、身体活动、按摩和针灸等。
- 接受辅助技术:**一些辅助技术,如轮椅、假肢、矫形器等,可以帮助患者提高生活

质量,增强自信心。

- 保持积极的心态:**面对瘫痪的挑战,保持积极的心态至关重要。患者需要学会接受现实,并寻找各种方法来应对困难。
- 寻求专业支持:**患者可以寻求专业医疗人员的帮助,如康复治疗师、心理咨询师等。他们可以提供专业的建议和指导,帮助患者更好地应对康复过程中的挑战。

脑卒中后的康复是一个充满挑战和希望的旅程。通过早期干预、药物治疗、康复训练、康复护理、康复教育等,患者可以从瘫痪中重生,重新获得生活的控制权。这个过程需要耐心、毅力和合作,但最终的成果是值得的。让我们一起为脑卒中后的康复努力,为患者提供支持和鼓励。

(作者单位:河北省张家口市第一医院)