

超声检查的应用及注意事项

□ 刘四思

超声波是一种特殊的声波，能够在不接触物体的情况下穿透身体，为我们提供了一种无创、无痛的方法来了解人体的内部结构。在现代医学中，超声检查已经成为了一种重要的诊断工具，用于检查各种疾病和异常情况。本文将带您走进超声的世界，了解身体的无声英雄。

一、超声波的基础

超声波是一种频率高于人耳听不见的声波，常见的超声波频率范围为 20000 赫兹至 50000 赫兹。由于超声波具有穿透性强的特点，因此它可以穿透一些普通的医疗影像设备无法穿透的部位，如胎儿的脑部、心脏等。

二、超声检查的应用

1. 产科超声：产科超声是超声检查中最

常见的一种应用，用于检查胎儿的生长发育情况、是否存在畸形等。通过超声检查，医生可以实时观察胎儿的动态变化，为孕妇提供准确、及时的诊断信息。

2. 心血管系统超声：心血管系统超声主要用于检查心脏和大血管的形态结构、血液流动情况等。通过超声检查，医生可以发现心血管疾病如先天性心脏病、冠心病等，为患者提供及时的治疗方案。

3. 腹部超声：腹部超声用于检查肝、胆、脾、肾等器官的形态结构、病变情况等。通过超声检查，医生可以发现腹部疾病如肝囊肿、胆囊炎、肾结石等，为患者提供准确的诊断和治疗方案。

4. 浅表器官超声：浅表器官超声用于

检查甲状腺、乳腺、眼部等部位的病变情况。通过超声检查，医生可以发现乳腺肿瘤、甲状腺结节等疾病，为患者提供及时的治疗建议。

三、超声探头的种类

超声探头是超声检查的关键设备之一，根据探头的工作原理和材质不同，可分为线阵探头、凸阵探头、高频探头等。不同类型的探头适用于不同的检查部位和疾病类型。

四、超声检查的注意事项

1. 保持静止：在进行超声检查时，需要保持静止，避免移动或咳嗽，以免影响检查结果。

2. 配合医生：在进行超声检查时，需要配合医生的指示和要求，如调整体位、保持

呼吸等。

3. 保持隐私：在进行妇产科超声检查时，需要保持隐私和隐私部位暴露，以免引起尴尬和不适。

4. 提前准备：在进行超声检查前，需要提前告知医生自己的药物过敏史、是否有特殊饮食要求等信息，以便医生更好地进行诊断和治疗。

总之，超声检查是一种无创、无痛的方法，能够为我们提供身体内部结构的详细信息。通过了解超声波的基础知识、超声检查的应用、探头的种类以及注意事项等方面，我们可以更好地认识和理解这个身体的无声英雄——超声波。

(作者单位：河北省张家口市第二医院功能科)

心血管超声如何评估心肌缺血、心肌梗死等疾病

□ 张娜

心血管疾病是全球范围内最常见的疾病之一，而心肌缺血、心肌梗死和心力衰竭是其主要类型。这些疾病对患者的生命安全构成严重威胁，因此及时准确的诊断至关重要。在这篇文章中，我们将介绍心血管超声在评估这些心血管疾病方面的作用。

一、心肌缺血

心肌缺血通常是由于冠状动脉基础病变、心脏的供氧和需氧失衡所致。心血管超声可以通过检测心脏的运动和血液流动情况，评估心肌缺血的程度。具体来说，心血管超声可以提供以下信息：

1. 心室运动：通过观察心室壁的运动情况，可以了解心肌的收缩和舒张功能。心肌缺血可

能导致心室壁运动减弱或节段性运动异常。

2. 血液流动：心血管超声可以监测心脏的血流情况，包括冠状动脉血流。心肌缺血可能导致冠状动脉血流减少，通过超声可以观察到这一变化。

二、心肌梗死

心肌梗死是心肌缺血的严重后果，通常由冠状动脉完全阻塞引起。在心肌梗死发生后，心血管超声可以提供以下信息：

1. 心室运动：超声可以检测到心肌梗死后心室壁运动的异常，如运动幅度降低或消失。

2. 心包积液：心肌梗死后，坏死的心肌细胞被纤维蛋白和液体取代，形成心包积液。超声可以检测到这一变化。

3. 心脏重构：长期的心肌梗死可能导致心脏重构，即心脏形状和大小的变化。超声可以监测这些变化。

三、心力衰竭

心力衰竭是由于心脏无法有效泵血而引起的临床综合征。心血管超声在评估心力衰竭方面具有以下优势：

1. 评估心腔大小：心力衰竭时，心腔大小可能发生变化。超声可以准确测量心腔的大小，评估病情严重程度。

2. 监测心脏运动：心力衰竭时，心脏运动可能受到限制。超声可以监测这些运动变化，为治疗提供依据。

3. 评估血流：心力衰竭时，心脏的血液流

动可能受到影响。超声可以监测这些血流变化，帮助医生制定治疗方案。

除了提供以上信息外，心血管超声还可以评估其他心血管疾病的相关指标，如瓣膜疾病、血管狭窄等。此外，心血管超声具有无创、可重复性强、价格便宜等优点，使其成为心血管疾病评估的“金标准”。

总的来说，心血管超声是评估心肌缺血、心肌梗死和心力衰竭等心血管疾病的不可或缺的工具。通过了解这些疾病的超声表现，医生可以更准确地判断病情，制定出更合适的治疗方案，作为患者和家属，了解心血管超声的基本知识有助于更好地配合医生的治疗。

(作者单位：河北华奥医院超声医学科)

心血管疾病的预防方法与早期发现

□ 张海燕

心血管疾病，如冠心病、高血压、心律失常等，是当今社会最常见的疾病之一。这些疾病不仅影响患者的健康，还给家庭和社会带来沉重的经济负担。因此，了解心血管疾病的预防和早期发现至关重要。本文将就这些话题进行详细阐述。

一、心血管疾病的预防

1. 健康的生活方式：心血管疾病与生活方式密切相关。合理饮食，避免高脂肪、高糖、高盐的食物，增加蔬菜、水果、全谷类和健康脂肪的摄入；适量运动，每周至少 150 分钟中等强度的有氧运动，如快走、骑车等，有助于降低心血管疾病的风险；控制体重，保持适当的体重指数(BMI)；戒烟限酒，戒烟和限制酒

精摄入对心血管健康至关重要。

2. 定期进行健康检查：定期进行健康检查可以及早发现心血管疾病的风险因素，如高血压、高血糖、高血脂等。定期体检有助于及早发现这些潜在问题，并采取相应的干预措施。

3. 避免过度紧张：长期的精神紧张和压力可能对心血管系统产生不良影响。学会放松自己，通过运动、呼吸练习、音乐疗法等方式缓解压力，有助于维护心血管健康。

二、心血管疾病的早期发现

1. 关注身体信号：心血管疾病通常有一些早期信号，如胸闷、心悸、气短、胸痛等。这些症状可能只是短暂的，但也可能预示着潜

在的疾病。如果出现这些症状，应及早就医。

2. 定期进行体检：定期进行体检有助于及早发现心血管疾病的症状，并及时就医。体检项目应包括心电图、血压、血脂、血糖等检查。

3. 家庭成员的关注：家庭成员应关注家人的身体状况，尤其是中老年人。如果出现上述症状或身体不适，应及时就医并告知医生可能的病史和家族史。

三、如何应对心血管疾病

1. 正确对待：一旦确诊为心血管疾病，应正确对待疾病，积极配合医生的治疗建议。保持乐观的心态，积极面对疾病，有助于康复。

2. 遵医嘱：医生会根据患者的具体情

况制定个性化的治疗方案。患者应遵医嘱，按时服药，定期复诊，以便医生根据病情调整治疗方案。

3. 坚持健康的生活方式：即使疾病得到控制，患者仍应坚持健康的生活方式，如合理饮食、适量运动、戒烟限酒等。这些习惯有助于预防心血管疾病的复发。

总之，心血管疾病的预防和早期发现至关重要。通过健康的生活方式、定期进行健康检查和关注身体信号，我们可以及早发现并预防心血管疾病。家庭成员也应关注家人的身体状况，及时就医并告知医生可能的病史和家族史。

(作者单位：河北省张家口市万全区医院)

尿频尿急的护理要点与应对方法

□ 王荣娟

尿频尿急，作为泌尿外科最常见的症状之一，常常困扰着许多患者。这种症状可能由多种原因引起，如尿路感染、结石、前列腺问题等。然而，通过适当的护理和正确的处理方法，我们可以有效地应对这一难言之隐。本文将为读者提供有关尿频尿急的护理小百科，帮助大家轻松应对这一常见问题。

一、认识尿频尿急

尿频尿急是指排尿次数明显增多，但每次尿量很少，且伴有尿急、尿痛等不适感。这种症状可能由多种原因引起，如尿路感染、结石、前列腺炎等。在处理尿频尿急时，我们需要了解其可能的原因，以便采取相应的护理措施。

二、护理要点

1. 保持清洁：保持会阴部清洁，每天更换内衣，避免感染加重。

2. 多喝水：多喝水有助于冲刷尿路，促进炎症消退。

3. 避免刺激：避免食用辛辣、刺激性食物，以免加重症状。

4. 规律排尿：尽量保持规律的排尿习惯，有助于维持尿路健康。

5. 放松心情：保持良好的心态，避免过度紧张，有助于缓解症状。

三、应对方法

1. 尿路感染：对于尿路感染引起的尿频尿急，抗菌药物治疗是关键。遵医嘱使用抗生素，

并注意多喝水，有助于抗菌药物在体内的浓度。

2. 结石：对于尿路结石引起的尿频尿急，多喝水是预防和缓解症状的重要措施。同时，适当运动也有助于结石的排出。如结石较大，可考虑手术治疗。

3. 前列腺炎：对于前列腺炎引起的尿频尿急，药物治疗是主要手段。同时，保持良好的生活习惯和心理状态也有助于缓解症状。

四、注意事项

1. 避免自行使用抗生素：对于尿频尿急，首先要明确病因，再根据医生的建议和指导使用抗生素。

2. 定期复查：在医生的指导下，定期进行尿液检查、超声检查等，以评估治疗效果和监

测病情变化。

3. 合理饮食：合理饮食有助于改善尿频尿急的症状，如多食用富含纤维的食物，有助于保持大便通畅。

4. 规律作息：保持规律的作息习惯，有助于维持身体的正常代谢和免疫力，从而缓解尿频尿急的症状。

总之，尿频尿急作为泌尿外科常见的症状之一，通过适当的护理和正确的处理方法，我们可以有效地应对这一难言之隐。了解尿频尿急的可能原因和护理要点，采取相应的应对方法，并注意生活中的注意事项，有助于我们更好地管理和改善这一症状。

(作者单位：广州医科大学附属第一医院)