

## 磁共振扫描的常见问题与解答

□ 王树平

磁共振扫描是一种无创、无辐射的影像检查方法,它利用磁场和射频脉冲产生人体内部结构的图像。与传统的X光、CT和超声检查方法不同,磁共振扫描利用磁场的强弱和变化以及射频脉冲的强度和频率,对人体的各种组织和器官进行成像。以下是关于磁共振扫描的一些常见问题和解答。

### 1. 磁共振扫描是什么?

磁共振扫描是一种影像检查方法,它利用强大的磁场和射频脉冲产生人体内部结构的图像。磁共振扫描是无创、无辐射的,不会对人体造成伤害。

### 2. 磁共振扫描的优点是什么?

磁共振扫描的优点包括无创、无辐射、软组织分辨率高、多参数成像、多角度成像等。它适用于各种疾病的诊断,如神经系统、肌肉骨骼系统、腹部器官、泌尿生殖系统等。此外,磁共振扫描还可以用于肿瘤的早期发现和评估。

### 3. 磁共振扫描可以检查哪些疾病?

磁共振扫描可以用于多种疾病的诊断,如脑出血、脑梗塞、脑肿瘤、脑积水等神经系统疾病;腰椎间盘突出、颈椎病等肌肉骨骼系统疾病;肝癌、肝血管瘤、肝硬化等肝脏疾病;胆囊炎、胰腺炎等消化系统疾病等。此外,磁共振扫描还可以用于肿瘤的早期发现和评估。

### 4. 磁共振扫描对孕妇有辐射吗?

磁共振扫描是一种无创、无辐射的检查方法,对孕妇和胎儿都是安全的。在磁共振扫描过程中,没有任何电离辐射,因此不必担心对孕妇和胎儿的伤害。

### 5. 磁共振扫描的禁忌症有哪些?

虽然磁共振扫描是一种安全、有效的检查方法,但并不是所有人都适合进行磁共振扫描。例如,体内安装心脏起搏器或其他金属植入物的人,以及幽闭恐惧症患者等都不适合进行磁共振扫描。此外,怀孕的前三个月也不建议进行磁共振扫描。

### 6. 磁共振扫描需要预约吗?

通常来说,磁共振扫描需要预约。由于磁

共振设备较为昂贵且资源有限,因此需要进行预约以便安排检查时间。

### 7. 做完磁共振扫描后需要注意什么?

在进行完磁共振扫描后,患者需要注意休息和观察身体状况。避免进行剧烈运动和过度劳累,以免影响检查结果的准确性。同时,在饮食方面也要注意清淡易消化,避免刺激性食物和饮料。

总之,磁共振扫描是一种无创、无辐射的影像检查方法,适用于各种疾病的诊断和治疗。在进行磁共振扫描前,患者需要了解相关注意事项和禁忌症,以便更好地配合医生进行检查和治疗。

(作者单位:河北省张家口市第一医院)

## 内科护理的注意事项

□ 李 桐

内科护理在医疗体系中占据着重要的地位,它关注的是那些病情较轻、不需要外科手术介入的疾病,如慢性病、疼痛、不适等。内科护理的日常照顾与注意事项涉及多个方面,包括健康饮食、生活习惯、心理调适、定期检查、合理用药等。

### 一、健康饮食

1. 保持均衡饮食:确保摄入足够的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质。多食用新鲜蔬果、全谷物、豆类和坚果。

2. 控制饮食质量:避免过多的盐、糖和饱和脂肪。尽量减少加工食品和快餐的摄入,选择新鲜、天然的食物。

3. 适量饮水:保持充足的水分摄入,有助于保持身体正常运转。

### 二、生活习惯

1. 保持充足的睡眠:良好的睡眠有助于身体恢复和修复。建议成年人每晚保持7-9小时的睡眠。

2. 定期运动:适当的运动有助于增强身体免疫力,减轻压力和焦虑。可以选

择适合自己的运动方式,如散步、慢跑、瑜伽等。

3. 戒烟限酒:戒烟和适度饮酒对于身体健康非常重要。过度饮酒会对身体各系统产生负面影响。

4. 避免过度劳累:合理安排工作和学习,避免过度劳累。如有需要,可适当休息。

### 三、心理调适

1. 保持积极心态:面对内科疾病,保持积极的心态有助于应对挑战,提高生活质量。

2. 寻求支持:与家人和朋友保持联系,寻求专业的心理咨询或支持,如需要,寻求医疗团队的专业建议。

3. 学会放松:通过冥想、深呼吸、瑜伽等方式,学会放松身心,缓解压力。

### 四、定期检查

1. 遵循医生建议的定期检查时间表:定期检查有助于及早发现病情变化,及时调整治疗方案。

2. 了解自己的健康数据:与医生保

持沟通,了解自己的健康数据,如血压、血糖等指标。

3. 自我监测,学习并掌握基本的自我监测技能,如测量体温、心率等。

### 五、合理用药

1. 遵医嘱:遵从医生的建议和处方,按时按量服药。如有疑问,及时咨询医生或药师。

2. 注意药物相互作用:某些药物可能会相互作用,影响其他药物的疗效或产生不良反应。如有需要,请告知医生自己的其他用药情况。

3. 妥善存放药物:将药物存放于儿童无法触及的地方,确保药物在有效期内且无变质或破损。

总之,内科护理的日常照顾与注意事项涵盖了健康饮食、生活习惯、心理调适、定期检查、合理用药以及环境等多个方面。通过关注这些方面,我们可以更好地应对内科疾病,提高生活质量。

(作者单位:河北省张家口市察北管理区沙沟镇卫生院)

中医认为糖尿病的发生主要与饮食不节、情志失调、劳逸失度、禀赋不足等因素有关,病机为阴津亏耗,燥热偏盛或气阴两虚。临床以多饮、多食、多尿、疲乏无力、身体消瘦等为主要症状。中医根据临床症状分为上消、中消、下消,并以辨证施治为原则,将药食同源的理论应用于糖尿病的调护。

### 一、西医对糖尿病的认识

糖尿病是一组以高血糖为特征的代谢性疾病,临床表现主要为“三多一少”症状,即多饮、多食、多尿和体重减轻。高血糖是由于胰岛素分泌缺陷或胰岛素作用障碍所致。其治疗方法主要包括饮食治疗、药物治疗和运动治疗等。

### 二、中西医结合调护

1. 饮食调护:饮食治疗是糖尿病的基本治疗方法,中医认为糖尿病患者应遵循“五谷为养,五果为助,五畜为益,五菜为充”的饮食原则,合理搭配膳食,控制总热量,均衡营养。同时,应避免食用辛辣刺激食物和过多的甜食。

2. 运动调护:适当的运动可以增强机体抵抗力,促进新陈代谢,有利于血糖的下降。糖尿患者应在医生的指导下进行适量、合理的运动,如太极拳、散步等。

3. 心理调护:糖尿病患者容易产生焦虑、抑郁等不良情绪,这些情绪不利于病情的控制。中医认为七情不畅则易致气血紊乱,从而影响机体的正常生理功能。因此,心理调护对糖尿病患者至关重要。患者应保持乐观的心态,积极面对疾病,同时寻求家庭和社会支持。

4. 药物调护:西医疗用糖尿病的药物主要包括磺酰脲类、双胍类、噻唑烷二酮类、 $\alpha$ -葡萄糖苷酶抑制剂等。中医则根据患者的具体症状和体质进行辨证施治,常用药物有黄芪、生地、天花粉、麦冬、知母等。中西医结合调护可充分发挥中医辨证施治和西医药物治疗的优势,提高治疗效果。

5. 并发症调护:糖尿病并发症包括视网膜病变、肾病、神经病变等。患者应定期进行相关检查,了解并发症的发展情况,并采取相应的治疗措施。中医认为并发症的发生与气血不足、阴虚燥热等因素有关,因此应注重补益气血、滋阴清热的治疗原则。

总的来说,中西医结合调护糖尿病具有独特的优势和广阔的前景。通过饮食调护、运动调护、心理调护、药物调护和并发症调护等方面的综合治疗,可有效控制糖尿病病情,提高患者的生活质量。同时,患者应保持健康的生活方式,定期监测血糖,及时就医寻求专业治疗。

(作者单位:河北省霸州市疾病预防控制中心)

## 糖尿病的中西医结合调护方法

□ 吴超

## 麻醉护理在手术室的使命

□ 杨树枫

手术室是医院中最为特殊和重要的场所之一,它是疾病治疗和患者康复的关键环节。在这个高度紧张、高风险的环境中,麻醉护理扮演着至关重要的角色。麻醉护理的使命不仅关乎患者的生命安全,还涉及手术过程的顺利进行和医疗质量的保障。

### 一、保障患者安全

麻醉护理的首要使命是确保患者在手术过程中的安全。麻醉药物的使用涉及患者的生命体征、意识状态、疼痛控制等多个方面,任何疏忽都可能导致严重的后果。麻醉护士需要在术前对患者进行全面的评估,包括了解患者的病史、过敏史、用药史等,以制定合理的麻醉方案。在手术过程中,麻醉护士要密切监测患者的生命体征,及时调整麻醉药物的用量和给药方式,确保患者的安全。

### 二、协助麻醉医生工作

麻醉护理的另一项重要使命是协助麻醉医生完成手术过程中的各项工作。麻醉医生负责制定麻醉方案、实施麻醉操作和管理患者的生命体征,而麻醉护士则负责配合麻醉医生的工作,如准备麻醉药物、连接麻醉机、监测患者的生命体征等。麻醉护士的专业知识和技能,能够确保手术过程中麻醉操作的准确性和有效性,为手术的顺利进行提供有力保障。

### 三、提高手术效率和质量

麻醉护理在提高手术效率和质量方面也发挥着重要作用。麻醉护士通过合理的药物管理和精准的生命体征监测,可以缩短麻醉诱导和苏醒的时间,从而减少手术过程中的等待时间,提高手术效率。同时,麻醉护士的专业知识和技能,还能够及时发现和处理手术过程中可能出现的意外情况,如患者生命体征的异常变化、麻醉药物的过敏反应等,确保手术的安全和质量。

四、提供心理支持

手术对于患者来说是一种巨大的心理压力,麻醉护理在提供心理支持方面也扮演着重要角色。麻醉护士需要在术前与患者进行沟通,了解患者的需求和担忧,给予患者必要的心理安慰和支持。在手术过程中,麻醉护士要通过与患者的交流和互动,缓解患者的紧张情绪和恐惧心理,帮助患者保持平静和合作的态度,从而更好地应对手术。

### 五、持续学习与发展

综上所述,麻醉护理在手术室中扮演着举足轻重的角色。他们通过保障患者安全、协助麻醉医生工作、提高手术效率和质量、提供心理支持以及持续学习与发展,为手术室的顺利运行和患者的康复做出了重要贡献。在未来的医疗发展中,麻醉护理将继续发挥重要作用,为更多患者的健康和幸福保驾护航。

(作者单位:河北省石家庄市中医院)

## 糖尿病足的症状与治疗方法

□ 彭珍珠

糖尿病是一种常见的慢性疾病,它会影响人体的糖代谢功能,导致血糖水平升高。随着人们生活方式的改变,糖尿病的发病率也在逐年上升。而糖尿病足是糖尿病的一种常见并发症,它是指糖尿病患者因血管病变或神经病变导致下肢保护功能减退,进而引发足部溃疡、感染或坏死。因此,了解糖尿病足的相关知识,做好预防和护理非常重要。

### 一、糖尿病足的常见症状与表现

糖尿病足的症状和表现因个体差异而异,但通常包括足部疼痛、麻木、感觉缺失、皮肤苍白或发绀、水肿、溃疡等。这些症状可能因糖尿病患者的个体差异而有所不同,因此

建议定期进行足部检查。

### 二、糖尿病足的病因与预防

糖尿病足的病因主要有两个方面:血管病变和神经病变。血管病变会导致下肢血液循环不畅,而神经病变则会导致下肢保护功能减退。此外,长时间站立、行走、穿紧身鞋袜、鞋子不舒适等都可能引发糖尿病足。为了预防糖尿病足,我们应该注意以下几点:

1. 控制血糖:这是预防糖尿病足的关键,定期监测血糖并按时服用降糖药物,保持血糖稳定。

2. 保持良好的生活习惯:戒烟限酒,合理饮食,适量运动,保持体重在正常范围内。

3. 定期进行足部检查:最好每年进行一

次专业的足部检查,及时发现并处理问题。

4. 选择合适的鞋子:选择宽松、柔软、舒适、适合自己脚型的鞋子,避免穿高跟鞋、硬底鞋和紧身鞋。

5. 正确洗脚:用温水洗脚,避免使用过烫的水洗脚,以免引起烫伤。

### 三、糖尿病足的治疗与护理

一旦出现糖尿病足的症状,应及时就医。治疗方法主要包括药物治疗、物理治疗、手术治疗等。在恢复期间,正确的护理也非常重要。以下是一些护理建议:

1. 保持伤口清洁:定期用温水清洗伤口,避免使用刺激性强的洗液或肥皂。

2. 避免感染:避免穿过紧的袜子或鞋子,

避免长时间站立或行走,以免加重病情。

3. 适当运动:在医生的指导下进行适当的运动,以促进血液循环和恢复肌肉力量。

4. 合理饮食:饮食要清淡易消化,避免吃辛辣、刺激性食物和过于油腻的食物。

5. 保持心情愉悦:良好的心态有助于病情的恢复。

总结糖尿病足是一种常见的糖尿病并发症,其预防和护理非常重要。为了预防糖尿病足,我们应该控制血糖,保持良好的生活习惯,选择合适的鞋子,正确洗脚。只有全面了解糖尿病足的相关知识,才能更好地守护我们的“脚下之路”。

(作者单位:河北省唐山市工人医院)