

## 妊娠期糖尿病护理方法

□ 吴阿萍

孕妇期间患上糖尿病的成因是多样的,而其中的重要因素与孕妇在怀孕期间的胰岛素抵抗以及胰岛素分泌不充分有关。当怀孕阶段胰岛素抵抗性增强,即便胰岛素生成量有所上升,还是难以满足身体对葡萄糖的需求。如此行事可能导致血糖升高,从而增加妊娠期糖尿病的可能性。

### 一、妊娠期为什么会患上糖尿病?

在孕期内得糖尿病可能会导致严重的后果,相当严重且不容忽视。首先,必须清楚地认识到,高血糖可能显著增加孕妇在妊娠高血压、子痫前期等并发症上的风险,这对她的健康构成了实质性的挑战。更进一层,对于尚未降生在这个世界的胎儿来说,孕期患有糖尿病可能导致胎儿体重超出正常范围或出生巨大儿,这不仅会增大分娩过程中潜在的各种并发症风险,如胎儿位置不准确或使用助产工具来进行助产活动等问题。进一步说明,孕妇在妊娠时期患上糖尿病,可能导致新生儿出现低血糖、呼吸不良综合症等多种情况,同时还可能提高成年后患糖尿病的几率。

### 二、妊娠期糖尿病的预防和治疗

(一)养成健康生活习惯,防止糖尿病

产生

若想预防孕妇出现糖尿病,首当其冲的任务在于要让体重维持在一个相当适宜的范围内。对于即将成为怀孕女性的女性来说,肥胖是妊娠期间患上糖尿病的关键风险因素之一,维护一个恰当的体重显得尤为重要。现在们需要考虑均衡的餐饮。均衡的饮食组合能有效地稳定血糖水平,并能在怀孕期中减缓出现糖尿病的可能性。建议您提高对含有高纤维食品的摄入,例如蔬菜、水果和各种谷物,同时限制过多的高糖和高脂食物。

### (二)合理制定饮食计划,适当运动

对于那些已经怀孕和患有糖尿病的孕妇,医生会根据她们身体和心理的具体状况来制定适当的医疗方案。首先考虑的是如何控制食物的摄入量。当孕妇在制定其饮食计划时,她们应当参考医师或其他专家的指导,这其中包含但不仅限于调整其碳水化合物的摄入量以及提升膳食纤维和高品质蛋白质的摄入量。随后,进行恰当的体育活动被视为核心。医生通常建议孕妇多做一些身体活动,如走动或游泳,这样的做法都是为了帮助调节血糖。

### 三、妊娠期患有糖尿病的孕妇的护理和关照

#### (一)及时进行医学检测,接受检查

孕妇若患有妊娠期糖尿病,对她们需要进行系统的医学监测和持续照料。最开始,们需要对患者的血糖水平进行定期的检测。为了确保身体健康,孕妇往往需要进行持续多轮的血糖检查,这其中不仅仅是考虑她们的空腹或进食后的血糖状况。们有能力通过仔细观察血糖的波动情况来调整治疗方案,保证患者的血糖能够处于一个适宜的水平。此外,怀孕期间也应当按照规定定期进行产前医疗检查。

#### (二)谨遵医嘱,避免情绪激动

除医疗监督外,孕妇必须听从医生和营养师权威的专业建议,以保持健康的日常生活方式。持续保持一个均衡的饮食和适当的身体锻炼,被视为维持血糖平衡的核心工具。产妇产的饮食建议应当遵从医生的指导,同时应限制食用高糖、高脂的食品,并确保她们的身体活动在一个适宜的范围内进行。对孕妇而言,特别需要注意防止可能影响血糖的元素出现,如过度疲劳或情绪的波动。

#### (三)避免一次进食太多,保持充足睡眠

在日常生活经验中,产妇往往可以使用一些简单的方法来维护她们的血糖稳定。以一个实例来说,通过每日分多次、适量地分吃不同的食物,你能避开吃过量或大量的食物,这有助于稳定你的血糖水平,并防止其发生显著的波动。另外,适当的水摄取也显得至关重要,它有助于确保水分代谢的优质水平以保持血糖稳定。为了确保血糖保持在一个稳定的水平,优质睡眠是至关重要的环节;所有孕妇都应确保有充足的睡眠时间,不应熬夜或过度疲劳。

**结语:** 孕期糖尿病的医疗流程高度依赖于孕妇以及医疗团队的协同介入和协同参与。通过采用各种预防、医疗以及护理措施,具备有效地维护和平衡血糖值的能力,从而降低相关并发症风险,并保证母婴双方的健康。当孕妇进入怀孕阶段进行活动时,她们应当遵循医生的专业指导,主动形成健康的生活方式,并定期接受医学的观察与护理。这样的行为旨在确保孕期保持稳定,为新的身体健康建立坚实的基础。在那段甜美的血糖控制之旅里,确保每个环节都是为了维护母亲与婴儿之间的平稳与幸福。

(作者单位:广西贺州广济妇产医院)

## 呼吸影像学的现状与未来发展探究

□ 崔刚

呼吸影像学是医学影像学的一个重要领域,它通过各种影像技术,如X线、CT、MRI等,来诊断呼吸系统疾病。随着科技的不断进步,呼吸影像学正在经历一场革命,未来的科技将为呼吸影像学带来更多的助力,为诊断和治疗各种呼吸系统疾病提供更准确、更高效的方法。

### 一、呼吸影像学的现状

传统的呼吸影像学技术虽然能够清晰地显示肺部结构、病变的位置和程度,但也存在一些局限性。例如,传统的影像技术对微小病变的识别能力有限,对一些早期、轻微的病变容易漏诊;同时,影像技术的分辨率也有限,难以清晰地显示肺部微小的

结构变化。

### 二、未来科技的发展

未来的科技将为呼吸影像学带来更多的助力,主要包括以下几个方面:

- 高分辨率成像技术:未来的成像技术将进一步提高图像的分辨率,使医生能够更清晰地看到肺部结构和微小病变。这将有助于提高诊断的准确性,减少误诊和漏诊。
- 人工智能辅助诊断:人工智能技术将在呼吸影像学中发挥越来越重要的作用。通过人工智能技术,医生可以自动分析影像学数据,辅助医生进行诊断。
- 实时动态监测技术:未来的呼吸影像学技术将能够实现实时动态监测,为治疗提

供更准确的依据。例如,通过实时监测肺功能的变化,医生可以更准确地评估治疗效果,及时调整治疗方案。

4. 远程医疗和智能诊断系统:随着互联网和物联网技术的发展,远程医疗和智能诊断系统将成为未来呼吸影像学的重要发展方向。这些系统将实现患者数据的远程传输和共享,提高诊断的及时性和准确性。

### 三、希望与未来

未来科技的发展为呼吸影像学带来了巨大的希望和机遇。随着高分辨率成像技术、人工智能辅助诊断、实时动态监测技术和远程医疗智能诊断系统的不断进步,我们将能够更准确地诊断各种呼吸系统疾病,为患者

提供更高效、更准确的治疗方案。这将有助于提高医疗服务的质量和水平,为患者带来更好的医疗体验和更好的治疗效果。

总之,未来科技的发展将为呼吸影像学带来更多的希望和机遇。通过不断探索和创新,我们相信呼吸影像学将在未来医学领域发挥更加重要的作用,为人类健康事业做出更大的贡献。同时,我们也需要认识到,科技的发展离不开人才的支持。未来,我们需要培养更多的医学影像学专业人才,掌握先进的科技手段和方法,为呼吸影像学的未来发展提供人才保障。

(作者单位:邢台医学高等专科学校第二附属医院)

## 如何在影像检查中保护患者的隐私权

□ 董永辉

在医疗领域,影像检查作为诊断疾病的重要手段,广泛应用于各类疾病的诊断过程中。然而,在享受影像检查带来的便利时,患者的隐私权保护问题也日益凸显。本文将探讨如何在影像检查中保护患者的隐私权,确保患者在接受诊疗服务时能够安心、放心。

### 一、隐私保护的重要性

在医疗领域,患者的隐私权是一项基本权利。它涉及患者的个人信息、病史、病情、身体隐私部位等敏感信息。这些信息一旦被泄露或滥用,不仅会对患者的身心健康造成损害,还可能引发社会舆论的关注和谴责。因此,保护患者隐私权是医疗机构和医务人员的法定职责,也是医疗伦理的基本要求。

### 二、影像检查中的隐私保护措施

- 设立独立检查室:影像检查室应设立独立的检查室,确保患者在检查时能够拥有相对私密的空间。同时,检查室内应配备适当的隐私保护设施,如窗帘、屏风等,以遮挡患者的身体隐私部位。
- 严格管理患者信息:医疗机构应建立健全的患者信息管理制度,确保患者的个人信息得到严格保密。在影像检查过程中,医务人员应严格遵守患者信息保密制度,不得私自向他人透露患者的个人信息和病情。
- 合理安排检查时间:医疗机构应合理安排影像检查时间,避

免患者长时间等待或暴露于公共区域。同时,医务人员应尽量减少患者在检查过程中的暴露时间,以降低患者隐私泄露的风险。

### 4. 加强医务人员培训

医疗机构应加强对医务人员的培训,提高他们的隐私保护意识和能力。医务人员应了解隐私保护的相关法律法规和医疗伦理要求,掌握正确的隐私保护方法和技巧。

### 5. 使用隐私保护技术

随着医疗技术的不断发展,越来越多的隐私保护技术被应用于影像检查中。例如,采用数字化影像技术可以减少纸质报告的传递和保存,降低信息泄露的风险;采用人工智能技术进行影像分析可以减少医务人员对患者

隐私部位的观察和接触。

### 三、结语

保护患者隐私权是医疗机构的法定职责和医疗伦理的基本要求。在影像检查中,医疗机构应采取有效的隐私保护措施,确保患者的隐私权得到充分保障。同时,医务人员应提高隐私保护意识和能力,积极维护患者的隐私权。只有这样,才能让患者在接受诊疗服务时更加安心、放心。

未来,随着医疗技术的不断进步和社会对隐私权保护意识的不断提高,我们有理由相信,影像检查中的隐私保护问题将得到更好的解决。

(作者单位:河北省固安县人民医院)

## 急性阑尾炎的症状、诊断及治疗方法

□ 吕广卫

急性阑尾炎是外科急症之一,是一种常见的急性炎症性疾病。阑尾是一个管状器官,位于盲肠的右下方,其壁由多层肌肉和黏膜组成。急性阑尾炎通常是由于阑尾内部堵塞,导致内部压力升高,引发炎症和感染。

### 一、症状

- 早期症状:早期可能仅有轻微的腹痛、恶心、呕吐等症状,容易被忽视。
- 典型症状:腹痛是急性阑尾炎的主要症状,通常开始于上腹部的疼痛,逐渐移向脐部。在疾病初期,疼痛可能不固定,随着炎症的发展,疼痛会固定在右下腹。此外,患者还会有发热、寒战等全身症状。
- 腹部体征:急性阑尾炎患者常有右

下腹压痛、反跳痛和腹肌紧张(三联征)的表现。但需要注意的是,这三种体征并非阑尾炎的特异性表现,其他疾病也可能出现类似症状。

4. 其他症状:有些患者可能还会有腹泻、便秘等消化道症状。

### 二、诊断

- 病史:询问患者的病史,包括疼痛部位、时间、伴随症状等。
- 体格检查:进行全面的体格检查,包括腹部触诊和三联征的检查。
- 实验室检查:根据需要进行血常规、尿常规、粪便常规等实验室检查,以辅助诊断。
- 影像学检查:根据需要进行超声、CT、MRI等影像学检查,以进一步明确诊断和评

估病情。

5. 病理学检查:对于急性阑尾炎的患者,手术切除阑尾后需要进行病理学检查,以确定是否为急性阑尾炎以及排除其他可能合并的疾病。

### 三、治疗

急性阑尾炎的治疗主要包括保守治疗和手术治疗两种方式。在大多数情况下,急性阑尾炎需要手术治疗才能根治。对于病情较轻的患者,医生可能会采取保守治疗的方式,但通常建议在保守治疗无效或病情恶化时及时进行手术治疗。

手术治疗包括传统的开腹阑尾切除术和现代的腹腔镜阑尾切除术两种方式。腹腔镜阑尾切除术具有手术创伤小、术后恢复快等

优点,已成为主流选择。需要注意的是,任何手术都有风险,医生会根据患者的具体情况选择最适合的治疗方式。

### 四、预防

预防急性阑尾炎的关键在于保持良好的生活习惯和卫生习惯,如保持饮食卫生、避免过度劳累等。同时,定期进行身体检查,及早发现并治疗慢性炎症等疾病,也有助于预防急性阑尾炎的发生。

总之,急性阑尾炎是一种常见的炎症性疾病,症状明显且易于诊断。及早发现并采取适当的治疗措施是预防和控制急性阑尾炎的关键。科普文章旨在提供疾病的基本知识和治疗方法,如有疑问,请及时就医咨询。

(作者单位:河北省沧州市中心医院)