

影像检查中为什么需要屏气

□ 徐玉波

在医学影像检查中,我们常常听到“屏气”这个词。这看似简单的动作,其实背后隐藏着许多“小秘密”。在这篇文章中,我们将分条阐述为什么需要屏气以及它在影像检查中的重要性。

一、影像检查的原理

医学影像检查,如X光、CT、MRI等,是通过记录人体内部结构的影像来诊断疾病。这些影像并非直接生成,而是通过向人体发射特定射线,再接收并处理反射回来的射线信息来形成。因此,人体的任何移动或呼吸都会影响影像的质量,导致图像模糊或产生伪影,影响医生的诊断。

二、为什么需要屏气?

1.减少移动:在影像检查过程中,人体的

移动是影响影像质量的主要原因之一。移动会导致图像模糊,甚至产生伪影,使得病灶或病变部位难以辨识。因此,需要患者在检查过程中尽量保持静止,尤其是呼吸运动。

2.提高图像质量:通过屏气,患者可以更好地控制呼吸运动,减少呼吸产生的伪影,从而提高图像质量。高质量的影像对于医生准确诊断疾病至关重要。

三、如何指导患者进行屏气?

1.呼吸训练:医生通常会先进行呼吸训练,帮助患者掌握正确的呼吸方式。正确的呼吸方式有助于减少呼吸引起的影像模糊。

2.屏气技巧:在影像检查过程中,医生会指导患者进行短暂的憋气。患者可以通过深呼吸、缩小呼吸幅度、适当调整呼吸频率等方

法来控制呼吸。

3.保持姿势:在影像检查过程中,患者需要保持静止的姿势,这有助于减少身体的移动。患者可以在医生的指导下进行适当的姿势调整。

四、特殊情况的处理

1.屏气困难:对于一些屏气困难的患者,医生会采取其他措施,如使用镇静剂、麻醉药等来减轻患者的紧张情绪,以便更好地完成影像检查。

2.配合呼吸监测:医生通常会使用专业的设备监测患者的呼吸状况,以便及时调整呼吸训练和屏气技巧。

五、屏气的意义与重要性

屏气在医学影像检查中具有重要意

义。它不仅可以提高影像质量,使病灶或病变部位清晰可见,从而帮助医生准确诊断疾病;还可以缩短检查时间,提高检查效率。对于一些紧急或复杂病例,高质量的影像资料甚至可以挽救生命。

六、结语

在医学影像检查中,屏气是一项看似简单却至关重要的技能。它不仅关乎影像的质量,还直接影响到医生的诊断。通过了解并掌握正确的屏气技巧,患者可以在医生的指导下更好地完成影像检查,为疾病的诊断和治疗提供有力支持。希望这篇文章能帮助您了解医学影像检查中的“小秘密”——为什么需要屏气。如果您有任何疑问或需要更多信息,请随时联系我们。

(作者单位:河北省临西县人民医院)

如何正确护理新生儿以及预防常见疾病

□ 陈肖芳

作为父母,照顾新生儿是一个充满挑战但又充满喜悦的过程。新生儿的护理不仅关乎他们的身体健康,也关乎他们的心理健康。在本文中,我们将探讨如何正确护理新生儿,以及如何预防常见的疾病。

一、新生儿护理

1.睡眠:新生儿的睡眠时间很长,通常每天需要大约16-20小时的睡眠。为了确保他们的睡眠质量,应该提供一个安静、舒适、黑暗且温度适宜的睡眠环境。

2.喂养:新生儿通常需要每2-3小时吃一次奶。母乳喂养是最理想的选择,因为它提供了营养和免疫物质,有助于新生儿的健康。如果选择奶粉喂养,应选择高质量的产品,按照说明书的指导进行喂养。

3.洗澡和清洁:新生儿需要定期洗澡,以

保持皮肤和头发的清洁。使用温和的婴儿沐浴产品,并避免使用含有刺激性成分的产品。此外,每天用软布清洁面部和颈部,以防止口水堆积。

4.穿衣:新生儿需要穿柔软、舒适、透气的衣服。避免穿紧身或粗糙的衣服,以防刺激皮肤。

5.观察:时刻关注新生儿的身体状况,包括体温、呼吸、心率和肤色。如果发现任何异常,应及时咨询医生。

6.预防接种:新生儿通常需要接种一系列疫苗来预防某些疾病。请遵循医生的建议,按时带新生儿去接种疫苗。

二、常见疾病预防

1.尿布疹:尿布疹是新生儿的常见问题,主要是由于尿布区域的皮肤发炎。为了

避免尿布疹,应定期更换尿布,并保持尿布区域的干燥。此外,可以涂抹一些温和的尿布疹药膏。

2.肠绞痛:肠绞痛是一种新生儿常见的症状,表现为突然的、无法安抚的哭闹。为了预防肠绞痛,应保持婴儿消化系统的健康,避免过度喂食或喂食过快。此外,可以尝试使用安抚奶嘴、轻拍或按摩来缓解哭闹。

3.感染:新生儿免疫系统较弱,容易受到感染。为了预防感染,应避免带婴儿去人多拥挤的地方,并避免与生病的人接触。如果婴儿出现发热、咳嗽等症状,应及时就医。

4.湿疹:湿疹是另一个常见的问题,通常在婴儿的面部、颈部和头皮出现红色斑块和鳞状皮疹。为了避免湿疹,应避免让婴儿暴露

在过度干燥或潮湿的环境中,并避免使用含有刺激性成分的洗发水或沐浴露。

5.脐带护理:新生儿的脐带会在出生后几周内脱落。在此期间,应保持脐带干燥,并定期用碘伏进行消毒。如果发现脐带有任何异常分泌物或红肿,应及时就医。

总之,新生儿护理是一个重要的过程,需要父母耐心和细心的照料。通过正确的睡眠、喂养、洗澡和清洁、穿衣以及观察等护理措施,可以确保新生儿的健康和舒适。同时,了解并预防常见的疾病也是至关重要的,如尿布疹、肠绞痛、感染、湿疹和脐带护理等。如有任何疑问或担忧,应咨询医生以获取专业的建议和治疗方案。

(作者单位:广州市花都区新华社区卫生服务中心)

浅谈肿瘤的早期症状

□ 靳科

肿瘤,作为一类严重威胁人类健康的疾病,其早期发现与及时治疗对于提高患者生存率和生活质量至关重要。然而,由于肿瘤早期症状往往较为隐匿或轻微,许多患者容易忽视这些信号,从而延误了最佳治疗时机。本文旨在科普肿瘤早期的一些常见但易被忽视的症状,提醒大家日常生活中多加留意,以便早期发现、早期治疗。

一、持续性的轻微不适

1.反复发作的干咳与胸痛:对于长期吸烟者或中老年人来说,反复发作的干咳、偶尔伴有胸痛,可能是肺部肿瘤的早期信号。这种咳嗽可能无痰或少痰,且持续时间较长,容易被误认为是感冒或支气管炎等常见病。然而,如果咳嗽持续不减,甚至加重,应及时就医检查。

2.持续的消化系统不适:上腹部隐痛、饱胀感、食欲减退、消化不良等症状,可能是胃癌、肝癌、胰腺癌等消化系统肿瘤的早期表

现。这些症状往往较为轻微,且可能时隐时现,容易被患者忽视或归因于饮食不当。然而,如果这些症状持续存在,且逐渐加重,应警惕肿瘤的可能。

二、异常的出血与分泌物

1.不明原因的出血:包括便血、血尿、阴道不规则出血等,都是肿瘤可能发出的信号。例如,肠癌早期可能出现便血,表现为大便中带血或便后滴血;胃癌或膀胱癌则可能导致血尿;而宫颈癌、子宫内膜癌等妇科肿瘤则可能引起阴道不规则出血。这些出血症状可能是间歇性的,但一旦发现,应及时就医检查。

2.异常分泌物:例如,鼻咽癌患者早期可能出现回吸性涕血,即用鼻子吸鼻后从口腔吐出的分泌物中带有血丝;乳腺癌患者可能在乳头周围出现血性、浆液性或水样分泌物。这些异常分泌物往往是肿瘤生长过程中侵犯周围组织或血管所致,应引起高度重视。

三、不明原因的体重下降与疲劳

1.体重持续下降:如果没有明显的节食或剧烈运动,而体重持续下降,并伴有食欲不振、恶心、呕吐等症状,可能是肿瘤导致的恶病质表现。肿瘤在生长过程中会消耗大量能量,同时影响患者的消化吸收功能,导致体重下降。

2.持续性疲劳:肿瘤患者常常感到莫名的疲劳,即使休息后也难以缓解。这种疲劳感可能是由于肿瘤引起的贫血、代谢紊乱或免疫系统功能下降所致。因此,对于持续性的疲劳感,应警惕肿瘤的可能。

四、其他易被忽视的症状

1.异常肿块:身体某些部位出现可触及的肿块,如乳房、颈部、腹部等,可能是肿瘤的早期表现。这些肿块通常是无痛的,但在触摸时可能感觉到硬块或不规则形状。对于这类肿块,应及时就医检查,以明确其性质。

2.排尿习惯改变:如夜尿增多、排尿困难、血尿等,可能是泌尿生殖系统肿瘤的早期信号。例如,前列腺癌可能导致排尿不畅甚至血尿;膀胱癌则可能出现无痛性血尿。这些症状虽然不特异,但一旦出现,应引起注意。

3.视力与听力变化:某些颅内肿瘤可能导致视力下降、视野缺损或听力下降等症状。这些症状往往与肿瘤压迫视神经或听神经有关,应及时就医检查。

结语:肿瘤的早期症状往往较为隐匿或轻微,容易被患者忽视。然而,通过仔细观察和定期体检,我们可以及时发现这些信号并采取有效措施。因此,建议大家在日常生活中多加留意身体的变化,一旦出现上述异常症状,应及时就医检查,以便早期发现、早期治疗。同时,保持良好的生活习惯和饮食习惯也是预防肿瘤的重要措施之一。

(作者单位:四川省内江市第一人民医院)

重症ICU患者基础生命体征监测与营养支持护理技巧

□ 高煜琼

重症监护室(ICU)是医院内专为病情严重或需要密切监护的患者设立的场所。在ICU中,护理人员承担着至关重要的任务,其中基础生命体征监测与营养支持是护理工作的核心内容。本文将分条阐述这两项护理技巧,以期医护人员提供有益的参考。

一、基础生命体征监测

基础生命体征监测是ICU护理工作的基石,包括体温、脉搏、呼吸、血压等指标的持续观察与记录。

1.体温监测:体温是反映机体新陈代谢和感染状态的重要指标。ICU患者应定期测量体温,特别是对于发热或低体温的患者,需密切关注体温变化,及时采取措施控制体温。

2.脉搏监测:脉搏反映了心脏功能和循

环状态。通过心电监护仪进行持续脉搏监测,可以了解患者的心率、心律等信息,及时发现心律失常等异常情况。

3.呼吸监测:呼吸是维持生命活动的重要过程。ICU患者应密切监测呼吸频率、呼吸节律以及呼吸音,以评估呼吸功能。对于呼吸困难或呼吸衰竭的患者,需采取相应的呼吸支持措施。

4.血压监测:血压是反映循环系统状态的重要指标。使用血压计定期测量血压,可以了解患者的血压水平及变化趋势,为治疗方案的调整提供依据。

此外,还需监测患者的血氧饱和度、中心静脉压、尿量等其他生命体征指标,以全面评估患者的病情。医护人员应熟练掌握监测设

备的操作方法,确保监测数据的准确性和可靠性。

二、营养支持护理技巧

营养支持对于重症患者的康复至关重要。合理的营养支持可以增强患者抵抗力,加快康复进程。

1.营养风险评估:进入ICU后,医生会对患者进行营养风险评估,确定是否存在营养风险。在没有禁忌的情况下,为存在营养风险的患者启动早期的营养支持治疗。

2.肠内营养:对于胃肠道功能尚可的患者,肠内营养是首选的营养支持方式。通过鼻胃管或鼻空肠管将营养液注入患者胃或空肠,利用肠道的吸收功能供给营养。肠内营养的优点是可以维护肠道黏膜屏障,促进肠道

蠕动与分泌,减少肠源性感染。

3.肠外营养:对于胃肠道功能严重受损或无法耐受肠内营养的患者,肠外营养是必要选择。通过静脉输液将营养液直接输入血液循环,满足患者的营养需求。肠外营养需注意避免静脉营养相关并发症,如感染、电解质紊乱等。

4.个体化营养方案:营养支持治疗应是个体化的,根据不同患者的代谢需求和病情特点制定营养方案。医护人员需与患者家属积极沟通,确保营养支持方案的顺利实施。

综上所述,重症ICU患者的基础生命体征监测与营养支持是护理工作的重中之重。医护人员需掌握相关护理技巧,确保患者得到全面、有效的护理,促进患者早日康复。

(作者单位:河北省井陘县中医院)