

# 婴儿血管瘤如何护理

□张巧荣

婴儿血管瘤属于一种良性肿瘤，可以通过药物治疗或手术治疗进行改善病情。但是，要想取得满意的治疗效果，还必须做好各方面的护理工作，以避免血管瘤复发。那么，什么是婴儿血管瘤？婴儿血管瘤如何护理呢？

## 什么是婴儿血管瘤

婴儿血管瘤是一种较常见的肿瘤，源于中胚层先天性毛细血管增生，好发于婴儿的颈部、头部，也可能发生在大脑、肌肉、肝脏及口腔黏膜中，一般在婴儿出生不久之后出现。

血管瘤发展的3个时期：增殖期、稳定期和消退期。在增殖期，

血管瘤增长速度较快；到了稳定期，血管瘤就会停止发展；部分患儿可以通过超声检查，了解血管瘤的范围及血供情况。部分患儿需要进行CT(计算机层析成像)检查，了解是否累及周围组织器官及程度。

婴儿血管瘤可分为鲜红斑痣、草莓状血管瘤、海绵状血管瘤3类。鲜红斑痣是毛细血管扩张症，在患儿出生不久，可在面部、颈部和头皮单侧发现；草莓状血管瘤也属于毛细血管扩张症之一，在患儿出生不久，可在面部、颈部和头皮单侧发现；海绵状血

管瘤一般好发于患儿的面部或头皮部位，也可能出现在咽喉部或口腔黏膜等处，这种血管瘤对患儿的损害较大。

在发现患儿有血管瘤后，家长应及时带患儿到医院进行治疗。治疗方式主要有药物治疗和手术治疗。口服药物有普萘洛尔、糖皮质激素等。如果患儿的血管瘤较大或为内脏血管瘤，就需要积极配合医生进行手术治疗，以对外观进行改善。

## 怎样护理

**生活护理** 无论是患儿还是家长都要注意个人卫生，要勤剪指甲，避免患儿抓挠皮肤，造成局部

感染。在日常生活中，家长要确保患儿的衣着宽松，应选择柔软的棉质衣物，以免衣物对皮肤造成刺激；同时，还要勤换洗衣物，避免出现细菌感染的情况，导致血管瘤治疗受到影响。

此外，家长在日常生活中，应避免患儿的血管瘤部位长时间有汗渍或水渍。汗渍或水渍可能会引发感染，严重的话还会造成局部红肿或溃烂，使血管瘤破裂。因此，家长要高度重视血管瘤的清洁及干爽。

## 饮食护理

对于血管瘤患儿来说，在饮食上也要多注意，避免摄入刺激性食物，饮食应营养均衡，

并且清淡、易消化。患儿处于母乳喂养阶段时，母亲在饮食方面也要以清淡为主，避免摄入油腻、辛辣、刺激性食物，避免因自身饮食不当而影响患儿。

婴儿血管瘤是常见的良性肿瘤。该病不仅会对患儿的容貌造成影响，还会导致周围组织器官功能和形态受到破坏。因此，一旦发现血管瘤，要及时带患儿去正规医院进行治疗，以免错失治疗机会；同时，在日常生活中，应做好各项护理工作，确保患儿饮食营养均衡、生活规律。

(作者供职于河南省人民医院血管瘤外科)

乳腺癌是女性常见的恶性肿瘤之一，手术是治疗乳腺癌的方式之一。术后康复阶段对于患者的身体健康起着非常重要的作用。使用正确的护理方法，可以帮助患者尽快恢复身体健康。本文主要介绍乳腺癌术后康复的重要性和关键措施，为乳腺癌患者恢复身体健康提供全方位、专业的指导。

## 注意事项

**保证摄入充足的营养** 做完手术后，患者的身体需要更多的营养来支持伤口愈合和身体康复。患者应增加蛋白质的摄入量，例如鸡肉、鱼肉、豆制品等。此外，新鲜的蔬菜和水果富含维生素和矿物质，有助于提高患者的免疫力。同时，患者要注意避免摄入过多的油腻食物和糖，保持健康的体重。

**适度运动** 在术后康复的过程中，患者需要适度运动。在康复初期，患者可以选择散步等运动量较小的运动。随着时间的推移，患者可以逐渐增加运动强度和持续时间，但要避免剧烈运动，以免影响伤口愈合。

## 生活护理

**心理支持** 术后，患者需要获得充分的心理支持来应对焦虑、压力过大等情况。患者可以寻求专业的心理咨询，以获得更加全面的帮助和指导。此外，参加乳腺癌康复小组也是一个很好的选择，患者通过与其他经历相似的人交流，可以得到更多的理解和支持。同时，亲朋好友的陪伴和倾听，可以让患者感到更加温暖。

**乳房保健** 术后，乳房保健尤为重要。在日常生活中，患者应定期进行乳房触诊自查，及时发现和观察乳房的变化，比如是否出现肿块、溢液等症状。此外，患者还可以通过乳房按摩来促进乳房的血液循环，减轻乳房疼痛和乳头敏感等不适症状。乳房保健不仅能够维护患者的身心健康，还能够增加患者早日康复的机会。

## 健康管理

**定期检查** 术后康复并不意味着治疗结束，定期随访和检查对乳腺癌患者来说非常重要。患者应遵照医生的建议，定期进行乳腺彩超检查、乳腺X线检查等。定期检查有助于患者尽早发现疾病复发或转移，及时采取相应的治疗措施，提高治疗效果。

**加入乳腺癌康复计划** 乳腺癌康复计划是针对康复期患者制订的综合性计划，旨在促进患者康复，提高生活质量，减少复发风险。该计划通常涵盖体育运动、饮食指导、心理支持、乳房保健和社交支持等方面，以帮助患者更好地消除术后困扰，保持健康和快乐的生活。

乳腺癌术后康复，需要综合性的护理和支持。通过保证摄入足够的营养、适度运动等，患者可以加快术后康复进程，降低并发症的发生率。同时，患者应关注乳腺癌康复后的监测和管理，定期进行检查和随访。通过科学护理，患者可以重拾健康、自信和美丽的自己。

(作者供职于鄂城县人民医院肝胆外科)

# 乳腺癌术后康复注意事项

□王艳丽

# 不容忽视的先天性甲状腺功能减退症

□颜海峰

## 诊断与治疗方法

为了尽早发现和预防先天性甲状腺功能减退症，许多国家已经将新生儿甲状腺功能筛查纳入常规新生儿筛查项目中。其中，足跟采血是一种常用的诊断方法。

足跟采血是一种简单、非侵入性的检查方法，通常在新生儿出生后48小时内进行。在这个过程中，医生会使用专用的采血纸刺破新生儿的足跟，再将血滴在筛查纸上。这些血样会被送到实验室进行化验，检测新生儿的甲状腺功能是否正常。如果FT<sub>4</sub>(游离甲状腺素)水平低而TSH(促甲状腺激素)水平高，就可能提示新生儿患有先天性甲状腺功能减退症。

## 临床表现

先天性甲状腺功能减退症在新生儿时期不容易被察觉，如果不及治疗，会对患儿的智力和身体发育造成永久性损害。常见的症状包括嗜睡、食欲不振、便秘、呼吸困难、肌力低下、肌肉松弛、黄疸等。这些症状往往不明显，容易被忽视或误认为是其他疾病所致。

## 发病原因

先天性甲状腺功能减退症是

随着经济和社会的不断发展，人们的生活质量逐渐提升。产后保健，越来越受到产妈的关注，掌握抚触的手法和技巧，能够更好地保障新生儿健康成长。因为新生儿刚出生时大脑尚未发育成熟，出生后早期神经系统仍处于快速生长期。在这个时期，对新生儿进行抚触，不仅有利于新生儿中枢神经系统发育，还可以增强新生儿的感官灵敏性。下面，本文主要介绍新生儿抚触的技巧，希望对大家有所帮助。

## 抚触前需要做哪些准备

在进行抚触前，产妈需要做好环境、物品等方面的准备。对于抚触环境的选择，一般情况下，室内温度最好保持在26摄氏度左右，并且环境要尽量安静，如果新生儿喜欢听音乐，可以播放轻柔的音

乐，帮助新生儿放松身心。此外，还需要在抚触前，准备好温和、无刺激的抚触精油，并将替换的衣服、纸尿裤等放在容易拿取的地方；产妈要将戒指、手镯等物品摘除，并修剪指甲，以免划伤新生儿的皮肤。

另外，在抚触前，注意不要让新生儿处于太饿或太饱的状态。

## 抚触的手法有哪些

做好抚触前的准备后，产妈还需要掌握一定的抚触手法，才能更好地提高抚触保健的效果。对新

# 新生儿抚触有技巧

□王琳

生儿进行面部和头部抚触时，产妈先将双手拇指指腹自额部中央向两侧推至颞部，紧接着双手拇指指腹自人中向两侧推至嘴角，随后双手拇指指腹自下巴中央向上推至颞部，最后双手从前额发际抚向脑后，停止于耳后乳突处，轻轻按压。

针对胸部抚触，产妈应保持四指指腹自一侧肋缘抚触至对侧肩部按压；对腹部进行抚触时，右手四指指腹自左下腹向上腹(顺时针)，再用指腹从左下腹到上腹，再到右上腹，依次按顺时针方向画半

圆，紧接着用右手从左上腹到左下腹画一个I形；由左上腹、右上腹再到右下腹画一个倒L形；由右下腹向左下腹画一个U形。

产妈在对上肢和下肢进行抚触时，首先是上肢，产妈要用双手握住新生儿的手臂，自上臂至手腕轻轻挤压和搓揉，可以增加其上肢的灵活性；再用两只手的拇指指腹由手腕推至手指根部，捏提手指各关节。其次是下肢，产妈要用双手握住新生儿一侧下肢，自大腿根部至脚

踝轻轻挤压和搓揉，两只手的拇

指指腹由足跟推至足趾根部，捏提足趾各关节。正确的抚触手法，可以增加新生儿下肢运动协调能力。

另外，在抚触的过程中，产妈要保持和新生儿的目光交流，并以温柔的话语回应新生儿。

综上所述，为了保障新生儿健康成长，应做好产后抚触保健工作。通过做好抚触前的准备，并掌握正确的抚触手法，能够更好地帮助新生儿健康成长。

(作者供职于青岛市李沧区湘潭路街道办事处)

# 胎心监护室护理指南

□黎明

胎心监护是指对孕妇和胎儿的心率进行实时监测的临床检测手段。胎心监护室是专门针对孕妇和胎儿进行心电监测和护理的场所。它的出现提升了妇产科的护理水平和孕妇的安全性。本文主要介绍胎心监护室的护理指南，包括了解胎心监护的原理、常见的监护设备和护理技术，以及孕妇在胎心监护室的注意事项和护理需求。

## 护理要点

**正确使用胎心监护仪** 正确使用胎心监护仪是胎心监护室护理的一个重要组成部分。在使用胎心监护仪时，护士应熟练掌握胎心监护仪的操作方法，要特别注意传感器的选择和放置位置，以确保胎心监护仪监测数据的准确性。除此之外，护士还需要定期维护胎心

监护仪，重视传感器的清洁和校准工作。这样，可以有效延长胎心监护仪的使用寿命，并提高监护的准确性。

**对孕妇进行心理护理** 对于孕妇来说，胎心监护室是一个让人紧张的环境。在进行胎心监护时，护士要密切关注孕妇的情绪变化，并给予必要的心理安慰，以缓解孕妇可能存在的焦虑和紧张情绪。为了缓解孕妇的紧张情绪，护士可以通过与孕妇交流，耐心地解答她

们的疑惑，并且向她们讲解关于胎心监护的知识，以此来增强孕妇对胎心监护的信心。

**及时处理胎心监护设备故障** 在胎心监护室使用监护设备时，有时会出现设备故障，例如传感器脱落或脱皮等问题。为了应对这些问题，护士需要定期检查设备的状态，并且要及时更换损坏的部件，以免因设备问题而导致胎心监护结果不准确。胎心监护仪的正常运行，可以确保胎心监护过程顺利

## 注意事项

**安全防护** 孕妇进入胎心监护室时，需要注意自身的安全防护。护士应向孕妇介绍胎心监护室的环境和设备，并提醒孕妇注意周围的卫生和设备使用方法，避免发生意外。

**积极配合检查** 孕妇在进行胎心监护时，应配合护士的工作，包括正确佩戴监护设备、保持体位稳定、及时报告异常情况。孕妇的

积极配合，有助于提高胎心监护结果的准确性。

**注重舒适体验** 孕妇在进行胎心监护时，护士应关注孕妇是否舒适。护士可以为孕妇提供舒适的环境和设施，如调节室内的温度、噪音和光线，以及舒适的床位和姿势等，以保证孕妇在监护过程中舒适且安全。

对胎儿心率的实时监测，为医生提供了诊断依据，为孕妇和胎儿的安全保驾护航。

护士在胎心监护室中发挥着重要的作用，他们应熟练掌握胎心监护设备的操作技术，关注孕妇的心理需求，预防和及时处理设备故障问题，使孕妇和胎儿在舒适和安全的环境中度过胎心监护期。

(作者供职于山东省滨州市阳信县人民医院妇产科胎心监护室)

# 剖宫产后还可以顺产吗

□徐银凤

第一胎是剖宫产的产妈，第二胎能不能选择顺产呢？下面，笔者就带大家来解剖剖宫产后是否可以顺产的评价要点吧！

## 评估要点

对于剖宫产的产妈来说，再次妊娠需要距离上一次剖宫产至少2年以上，最好在2年~5年，这是瘢痕愈合相对较好的时间。若距离上一次剖宫产间隔1年半以内怀孕，通常认为是高危情况，产妈不适合顺产；若距离上一次剖宫产5年以上，实际可能存在瘢痕组织纤维化，也不是绝对安全的，瘢痕组织可能会在顺产过程中发生破裂。

医务人员需要判断产妈上一次剖宫产的原因是否仍然存在。如果上一次剖宫产的原因是骨盆狭窄，由于人的骨盆不会改变，因此，产妈仍然不具备顺产的条件；如果上一次剖宫产的原因是胎位臀位，或生产过程中胎心不

稳定，此时这些因素已经消失，产妈可以选择顺产。

如果胎儿的体重，较上一次生产的胎儿重0.5千克，通常也不建议产妈顺产。医务人员需要判断产妈上一次剖宫产手术有无特殊情况，如大部分为横切口，有无特殊的纵切口。如果上一次剖宫产手术为纵切口，产妈通常不能顺产。

若存在产褥期感染，或妊娠超过40周末有生产征兆的情况，产妈也不能顺产。

## 注意事项

产妈需要充足的休息，以促进产后的30天~40天，休息对于产

妇来说非常重要。在此期间，家属要齐心协力照顾产妈，保证产妈充足的休息。对于自然流产和人工流产的产妈，至少需要休息40天。

为了确保产妈的身体健康，产妈应根据天气和居住环境的变化，对室内温度进行适当调整。一般来说，室内温度在25摄氏度~26摄氏度为宜，湿度在50%左右为宜。这样才能避免产妈的关节受到风、寒、湿的侵害。

产妈需要充足的休息，以促进产后的30天~40天，休息对于产

妇来说非常重要。在此期间，家属要齐心协力照顾产妈，保证产妈充足的休息。对于自然流产和人工流产的产妈，至少需要休息40天。

为了确保产妈的身体健康，产妈应根据天气和居住环境的变化，对室内温度进行适当调整。一般来说，室内温度在25摄氏度~26摄氏度为宜，湿度在50%左右为宜。这样才能避免产妈的关节受到风、寒、湿的侵害。

产妈需要充足的休息，以促进产后的30天~40天，休息对于产

妇来说非常重要。在此期间，家属要齐心协力照顾产妈，保证产妈充足的休息。对于自然流产和人工流产的产妈，至少需要休息40天。

为了确保产妈的身体健康，产妈应根据天气和居住环境的变化，对室内温度进行适当调整。一般来说，室内温度在25摄氏度~26摄氏度为宜，湿度在50%左右为宜。这样才能避免产妈的关节受到风、寒、湿的侵害。

产妈需要充足的休息，以促进产后的30天~40天，休息对于产

## 怎样观察

**观察患儿黄疸的部位及颜色** 黄疸通常是从患儿头部开始，消退时从脚部开始。若患儿的皮肤颜色为微黄色，体温、体重、食欲、精神状态及大小便正常，可在家继续观察；若患儿的皮肤颜色越来越黄，手心、足心均较黄，或皮肤黄染呈橘黄色、金黄色、暗绿色等情况，要及时带患儿到医院就诊。

**观察患儿的食欲及反应** 若患儿出现精神差、食欲不振、体温波动较大、嗜睡、经常哭闹、易受惊、两目斜视、四肢强直或抽搐等情况，要及时带患儿到医院就诊。

**观察患儿大便的颜色和量** 若患儿的大便排泄不通畅或排泄次数异常，大便颜色越来越淡，甚至呈陶土色，应提高警惕，要及时带患儿到医院就诊。

**观察患儿黄疸时间** 如果患儿黄疸持续时间较长，超过了常规的黄疸周期，要及时带患儿到医院就诊。

## 如何护理

首先，避免患儿饥饿，提倡母乳喂养。患儿出生以后要尽早开奶，如果母乳不足，应该给患儿适当补充配方奶粉；其次，保持患儿大便通畅，这样才能够将胆红素及时排出体外；再次，患儿要多饮水，尿量增多可以促进胆红素的排出；最后，患儿要多晒太阳，晒太阳有利于黄疸消退，但不要

让太阳直射患儿的眼睛。不论是生理性黄疸还是病理性黄疸，家长在照顾患儿时，要多观察，如果出现异常情况，要及时带患儿到医院就诊。

(作者供职于漯河市骨科医院儿内科)

首先，避免患儿饥饿，提倡母乳喂养。患儿出生以后要尽早开奶，如果母乳不足，应该给患儿适当补充配方奶粉；其次，保持患儿大便通畅，这样才能够将胆红素及时排出体外；再次，患儿要多饮水，尿量增多可以促进胆红素的排出；最后，患儿要多晒太阳，晒太阳有利于黄疸消退，但不要

让太阳直射患儿的眼睛。不论是生理性黄疸还是病理性黄疸，家长在照顾患儿时，要多观察，如果出现异常情况，要及时带患儿到医院就诊。

(作者供职于漯河市骨科医院儿内科)

首先，避免患儿饥饿，提倡母乳喂养。患儿出生以后要尽早开奶，如果母乳不足，应该给患儿适当补充配方奶粉；其次，保持患儿大便通畅，这样才能够将胆红素及时排出体外；再次，患儿要多饮水，尿量增多可以促进胆红素的排出；最后，患儿要多晒太阳，晒太阳有利于黄疸消退，但不要

让太阳直射患儿的眼睛。不论是生理性黄疸还是病理性黄疸，家长在照顾患儿时，要多观察，如果出现异常情况，要及时带患儿到医院就诊。

(作者供职于漯河市骨科医院儿内科)