

# 无痛分娩，你需要知道的事儿

□容羽孟

## 什么是无痛分娩

无痛分娩在临床上也被称为分娩镇痛，是妇产科医生与麻醉医生一起通过各种方法让产妇在分娩时疼痛减轻或将分娩疼痛降至最低程度，主要包括药物性镇痛和非药物性镇痛两种方式。非药物性镇痛包括精神安慰法、呼吸法、水中分娩等，其优点是对产程和胎儿无影响，但镇痛效果较差。我们生活中所提到的无痛分娩，指的是药物性镇痛方式，包括椎管内麻醉、笑气吸入法、肌注麻醉等。其中，椎管内麻醉分娩镇痛法是迄今为止全世界应用最广泛、公认镇痛效果最好、最安全可靠、最可行的分娩镇痛方案。

无痛分娩能大大减少产妇分娩时的恐惧、分娩后的疲倦及疼痛，让产妇在长时间的第一产程中得到休息，积攒力量，从而当宫口全开时，有充足的力量快速分娩。此外，无痛分娩会大大减轻和缓解分娩和阴道口侧切时的疼

痛感，但产妇还是会感觉到疼痛，只不过这个疼痛程度是可以忍受的。

## 无痛分娩会不会影响新生儿健康

无痛分娩过程中使用的麻醉药物的安全性都是经过临床验证的，对胎儿不会产生不良影响，同样也不影响产后的哺乳。剖宫产无痛分娩使用的麻醉药浓度较低，麻醉风险也远小于剖宫产。进入血液循环的麻醉药浓度微乎其微，更谈不上进入母乳影响新生儿的智力发育了。

## 无痛分娩有哪些好处

1.降低新生儿缺氧发生率。传统生产过程中的疼痛会导致产妇产体内的茶酚胺分泌增多，而茶酚胺会对新生儿的血液和氧气供应造成负面影响，导致新生儿缺氧。无痛分娩可以显著降低胎儿宫内缺氧概率和酸中毒发生率。

2.大大减轻产妇产痛苦。医学上通常将疼痛分为12个等级，女性分娩时承受的疼痛就是最高

的12级疼痛。无痛分娩可以明显缓解产妇的疼痛和焦虑，对新生儿与产妇都有好处，并且镇痛效果持久，可以一直持续至分娩结束，甚至分娩后。

3.无痛分娩过程舒适、便捷。在整个无痛分娩过程中，产妇不仅能够持续保持清醒，还可以正常活动、下地行走、进食、饮水。此外，在无痛分娩过程中，产妇可以主动配合分娩的全过程，使整个分娩过程更加顺利。

4.并发症少。无痛分娩不同于剖宫产手术，避免了很多外科手术可能导致的并发症，如术后疼痛、手术切口大、术后肠粘连、切口感染等手术并发症的发生。

5.全程家属可陪伴。无痛分娩时，产妇不需要进入手术室，在产房即可进行，而且全程可以有家属陪伴，让产妇在精神上更放松。

## 哪些产妇不适合进行无痛分娩

并不是所有产妇都适合无痛分娩，需要经过专业妇产科医生

评估后的阴道分娩者才可进行。非自然生产的产妇不适合进行无痛分娩。除此之外，以下几类产妇也不适合进行无痛分娩：

- 1.全身或麻醉部位(腰背部)有感染的产妇。
- 2.有阴道分娩禁忌证的产妇。
- 3.有脊柱外伤、手术史的产妇。
- 4.脊柱畸形(如脊柱侧弯等)产妇。
- 5.凝血功能障碍的产妇。
- 6.对麻醉药物过敏者。

## 无痛分娩可能存在的风险

- 1.产程延长。无痛分娩可能会不同程度地减轻宫缩的强度，延长宫缩间隔的时间。
- 2.体温升高。有研究表明，约1/3患者在实施无痛分娩5小时后会发热，产程中体温可升高至38摄氏度以上，通常产后24小时内可恢复正常。
- 3.低血压。通常是分娩镇痛完成后短时间内血压会有所下降，可能低于90/60毫米汞柱(1毫米汞柱=133.322帕)，孕妇多无不适，经过静脉补液大多能保持稳定。
- 4.胃肠道反应。部分麻醉药物可能会让产妇产生恶心、呕吐等胃肠道反应，临床并不常见，且这种反应可能跟产程中过强的宫缩和长时间未进食有关。
- 5.排尿困难。部分孕妇会出现解小便困难，甚至完全解不出的情况，需要通过尿管帮助排尿，这与麻醉药物使膀胱肌肉和尿道括约肌松弛有一定的关系。停用麻醉药物后，大部分孕妇可逐渐恢复正常排尿。
- 6.皮肤瘙痒。少数产妇可出现皮肤瘙痒的情况，多见于前胸、腹部和四肢，通常停药后症状可逐渐消失。

(作者供职于广西河池市第三人民医院产科)

骨伤是人们日常生活中常见的问题之一，不仅给人们的工作和生活带来不便，还可能造成严重的后果。在现代医学中，以手术和药物为主的治疗方法已经取得了显著成效，但一些患者对手术治疗和药物治疗有所顾虑，寻求更加温和、自然的疗法。本文将带您深入探索中医骨伤疗法的独特魅力，揭示其中的奥秘。

## 中医骨伤疗法的分类

1.按疗效分类  
根据治疗效果的不同，中医骨伤疗法可分为直接疗法和辅助疗法。直接疗法包括传统手法疗法、外敷疗法和饮食疗法等，通过直接刺激患者的骨伤部位，促进伤口愈合。辅助疗法包括针灸、推拿和中药疗法等，通过调整人体气血和养生，起到提高整体抵抗力和促进康复的作用。

2.按疗程分类  
中医骨伤疗法也可以根据疗程长短进行分类，分为短程疗法和长程疗法。短程疗法主要用于骨折、肌肉拉伤等急性骨伤，疗程较短，目的是迅速缓解症状，恢复功能。长程法则主要应用于慢性骨伤病者，疗程较长，通过持续调理和治疗，逐渐改善病情。

## 中医骨伤疗法的独特魅力

1.全面治疗  
中医骨伤疗法一直强调全面治疗的理念，即通过调理患者身体的整个情况，提高机体对疾病的抵抗力，使身体能够自愈。与传统药物治疗相比，中医骨伤疗法能够从根本上改善病因，预防病情进一步恶化。

2.独特的诊疗方法  
中医骨伤疗法具有独特的诊疗方法，其中包括望闻问切、四诊合参和辩证论治等。通过观察患者的面色、舌苔等，详细询问患者的症状并切诊，中医能够全面地了解患者的病情和身体状况，为其制订相应的个体化治疗方案。

3.安全无副作用  
中医骨伤疗法多采用传统草药疗法，具有较高的安全性和可靠性，患者不需要担心药物副作用的问题。此外，相比手术治疗，中医骨伤疗法避免了手术风险和恢复期的不便。

## 中医骨伤疗法的应用领域

1.关节疾病  
中医骨伤疗法对于类风湿关节炎、退行性关节炎等关节疾病具有独特的疗效。通过针灸、推拿和中药治疗，能够缓解患者关节疼痛、肿胀和功能受限的症状，提高患者的生活质量。

2.骨折与骨损伤  
中医骨伤疗法在骨折与骨损伤领域的应用得到了广泛认可。通过传统手法疗法和中药治疗，能够促进骨折愈合和骨损伤的修复，提高骨密度，减少并发症。

3.运动损伤  
中医骨伤疗法对于运动损伤的治疗同样具有积极的作用。运动期间发生的肌肉拉伤、扭伤等问题都可以通过针灸、推拿和中药治疗来缓解疼痛和炎症，促进损伤部位的康复。

综上所述，中医骨伤疗法具有独特的魅力。中医骨伤疗法有独特的诊疗方法，安全无副作用，个性化治疗的特点，在关节疾病、骨折与骨损伤以及运动损伤等领域发挥着重要作用。

(作者供职于菏泽市牡丹人民医院)

# 中医骨伤疗法的独特魅力

□刘振华

# 脑出血和脑梗死的不同表现

□刘冬梅

脑出血和脑梗死是两种不同类型的脑血管疾病，它们在核磁共振上有一些区别，同时也表现出不同的临床症状。

## 它们在核磁共振上的区别

信号强度：脑出血是指脑血管破裂导致血液流入脑组织的情况。在核磁共振图像上，脑出血通常呈现为高信号强度的区域，表示血液积聚，形状通常是不规则的，可以有不同的大小和形态。脑梗死是指脑血管阻塞导致脑组织缺血和坏死的情况。在核磁共振图像上，脑梗死通常呈现为低信号强度的区域，表示缺血和坏死的脑组织，形状通常是边界清晰的椭圆形或条状区域。总的来说，脑出血和脑梗死在核磁共振图像上的表现是不同的，脑出血呈现为高信号强度，而脑梗死呈现为低信号强度。

病变周围区域：脑出血周围可能有水肿和炎症反应，表现为周围组织略微明亮。脑

梗死周围可能有一圈水肿区，通常不像脑出血那样产生特别明亮的信号。

影像表现：脑出血的影像表现为局部脑组织密度增加或密度不均匀，可能伴有局部中度至重度水肿、出血、占位效应等症状。脑梗死的影像表现为脑组织缺血、变质、脱水、降低密度等现象，通常只影响一个特定的脑区域。

病理生理：脑出血是由于脑血管破裂或破裂前的局部动脉壁疏松，导致大量血液进入脑组织，从而引发脑局部损伤。而脑梗死则是由于脑血管阻塞，导致脑组织缺血缺氧，引起局部组织死亡。

病变时间：核磁共振还可以通过不同的序列来初步判断脑出血和脑梗死的时间，因为病变在不同时间内的信号特征有所不同。

## 它们的临床表现有哪些

脑出血表现：剧烈头痛；脑出血常常伴

有突然发生的严重头痛，可能是一种剧烈、持续性的疼痛感。

恶心和呕吐：脑出血可能引起恶心和呕吐，这可能是由于脑部受损刺激了呕吐中枢。

意识障碍：脑出血可能导致意识下降，出现昏迷或淡漠状态。

神经功能障碍：脑出血可以引起不同神经系统的功能障碍，如肢体无力、言语障碍、面瘫等。

瞳孔异常：有时候脑出血会导致瞳孔大小不等，对光反应异常等症状。

抽搐：部分脑出血患者可能会出现抽搐或抽搐样症状。

颅内压增高症状：包括剧烈头痛、呕吐、意识障碍等。

心血管症状：有时可能伴有心悸、血压升高等心血管症状。

## 脑梗死表现

突然出现的症状：脑梗死常常突然发生，症状会在几分钟或几小时内逐渐加重。

面部和肢体无力：脑梗死可能导致身体的一侧(通常是面部、手臂、腿部)出现无力，造成肢体活动障碍。

言语障碍：患者可能会出现言语不清、难以表达或理解语言的问题。

突然出现视力问题：脑梗死可能导致突然视物模糊、视野缺失或双目视力障碍。

头晕和平衡问题：患者可能感到头晕或出现失衡、步态不稳的症状。

脑出血和脑梗死都是严重的脑血管疾病。在日常生活中预防、管理脑出血和脑梗死至关重要，比如控制血压、规律服药、合理饮食、戒烟限酒及定期体检。此外，对于这两者而言，早期的诊断和治疗也至关重要。保持健康的生活方式、积极预防高风险因素、定期与医生沟通，都能降低罹患脑血管疾病的风险，确保身体健康。

(作者供职于金乡宏大医院)

# 家用便携式超声设备的应用

□孙丽

## 超声波技术简介

超声波技术又称超声诊断技术，是一种利用声波的机械振动在人体组织内传播并反射的原理，来获取人体内部结构和器官的影像。这种非侵入性的诊断方法，由于无须使用放射性物质，对人体无损害，因此在医学领域得到了广泛应用。传统意义上，超声检查通常由医疗专业人员在医院或诊所内完成。但随着技术的进步，便携式超声设备逐渐走进家庭，让人们能够更方便地监测自己的身体状况。

## 便携式超声设备的工作原理与应用

便携式超声设备的核心原理与传统超声设备相似，即利用超声波的回声来生成图像。这些设备通常由超声探头和与之配套的移动设备或手机应用构成。用户只需要将探头放置在需要检查的部位，设备便会通过超声波探测器发射声束，并接收其反射。随后，设备会将收集到的数据转化为图像，呈现在移动设备的屏幕上。

便携式超声设备的应用范围广泛，涵盖了许多医学领域。以下是一些常见的应用：

妊娠监测：孕妇可以使用便携式超声设备来监测胎儿的发育情况。便携式超声设备可以通过超声图像显示胎儿的大小、位置以及心跳情况，为孕妇提供信息。

肌肉骨骼检查：运动爱好者和康复患者可以使用便携式超声设备检查肌肉和骨骼的状况。超声波可以帮助发现肌肉损伤、骨折等问题，从而指导治疗和康复。

腹部检查：便携式超声设备还可以用于腹部脏器的检查，如肝脏、胰腺、肾脏等。这对于早期发现肿瘤、结石等疾病具有重要意义。

心脏健康监测：一些便携式超声设备可以用于监测心脏的功能和结构。用户可以通过超声图像观察心脏的收缩和舒张，从而了解心脏的健康状况。

## 潜在风险与注意事项

尽管便携式超声设备为人们带来了便利，但是在使用时仍需谨慎，避免出现误诊或误判。以下是一些潜在的风险和注意事项：

专业解读：解读超声图像需要有一定的专业知识和经验。在使用便携式超声设备后，如果发现异常情况，应及时咨询医疗专业人员，做进一步评估和诊断。

限制：便携式超声设备的分辨率和探测深度可能会受到限制，无法像专业医疗设备那样全面、准确。因此，其在初步筛查和监测方面具有一定的局限性。

风险评估：对于特定疾病和症状，可能需要更全面的医疗评估，包括其他影像学检查或实验室检查，以获得更准确的诊断结果。

便携式超声设备作为一种家庭健康监测工具，为普通人提供了更多的健康信息。然而，它并不能代替专业的医疗诊断和治疗，仍需要到医院咨询专业人士。此类设备的发展，将进一步推动医疗技术的普及，提高健康监测的便捷性和可及性。在享受便利的同时，我们也应保持理性，明确超声设备的局限性和风险，以确保健康监测的准确性和有效性。

(作者供职于山东中医药大学附属医院东营院区(东营市中医院))

大家都知道，血小板是血液的重要组成部分。在临床输

血中，血小板输注是挽救危重患者生命的重要手段之一。然而，血小板输注仅靠ABO血型相同就可以了么？其实不然，除ABO血型外，血小板特异性抗原同样不可忽视。

有关研究表明，人类血小板有着复杂的免疫结构，包括多种抗原成分，它们对血小板

的功能和性质有重要的影响。血小板表面复杂的血型抗原是由遗传决定的，通常分为两类：一类表达于血小板表面，也表达于其他组织或血细胞表面，称为血小板相关抗原，包括红细胞血型系统的抗原及人类白细胞抗原；另一类为血小板特异性抗原，表现出血小板独特的遗传多态性，目前已被国际输血协会在分子

水平上确认的血小板特异性抗原已有30多种。此外，血小板特异性抗原有显著的民族特异性和地域特异性。

与红细胞血型产生免疫抗体类似，血小板血型抗原也可以使机体产生免疫，在多次输注血小板的患者体内产生免疫性血小板抗体。这些血小板抗体有着重要的临床意义，可以引起血小板输注无

## 血小板输注

# 仅需ABO血型相同就可以了吗

□杨波

质而定。以下是一些常见的治疗方法：

影像学检查：高分辨率CT(计算机断层成像)扫描是主要工具，可以提供结节的大小、形态、边缘特征、实性成分占比和分布情况。常规推荐的是低剂量胸部CT扫描。

组织学检查：通过支气管镜检查、经皮穿刺活检或手术切除，获取结节组织标本，进行病理学分析。通常肺结节直径>10毫米，需要积极诊断和治疗，尤其是直径>15毫米的纯磨玻璃结节。直径≥8毫米的实性结节或实性成分直径≥5毫米的部分实性结节，建议活检。

肿瘤标志物检测：某些肿瘤标志物如CEA(癌胚抗原)、胃泌素释放肽前体等可能有助于评估结节性质。

## 多发性肺结节的治疗

多发性肺结节的治疗策略需要根据确定的病因和性

效、输血后紫癜、新生儿同种免疫血小板减少症、被动免疫血小板减少症、与移植相关的同种免疫血小板减少症等。

因此，如果患者出现上述症状，在输注血小板时，就不能单纯选择ABO同型的血小板，还需要考虑患者和供者的血小板特异性抗原是否相合，以便提高血小板输注的效果。

(作者供职于洛阳市中心医院)

# 多发性肺结节的治疗

□李鹏

质而定。以下是一些常见的治疗方法：

影像学检查：高分辨率CT(计算机断层成像)扫描是主要工具，可以提供结节的大小、形态、边缘特征、实性成分占比和分布情况。常规推荐的是低剂量胸部CT扫描。

组织学检查：通过支气管镜检查、经皮穿刺活检或手术切除，获取结节组织标本，进行病理学分析。通常肺结节直径>10毫米，需要积极诊断和治疗，尤其是直径>15毫米的纯磨玻璃结节。直径≥8毫米的实性结节或实性成分直径≥5毫米的部分实性结节，建议活检。

肿瘤标志物检测：某些肿瘤标志物如CEA(癌胚抗原)、胃泌素释放肽前体等可能有助于评估结节性质。

## 多发性肺结节的治疗

多发性肺结节的治疗策略需要根据确定的病因和性

质而定。以下是一些常见的治疗方法：

影像学检查：高分辨率CT(计算机断层成像)扫描是主要工具，可以提供结节的大小、形态、边缘特征、实性成分占比和分布情况。常规推荐的是低剂量胸部CT扫描。

组织学检查：通过支气管镜检查、经皮穿刺活检或手术切除，获取结节组织标本，进行病理学分析。通常肺结节直径>10毫米，需要积极诊断和治疗，尤其是直径>15毫米的纯磨玻璃结节。直径≥8毫米的实性结节或实性成分直径≥5毫米的部分实性结节，建议活检。

肿瘤标志物检测：某些肿瘤标志物如CEA(癌胚抗原)、胃泌素释放肽前体等可能有助于评估结节性质。

## 多发性肺结节的治疗

多发性肺结节的治疗策略需要根据确定的病因和性

质而定。以下是一些常见的治疗方法：

影像学检查：高分辨率CT(计算机断层成像)扫描是主要工具，可以提供结节的大小、形态、边缘特征、实性成分占比和分布情况。常规推荐的是低剂量胸部CT扫描。

组织学检查：通过支气管镜检查、经皮穿刺活检或手术切除，获取结节组织标本，进行病理学分析。通常肺结节直径>10毫米，需要积极诊断和治疗，尤其是直径>15毫米的纯磨玻璃结节。直径≥8毫米的实性结节或实性成分直径≥5毫米的部分实性结节，建议活检。

## 多发性肺结节的治疗

多发性肺结节的治疗策略需要根据确定的病因和性

# 骨质疏松预防知多少

□林宏衡

在临床上经常会遇到这两种情况：一是发生脆性骨折，患者才开始重视骨质疏松；二是把不明原因的骨骼肌肉痛当成骨质疏松进行治疗。

骨质疏松，通俗来说就是骨质量下降。人老了皮肤会皱，头发会变白。人老了，骨头质量也会逐渐衰退，骨量减少。如果骨量丢失到一定程度，就容易发生脆性骨折。

为什么有些人骨质量好，一辈子都没有骨折，而有些人不到50岁就发生骨质疏松性骨折呢？这和每个人的体质、基因、后天保健等多方面有关系。临床上，有些人不到60岁就老态龙钟、摇摇欲坠，而有些人80岁仍然健步如飞。虽然个体的基因、年轻时候的钙摄入量、营养状态会影响骨量峰值水平、骨修复能力，但是后天的保养同样也很重要。可能你的基因没那么强大，但通过正确保健，也能避免大多数陷阱。不恰当的保健，带来的后果比不保健还差。

如何正确保健，预防骨质疏松？对骨骼来说，最主要的保健是运动，然后是饮食。根据自身情况，选择适合自己的户外运动，保持适当的运动量和运动强度。对于大病初愈、高龄且基础活动少的人，可以选择散步，这也是一种运动。但对于身体健康、活动自如的人来说，单纯散步的活动量是不够的。要选择一项自己喜欢且可以长期坚持的运动，比如跳绳、打球。相反，躺着、静坐是最容易导致骨量丢失的生活方式。

50岁左右的围绝经期女性常常会遇到骨质疏松与骨关节炎的双重问题。部分女性患者由于年轻时过度劳损、外伤或者下肢力线不佳等原因，在50岁以后容易出现膝

关节增生退化，导致关节周围疼痛，行走活动不便。同时，这个年龄段的患者常常要照顾家里的小孩，在生活中需要反复下蹲，会进一步加重膝关节疼痛。绝经后的女性骨丢失加快，代谢变慢，容易导致脂肪堆积，身体发胖，体重增高，增加膝关节的负荷，继而导致运动量明显减少，骨丢失进一步加快，出现骨质疏松，形成骨质疏松、膝关节炎、肥胖三大问题相互影响的恶性循环。对于这种情况，必须积极干预治疗，才能打破这个恶性循环。应该先积极治疗膝关节炎，若退变严重保守治疗无效，则应该选择手术治疗，尽量恢复正常的活动水平。同时，要认识到自身代谢水平变慢的问题，有意识地控制能量的摄入，可通过延长进食咀嚼时间，减少进食量，从而控制体重。

预防骨质疏松，不同年龄段的需求不一样。从年轻的时候开始，增加钙的摄入，提高骨质量。如果身体健康，没有潜在的导致骨质疏松的危险因素，50岁以前，只要做到合理膳食，营养均衡，就可以从食物中摄取足够的钙质，再配合运动、晒太阳，促进钙吸收。50岁以后，尤其是绝经后女性，建议做骨密度筛查。大部分人在骨质疏松性骨折发生之前，骨质疏松几乎没有明显的症状。当骨折发生时，常常已经严重骨质疏松，可以筛查出骨质疏松的高危人群。检查后，如果骨量正常，那么保持目前的生活方式即可；如果骨量减少，那么可能需要增加钙的摄入，并且增加运动；如果达到骨质疏松标准，应该积极进行抗骨质疏松治疗。

(作者供职于广州中医药大学第三附属医院)