

做支气管镜检查需要注意什么

□刘艳红

说起支气管镜检查,对很多人而言还是很陌生的,支气管镜检查有什么作用呢?可能很多人还不太了解,其实支气管镜检查和电子胃肠镜检查一样,是临床上常见的一项内窥镜检查,既可以诊断又可以治疗,是明确肺部病变性质的一项很有必要的检查手段。

支气管镜就是人们常说的可弯曲支气管,它包括纤维支气管镜、电子支气管镜,简称为支气管镜,一般从鼻腔或者口腔进入,通过咽喉、声门到达气管及细支气管,从而对肺和气管、支气管病变进行检查。

支气管镜检查属于有创检查,气管镜检查时会有不适感,且这种不适感有个体差异,为了消

除恐惧,避免不适感,可选择无痛支气管镜检查,即在麻醉医生的配合、严密观察下,患者在睡眠中就可以安全又有效地完成检查。既然是有创检查,气管镜无菌消毒是否达标呢?这方面不需要多虑,因为医院有严格的内镜清洗及消毒流程,支气管的清洗和消毒都由经过培训的专业人员在内镜清洗间内进行消毒,检查时一人一镜,气管镜检查前需要常规的传染病、心电图、胸部CT等检查结果。那么,气管镜检查时间长吗?时间不长,常规支气管镜一般需要20分钟~30分钟即可完成。

日常生活中,哪些患者需要做支气管镜检查呢?2019年版的《成人诊断性可弯曲支气管镜

检查术指南》做了一个详细描述,下面这些患者需要进行气管镜检查:怀疑气管、支气管、肺部肿瘤或肿瘤性病变需要确定病理诊断或者分型、分期的应进行气管镜检查。不明原因咯血持续1周以上的患者,尤其是年龄40岁以上,即使胸部影像学未见明显异常,仍应进行气管镜检查以明确出血部位、出血原因。对于那些不能明确诊断、进展迅速、抗菌药物效果不佳、肺部病变持续存在或吸收缓慢的,或者临床诊断为下呼吸道感染、病原菌不明确,需要相关病原学检查协助临床诊断的也需要进行气管镜检查。器官移植或者骨髓移植后新发肺部病变、原因不明的突发喘鸣、呼吸困难的也需要排除大气道狭窄或者梗

阻。任何原因导致的肺不张均需要进行气管镜检查,另外外伤后可疑气道损伤、临床上怀疑气道异物的患者也建议进行气管镜检查,目前由于超声支气管镜的广泛应用,对于原因不明的纵膈淋巴结肿大、纵膈肿物患者可进行气管镜检查以获取病理学标本。

那么哪些患者不能进行气管镜检查呢?下面这些患者不适合进行气管镜检查,如对麻醉药物过敏者、有严重心肺功能不全、严重心律失常、急性心梗、凝血功能严重障碍且出血倾向无法控制、主动脉瘤破裂等。

支气管镜检查后需要注意什么呢?气管镜检查后2小时内不能饮水、吃东西,以免发生呛咳;支气管镜下活检患者术后尽量

避免用力咳嗽,以免活检部位出血。

气管镜检查是比较安全的,患者不需要紧张和焦虑,气管镜检查前医生通常会做一个全面的评估,并嘱托患者禁食、禁水,停用抗凝、抗血小板生成的药物,检查时听从医生安排,术中会让患者吸氧,常规监测患者的心率、呼吸频率、血压、血氧饱和度等。

通过以上的介绍,希望大家对支气管镜有初步了解,消除恐惧心理,出现了呼吸道疾病需要进行支气管镜检查时,要及时到专业的呼吸科就诊,以免延误病情。

(作者供职于河南省商丘市第一人民医院呼吸介入科)

心脏支架:撑起生命的希望

□徐元杰

心脏疾病严重威胁人类健康,心脏支架的研发和使用给心脏病患者带来了生的希望,本文将探讨心脏支架的重要作用以及心脏支架植入后的注意事项。

心脏支架的作用

心脏支架,也称为冠状动脉支架,主要用于治疗冠心病,其作用主要表现在以下几个方面。

扩张狭窄的冠状动脉 心脏支架通过介入手术被送入狭窄的冠状动脉内,支架可以扩张狭窄部位,增加血流通道,从而改善心脏的供血情况。

保持冠状动脉通畅 支架在冠状动脉内可以保持稳定位置,防止血管再次狭窄或闭塞,维持动脉的通畅。

促进心肌再灌注 当冠状动脉狭窄或闭塞时,会导致心肌缺血甚至坏死。心脏支架可以恢复血流通道,促进心肌再灌注,缓解心绞痛等症状。

恢复心肌供血 通过扩张狭窄的冠状动脉,心脏支架能迅速恢复心肌的血液供应,从而改善心

肌缺氧、缺血的情况,这对于急性心肌梗死等需要紧急介入治疗的情况尤其重要,可以大大降低心肌梗死的风险。

防止心肌梗死 心脏支架可以稳定狭窄或闭塞的冠状动脉,防止其再次狭窄或闭塞,这样可以有效减少心肌梗死等严重心血管事件的发生。

缓解症状 心脏支架可以改善心肌的缺血状况,有助于缓解心绞痛、胸闷等症状,提高患者的生活质量。

预防心衰 心衰是冠心病常见的并发症之一,而心脏支架可以改善心肌供血,预防心衰的发生,从而挽救患者的生命。

注意事项

定期检查 植入支架后,患者需要定期进行心电图、心脏超声等检查,以及时监测心脏状况和支架的情况,还要定期进行血液检查,监测血脂、血糖、血压等指标,以便及时发现并控制危险因素。

坚持药物治疗 植入支架后,

患者要长期服用抗血小板药物、降脂药物等,以防止血栓形成和血管狭窄的再次发生,同时患者还应该严格按照医嘱服药,不可自行停药或更改剂量。

控制危险因素 高血压病、高血脂、糖尿病等危险因素与冠心病的发病密切相关,患者应积极控制这些危险因素,保持血压、血脂、血糖在正常范围内,以此来降低心血管事件的发生风险。

健康生活 患者应保持健康饮食,多吃蔬菜水果,减少脂肪和盐的摄入,同时,适当运动也有助于改善心肺功能和血液循环。另外,还要戒烟限酒、保持心理平衡。

及时就医 植入支架后,如果患者出现胸痛、胸闷等症状,应及时就医,如果发现异常情况,如支架部位疼痛、出血等,也应该立即就医进行检查和治疗。

采取健康生活方式的同时,也要遵医嘱,切勿滥用药物。

(作者供职于山东省滕州市中医医院)

全面了解自己,从健康体检开始

□许珊珊

在忙碌的现代生活中,人们常常忽视了最重要的财富之一,那就是健康。保持身体健康是实现个人成就和幸福生活的基础,然而,很多人只有在出现明显不适时才会去看医生,而忽略了预防性的健康体检。本文将介绍全面了解自己身体状况的重要性,提醒您从健康体检开始,更好地照顾自己。

人们经常说了解自己,但在健康方面,是否真正了解自己的身体状况呢?全面的健康体检,可以发挥这样的作用。

发现潜在健康问题 许多严重的健康问题,在症状表现之前,往往并不容易察觉。通过定期的健康体检,医生可以帮助您发现一些可能存在的潜在健康问题,从而采取及时的干预措施。

预防疾病发生 及早发现早期疾病往往能获得更好的治疗效果。通过定期体检,您可以了解自己的身体状况,采取相应的预防措施,减少患病风险,保持身体健康。

监测健康状态 对于已经存在某些健康问题的的人来说,定期的健康体检可以帮助医生监测疾病的进展情况,调整治疗方案,确保疾病得到有效控制。

进行一次全面的健康体检需要

多个步骤,首先,患者需要选择信誉良好的医疗机构或体检中心进行体检。然后,预约合适的时间,并遵循专业医护人员的指导完成相关检查项目。通常,健康体检包括以下几个

体格检查 体格检查是对整个身体系统的综合评估。医生会测量身高、体重、血压,并检查皮肤、眼睛、耳朵等各个器官的状况,通过体格检查,人们可以了解自己的基本生理状态,例如肥胖程度、血压是否正常等。

血液检测 血液检测是体检的核心环节之一,通过抽取一小部分血液样本,医生可以评估人们的血液成分和功能。这包括检查血红蛋白水平、血糖水平、血脂含量以及各种指标如肝功能、肾功能等。血液检测能够提供许多关于身体的重要信息。

心电图 心电图是用来检测心脏功能的重要手段,通过记录心脏电活动,医生可以评估心脏的节律和功能是否正常。心电图对于早期发现心脏疾病以及预防心血管疾病有着重要的意义。

影像学检查 影像学检查主要包括X射线、超声波等技术,这些技术能够提供更多关于身体内

部器官的信息,帮助医生发现一些潜在疾病,如肺部感染、肿瘤等。

靶向检查 根据个人需要或潜在风险因素,医生可能会推荐一些特定的检查项目。例如,乳腺X射线检查、妇科检查、前列腺检查等。这些靶向检查能够针对特定器官或疾病进行更加细致的评估和筛查。

全面了解自己,从健康体检开始。通过体检,人们可以更好地关注自己的身体健康。定期的健康体检可以帮助发现潜在健康问题,预防疾病发生并监测健康状态。

可以针对性的给予积极处理,调节自己的生活状态,改善睡眠、改善营养、适当的运动等,提早干预,尽早开始药物治疗,防止身体进一步恶化。

对于个人来说,健康是幸福之源。拥有健康,不一定拥有幸福;但失去健康,必然失去幸福。对于国家来说,健康是强盛之基。

(作者供职于山东省德州市第二人民医院健康管理科)

现任何症状,及时就医是非常重要的。 肾炎是一种常见但危害巨大的疾病,我们不能忽视它的存在,通过了解肾炎的症状、预防 and 治疗方法,可以更好地保护自己的肾脏健康。记住,关爱自己的肾脏从良好的生活习惯开始。保持适度饮水、健康饮食、定期锻炼,并及时就医进行相关检查,这些简单的举措能帮助我们保护肾脏。

(作者供职于山东省滕州市中心人民医院)

有一种技术可以帮助医生了解人体内部的奥秘,它就是细胞学诊断。医学显微镜下的细胞观察,为人们揭开了健康“密码”的一角,通过对细胞的研究和分析,医生可以更准确地诊断疾病,制定科学的治疗方案。本文将详细介绍细胞学诊断的原理和应用,帮助您了解这一领域的知识。

细胞是构成人体的基本单位,对于疾病的发生和发展有着至关重要的影响,通过观察细胞的形态、大小、排列等特征,医生可以判断细胞的异常变化,进而诊断病情。细胞学诊断在癌症早期筛查、炎症检测、感染病原体鉴定等方面发挥着重要作用。

细胞学诊断主要通过显微镜观察和分析细胞的形态、结构和功能特征,医生通常会从患者身体的病灶或组织中取得细胞样本,然后进行染色处理,使细胞更易于观察。接下来,经过显微镜放大细胞图像,医生们可以根据细胞的变化判断是否存在疾病。细胞学诊断需要医生具备良好的细胞学知识和经验,准确地判断需要通过对比正常细胞和异常细胞的差异来实现。同时,医学技术的进步也使得机器辅助细胞学诊断逐渐成为可能,人工智能技术的引入,可以帮助医生们更快速、准确地分析细胞图像。以下是一些细胞学诊断的应用。

癌症早期筛查 细胞学诊断在癌症早期筛查中起到了重要的作用,通过检测癌细胞的异常形态和排列方式,医生们可以尽早地发现癌症病变,并制定相应的治疗方案。例如,在宫颈癌筛查中,通过对宫颈涂片中的细胞进行观察,医生们可以及时发现异常细胞,进行进一步的检查和治疗。

炎症检测 细胞学诊断还可以用于炎症的检测,通过观察炎症部位的细胞样本,医生们可以判断炎症的程度和类型,从而指导治疗。例如,在关节炎的诊断中,医生可以通过检查关节液中的细胞来了解炎症的情况,进而选择合适的治疗方法。

感染病原体鉴定 细胞学诊断还可以用于感染病原体的鉴定,通过观察感染部位的细胞样本,医生们可以确定病原体的种类和数量,从而制定合理的抗感染治疗方案。例如,在尿路感染的诊断中,医生可以通过观察尿液中的细胞来鉴定感染的类型,从而选择合适的抗生素治疗。

综上所述,细胞学诊断是现代医学中一项重要的技术,通过观察和分析细胞,可以精准地帮助医生诊断疾病,在癌症早期筛查、炎症检测、感染病原体鉴定等方面有着非常广泛的应用。相信在未来,随着人工智能技术的发展,细胞学诊断将变得更加精准和高效,通过细胞学诊断,医生可以揭开人们身体内部的健康“密码”,为人类的健康保驾护航。

(作者供职于山东省沂源县人民医院)

如何养成健康生活方式

□王艳

在快节奏的现代生活中,保持健康成为人们越来越关注的重点。良好的生活习惯对预防慢性病起着至关重要的作用。本文将探讨健康生活方式的三个核心要素:合理饮食、适量运动以及慢性病预防。

合理饮食

合理饮食是保持健康的基础。我们每天摄入的食物直接影响着身体的健康状况。在日常生活中,应遵循以下原则。

均衡营养 确保摄入足够的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质,以维持身体各项机能的正常运转。

控制热量摄入 避免过量摄入热量,防止肥胖和相关慢性病的发

多摄入蔬菜水果 蔬菜水果富含维生素、矿物质和膳食纤维,有助于提高免疫力、促进消化。

减少盐、糖、油的摄入 高盐、高糖、高油食物的过量摄入会增加患高血压病、糖尿病、心血管疾病的风险。

适量运动

适量运动对保持身体健康至关重要。运动能够增强心肺功能、提高身体素质,有助于预防慢性病。建议每天至少进行30分钟中等强度的有氧运动,如快走、慢跑、骑车或游泳等。此外,根据个人兴趣和身体状况,可选择进行力量训练和柔韧性练习,以全面提升身体素质。

慢性病预防

控制体重 保持合理的体重范围,避免肥胖。BMI在18.5~23.9之间为正常体重范围(BMI=体重/身高的平方)。

戒烟限酒 戒烟可降低患肺癌、心血管疾病的风险;限酒可以减少肝脏损伤和酒精依赖的风险。

管理血压和血糖 定期检测血压和血糖,遵循医生建议的管理方案,将血压和血糖控制在正常范围内。

保持良好的心理状态 学会调节情绪,避免长期处于紧张和压力状态。良好的心理状态有助于降低慢性病的患病风险。

定期体检 通过定期体检,及时发现潜在的健康问题,为早期治疗提供有利条件。

增强免疫力 保持充足的睡眠、均衡的饮食和适当的运动,有助于增强免疫力,抵抗病毒和细菌的侵袭。同时,避免过度劳累和长时间熬夜,保证足够的休息时间。在寒冷季节或流行性疾病高发期,可根据实际情况接种相关疫苗进行预防。

科学饮食 饮食应多样化,适量摄入高纤维食物和富含膳食纤维的食物,少吃高热量和高脂肪食品,避免暴饮暴食。此外,应保持规律的进餐时间和饮水量,避免胃肠道疾病的出现。

调整作息 养成良好的作息习惯,保证充足的睡眠时间和良好的睡眠质量。避免熬夜和过度劳累,以免影响身体健康。同时,应根据季节变化调整作息时

间,保持室内空气流通和适宜的室内温度。

保持健康的生活方式是预防慢性病的关键,合理饮食、适量运动以及良好的生活习惯都是必不可少的。通过关注个人健康,采取积极的预防措施,可以降低患病风险,享受更健康、更美好的生活。

健康的生活方式有益于我们预防疾病,保持身心健康,拥有健康的身体和文明的生活,提高幸福指数。

(作者供职于山东省枣庄市妇幼保健院)

麻醉护理:手术室内的『守护者』

□张文文

扮演着非常重要的角色。他们不仅需要具备专业的知识和技能,还需要具备高度的责任心和耐心。他们是手术室内值得信赖的人,是患者最坚实的守护者。

科研和学术研究

麻醉护理人员不仅是实践者,也是科研和学术研究的推动者。他们参与研究新的麻醉技术、药物和设备,以提高手术效率和患者安全性。同时,他们也参与国际学术交流,分享经验和研究成果,推动麻醉护理专业的发展。

心理疏导和支持

除了生理上的照顾,麻醉护理人员还承担着患者心理疏导和支持的任务。在手术前,他们会与患者进行沟通,解答疑问,缓解紧张情绪。在手术后,他们会倾听患者的感受,提供安慰和支持,帮助患者建立信心和积极的心态。

紧急情况处理

在手术过程中,紧急情况难以避免。此时,麻醉护理人员的作用尤为突出。他们需要冷静应对,迅速采取措施,确保患者的生命安全。例如,在遇到突发呼吸暂停或严重过敏反应时,麻醉护理人员需要迅速进行急救处理,确保患者的生命体征稳定。

质量控制和改进

为了提高手术质量和患者满意度,麻醉护理人员还需要参与质量控制和改进工作。他们会参与手术过程中的问题分析和总结,提出改进措施和建议,推动手术室工作的持续改进和发展。

通过以上内容的介绍,我们可以看到麻醉护理在手术室中的重要作用。他们是手术室里的“守护者”,用专业知识和技能守护着每一个患者的生命安全。正是有了他们的辛勤工作和无私奉献,手术患者才能得到最好的照顾和治疗。

(作者供职于山东省聊城市人民医院)

沉默的“杀手”——肾炎

□魏升丹

你听说过肾炎吗?肾炎就像是一个“幕后黑手”,悄无声息地操控着你的健康。肾炎善于“伪装”,让人难以察觉。一旦被肾炎缠上,肾脏会受到严重损害,甚至引发一系列的并发症,让人痛苦不堪。

肾炎,顾名思义,是指肾脏发炎,但这并不是我们平常所说的发炎,而是一种免疫系统攻击肾脏的疾病。肾脏在人体中扮演着重要的角色,包括过滤血液、排除废物和多余的水分、形成尿液等。当这些重要的工作被肾炎干

扰时,身体可能会出现一系列的症

症状 尿量变化 尿量可能会比正常情况多或少。

疲劳和恶心 由于肾功能下降,身体可能会感到疲劳,并且可能出现恶心和呕吐的症状。

治疗方法

药物治疗 医生可能会开一些药物来帮助控制症状和减缓疾病的进展。例如,利尿剂可以帮助消除水肿,降压药可以控制高血压病。

饮食调整 对于某些肾炎患者来说,调整饮食可能有助于控制症状。例如,低盐、低脂、低蛋白的饮食可能对一些患者有益。

透析 对于严重肾衰竭的患者,透析是一种有效的治疗方法。透析机可以帮助清除血液中的废物和多余水分。

肾移植 在一些极端的情况下,肾移植可能是一个选择。这涉及到将一个健康的肾脏从捐献者移植到患者体内。

如何预防 控制慢性病 如糖尿病和高

血压病,这些疾病可能会对肾脏造成损害。通过保持健康的血糖和血压水平,可以降低风险。

健康饮食 保持低盐、低脂、低糖、高纤维的饮食习惯有助于维持健康的身体状况。

控制体重 肥胖会增加肾脏疾病的风险,保持健康的体重有助于降低风险。

定期检查 定期进行身体检查是早期发现肾脏疾病的关键,检查的内容包括尿常规、尿微量白蛋白肌酐比值、肾功能等。如果你有任何疑问或者出