麻醉和镇痛技术的重要作用

□龙旭 杜诚 蒋中晋

手术是一种常见的医疗干预手段,而麻醉和镇痛技术的应用对手术的顺利进行和患者的术后康复起着重要作用。麻醉通过阻断疼痛神经传导,使患者处于无痛状态,为手术提供了理想的操作环境。而镇痛则通过不同的机制减轻患者的疼痛感知,促使患者更好地康复。

麻醉的作用及类型

麻醉作为一种重要的医学技术被广泛应用,其作用不仅仅在于减轻疼痛,还包括使患者处于无痛、无意识的状态,以便医生能够顺利进行手术。

麻醉的主要作用是阻断或减轻神经传递,使患者失去痛觉感知。在手术过程中,疼痛信号通常是由受损组织传递至中枢神经系统。麻醉药物通过作用于

神经元,阻止或减缓疼痛信号的传递,使患者在手术期间感觉不到疼痛。

全身麻醉 全身麻醉通过抑制中枢神经系统,使患者陷入昏迷状态,丧失痛觉和意识。适用于大手术、复杂手术、需要患者完全无感觉的手术等。

局部麻醉 局部麻醉主要是通过阻断局部神经末梢的传导,使特定部位失去痛觉。适用于小型手术、表皮手术、特定部位手术等。

椎管内麻醉 即将麻醉药物注入椎管内,影响脊髓神经传导,达到全身或局部麻醉的效果。适用于分娩、某些腰麻手术、手术后疼痛管理等。

镇痛的机制和种类 镇痛的机制主要涉及神经信

号的调控。在疼痛感知的传递过程中,神经系统扮演着关键的角色。疼痛信号从伤害部位传递至中枢神经系统,在这个过程中,神经递质的释放和神经元的活跃发挥着重要的作用。镇痛通过影响这些关键环节,使疼痛信号的传递受到抑制,达到减轻疼痛的效果。

镇痛的种类 有药物镇痛、物理镇痛和神经阻滞镇痛。

药物镇痛 非甾体抗炎药如布洛芬、阿司匹林,通过抑制炎症反应减轻疼痛。阿片类药物如吗啡、芬太尼,通过作用于中枢神经系统减轻疼痛感知。局部麻醉药物如利多卡因、普鲁卡因,直接作用于局部神经末梢,达到局部镇痛效果。

物理镇痛 热疗和冷疗通过改变组织温度来影响神经传导速度,

减缓疼痛传递。按摩法则通过刺激皮肤和肌肉,促进血液循环,减轻疼痛感。

神经阻滞镇痛 硬膜外阻滞是将药物注入硬膜外间隙,达到神经传导阻滞的效果。神经丛阻滞则针对特定神经丛进行阻滞,减轻相应区域的疼痛。

麻醉和镇痛对手术过程的影响 改善手术环境 麻醉的应用可以使手术环境得到改善。它不仅为医生提供了更为安静的手术环境,也减轻了患者在手术中的不适感。

提高手术操作便利性 麻醉的使用提高了手术的操作便利性。在全身麻醉下,患者的肌肉得以完全松弛,减少了手术干预时的抵抗和不适,使外科医生更容易完成复杂的手术步骤。

促进术后康复 在手术后期,镇痛可以对患者的康复起到积极的推动作用。通过镇痛,患者在术后不再承受过多的疼痛,更容易进行康复性的运动和训练,这对于一些需要术后主动活动的患者来说尤为重要。患者在较为舒适的状态下更愿意积极参与康复活动,有助于减少术后并发症的发生。

保证术中生命体征的稳定 麻醉的应用有助于维持患者在手术中的生命体征稳定。在全身麻醉下,患者的呼吸、心率等生命体征能够得到有效监控和调节,使其维持在相对安全的范围内,这对于一些高风险手术来说尤为重要。

(作者供职于贵州省贵州中医药大学第二附属医院)

如果想提高生活质量,确保生活、工作、学习都处于最佳状态,就必须拥有一个健康的身体。现代社会,高血压频发,且发病率呈上升趋势。高血压病作为一种危害身心健康的疾病,严重时还会引起各种并发症。因此,掌握高血压病的护理知识至关重要。

合理饮食

在日常饮食中,需要减少钠盐的摄入量,防止血管阻力增加,引发血压升高。禁止食用腌菜、咸菜、酱料等食物。除此之外,要控制动物油、高胆固醇等食物的摄入量,防止发生冠状动脉硬化问题,引发血压升高。不可食用动物内脏、蟹黄、速食食品及巧克力派等食物。

适当多吃蛋白质含量丰富的食物,以满足日常的营养需求,如鲫鱼、牛奶、黄豆、猪瘦肉等;多吃新鲜的蔬菜和水果,补充维生素,如胡萝卜、西红柿、香蕉、柚子等。控制晚餐的摄入量,避免引发肠胃问题,从而抑制降压效果,不能食用油腻、辛辣食物,如油炸食品、甜点、辣椒、芥末等。

忌烟忌酒

香烟中含有大量的有毒物质,如果长期摄入会导致动脉硬化,而造成血压升高。而且,对于高血压病患者来说,长期吸烟会影响治疗效果,降低药物疗效,因此要及时戒烟。此外,还要控制饮酒量,减少危害性因素的影响。

定期监测血压

高血压病患者要养成定期测量血压的习惯,最好是早晚各测量一次。如果发现血压波动较大,可以分别在上午、下午,或者每隔2小时~3小时测量一次,以此来掌握自身血压波动情况。如果血压出现明显波动,或者血压明显升高,必须增加测量次数。需要提醒的是,血压的变化还与情绪变化和运动有关,情绪激动时和剧烈运动后血压也会升高,因此,应尽量避免在这些时段测量血压。

适当进行体育锻炼

高血压病患者要结合自身情况及医嘱,适当进行一些体育锻炼,或者进行一些舒缓的运动,如慢走、打太极、做瑜伽等,以此来提高身体免疫力;要控制好运动的强度与时间,不可过度运动,以免身体产生疲劳感,引发心律失常,造成血压升高等问题,对疾病的控制与恢复造成影响。

科学服用降压药物

要严格按照医嘱服用降压药物。常见的降压药物包括硝苯地平控释片、苯磺酸氨氯地平片等,严禁随意停药或者增减药物剂量。如果血压控制效果不理想,必须及时就医,或者根据医生的指导更换药物,调整药物剂量。如果需要长时间外出,必须备足药物,防止出现意外。

总之,为了确保高血压病患者身心健康,必须要掌握相关的护理技能与注意事项。通过纠正个人不良生活习惯与饮食习惯,坚持遵医嘱用药,保持平稳心态,对长期控制血压指标水平有积极作用。

(作者供职于山东省山东颐养健康集团莱芜中心医院)

怎样护理高血压病患者

□张萍

心力衰竭的护理方法

□赵明明

心力衰竭(简称心衰)是一种严重的心脏疾病,会影响患者心脏的泵血,导致身体的各个器官难以获得足够的营养和氧气,严重影响患者的健康状况和生活质量,因此,做好心衰患者的护理是非常重要的。

什么是心衰

心衰是由于心脏收缩、舒张功能障碍,致使患者的静脉回流血液不能及时从心脏排出,造成静脉内血液淤积,继而出现动脉系统供血不足,最终导致心脏循环障碍综合征。

心衰的护理方法

饮食上要以清淡为主,不要吃刺激性的食物,不要暴饮暴食;戒烟戒酒,保证充足的睡眠,避免熬夜,避免情绪波动,保持良好的情绪状态;每天监测体重,根据心衰的程度控制饮水量;在病情稳定的情况下,可以进行适当的运动,病情比较严重的患者,可以采用高枕卧位或者半卧位的方式进行身体活动;患者要做好保暖工作,及时增减衣物,做好预防呼吸道感染准备;严格按照医生的指导用药,不要随意增加、减少用药甚至停药,定期复查。

患者应每日检查腿部或身体其他部位有无水肿、增生,如果出现用力后、休息时气短,平卧时需要两个枕头或更多的枕头,只能坐着呼吸或者是被夜间的气短憋醒,站立后头晕的症状,说明患者的病情加重了,需要及时就医。

不要摄入过多的咖啡因、酒精以及高脂肪食物,可以吃一些水果、蔬菜、低脂肪的乳制品、谷类和鱼类等,少吃高盐食品(如调味品、芝士、加工肉制品等)。注意食品包装上的食盐含量,轻度心衰患者每日食用食盐量为2克~3克,中度至重度心衰患者每日食盐量不能超过2克,为了便于控盐,建议患者使用小盐勺。

下肢肿胀的心衰患者应科学管控每日饮水量。可以在杯子上做标记,不渴的时候不喝水,如口腔干燥,可含一片冰块或水果。选用一台标准的体重秤,每天空腹、排尿后测体重,并记录每日与前一日及前一一周的体重对比,如果一周内体重增加过快,说明心衰加重,需要及时告知医生。

如果患者胸部持续疼痛且含服硝酸甘油不能减轻疼痛,或患者存在严重的、持续性的呼吸困难,严重的头晕、晕厥时,应马上打120急救电话。如果患者呼吸困难加重,体力明显下降,经常憋气,醒来后需要增加枕头,心跳加快,体重快速增加,需要及时就医。如出现水肿、腹痛、头晕、乏力加重,咳嗽加重,食欲减退,恶心呕吐等症状,需要及时就医。

总之,心衰患者需要长期治疗,为确保治疗效果,需要对患者进行综合的护理。患者应做好生活方式的调整,积极配合治疗,这样病情才能得到有效控制。

(作者供职于山东省山东颐养健康集团莱芜中心医院)

便血——身体的预警信号

□周才进

便血可能预示着多种疾病的存在,它是身体向我们发出的信号。

便血的类型

便血即消化道出血,血液经肛门排出,可能是鲜红色、暗红色或柏油样黑色。便血通常是由于消化道疾病、炎症、溃疡、肿瘤等原因引起的。根据性状的不同,便血可以分为以下几类:

鲜血便 大便为鲜红色血液样物。此类出血量多、速度快,或出血部位靠近肛门。

黑便 大便呈现柏油样黑亮色。此类出血在肠道内停留时间较长,血液被消化分解。

脓血便 大便中夹杂有血液和脓液成分。

隐血便 由于出血量较少,红细胞易被分解,粪便外观已无血色。这时进行显微镜检查可能未发现血细胞,但通过化学方法可检测出微量出血。

便血可能预示着哪些疾病 便血可能与上消化道和下消化

的疾病都有关联。在上消化道疾病中,食管的问题,如食管胃底静脉曲张破裂、食管溃疡、食管癌等,都有可能引起便血。胃和十二指肠方面的疾病,如胃溃疡、急性胃黏膜损害、胃癌、十二指肠溃疡及血管畸形也是便血的常见原因。此外,胆道和胰腺的疾病,如胆管炎、胆石症、胆管术后并发症及胰腺癌等同样不能忽视。

下消化道疾病也是导致便血的常见原因。其中,小肠疾病,如小肠憩室、肿瘤、结核等都可能引起便血。结肠和直肠方面的问题,如细菌性痢疾、克罗恩病、溃疡性结肠炎、结肠癌和结肠息肉等,都是导致便血的常见病症。此外,肛门疾病如痔、肛裂、肛瘘等,也是导致便血的常见原因。

除了消化道疾病外,便血还可能与其他全身出血性疾病有关。一些感染性疾病,如流行性出血热、钩端螺旋体病等,也可能导致便血症状。这些感染性疾病通常由特定的微生物引

起,如病毒、细菌和其他寄生虫等。

此外,非感染性疾病,如白血病、血小板减少性紫癜、遗传性毛细血管扩张症等,也可能导致便血。这些疾病可能影响血液系统中的血小板数量或功能,导致出血倾向增加。

根据便血时伴随的症状,我们可以对其病因进行初步的判断。如果便血的同时伴有腹痛,那么可能的原因包括消化性溃疡、感染性肠道疾病、炎症性肠病、肠套叠、缺血性肠病等。这些病症在发生时,往往伴随着不同程度的腹痛。因此,腹痛与便血同时出现,可以为医生提供重要的诊断线索。

总之,便血的出现往往意味着身体内部可能存在某种疾病。因此,一旦出现便血症状,建议尽快就医进行详细检查。通过相关的检查手段,医生可以准确地判断出血的部位和原因,从而制定针对性的治疗方案。

(作者供职于广东省广东医科大学附属医院胃肠外科)

会厌囊肿的症状、诊断与治疗

□张威

会厌囊肿是一种常见的耳鼻喉疾病,通常表现为喉部的肿块,其影响范围涵盖患者的呼吸、吞咽甚至发音功能。会厌囊肿不仅会对患者的日常生活造成显著影响,还可能引起一系列健康问题。因此,了解会厌囊肿的症状、诊断过程 and 治疗方法,对于患者及其家属而言至关重要。

什么是会厌囊肿

会厌囊肿是一种发生在喉部会厌的良性肿块,其特征是囊肿内充满了液体,且大小各异。这种疾病的发生可能与多种因素相关,包括感染、慢性炎症或长期的刺激等。会厌囊肿可能影响所有年龄段的人群,尤其在中老年人中更为常见。由于其位置特殊,会厌囊肿可能导致一系列症状,包括喉咽异物感、吞咽困难、声音变化和呼吸困难。了解会厌囊肿的基本情况对于及时诊断和有效治疗至关重要。

会厌囊肿的症状

会厌囊肿的症状多种多样,主要取决于囊肿的大小和位置。及时识别

这些症状,是早期诊断和治疗会厌囊肿的关键。

喉咽异物感 患者可能会感觉到喉咽部仿佛有东西堵塞。

吞咽困难 由于囊肿的存在,正常的吞咽功能可能会受到影响。

声音改变 囊肿可能会导致发音不清晰或嗓音变化。

呼吸困难 尤其是在较大的囊肿阻碍气流时,呼吸困难会加重。

会厌囊肿的诊断

会厌囊肿的诊断主要依靠综合的临床评估和一系列诊断测试。首先,医生会进行详细的病史询问和体格检查,特别是喉部的检查,通常借助喉镜来直观地观察会厌区域,寻找囊肿或其他异常情况,并根据患者的具体情况制订适当的治疗计划。及时并准确的诊断会厌囊肿对于避免潜在的并发症和实施有效治疗至关重要。

会厌囊肿的治疗

会厌囊肿的治疗方法取决于囊肿的大小。医生可能会首先推荐保守治

疗来缓解不适,如使用止痛药物或消炎药。如果囊肿是由感染引起的,采用抗生素治疗也是必要的。然而,对于症状较重、囊肿较大的患者,手术治疗通常是首选,即通过切除囊肿来恢复喉部正常结构和功能。手术方式的选择应根据患者的具体情况来决定,在囊肿位置适宜、患者状况允许的情况下,可选择微创的手术方法,因为它创伤小、术后恢复快。

综上所述,会厌囊肿虽然大多是良性的,但其对患者生活质量可能产生显著影响。了解会厌囊肿的症状、诊断过程 and 治疗方法对于患者及其家庭来说至关重要。通过及时诊断和科学治疗,绝大多数患者可以有效缓解症状,恢复正常生活。此外,采取一系列的预防措施,如避免刺激性食物、戒烟戒酒、保持良好的口腔卫生以及定期到耳鼻喉科检查,可以有效预防会厌囊肿的发生。

(作者供职于河南省内黄县人民医院耳鼻喉科)

下肢动脉硬化闭塞症应如何治疗

□王仲超

下肢动脉硬化闭塞症是一种常见的血管疾病,其主要原因是下肢动脉粥样硬化导致动脉狭窄或闭塞。本文将介绍下肢动脉硬化闭塞症的病因、症状、诊断、治疗及预后。

什么是下肢动脉硬化闭塞症 下肢动脉硬化闭塞症是由于下肢动脉粥样硬化斑块形成,引起下肢动脉血管腔狭窄或闭塞,进而导致肢体慢性缺血、缺氧,最终引发间歇性跛行、下肢疼痛、溃疡甚至坏死等症的一种血管疾病。该病多见于中老年人,男性发病率略高于女性。

下肢动脉硬化闭塞症的病因 下肢动脉硬化闭塞症的主要病因是动脉粥样硬化,这是一种与年龄、性别、血脂异常、高血压病、吸烟等相关的血管疾病。随着年龄的增长,动脉粥样硬化病变会逐渐加重,导致动脉狭窄或闭塞。此外,糖尿病、高同型半胱氨酸血症等也是该病的危险因素。

下肢动脉硬化闭塞症的临床症状 下肢动脉硬化闭塞症的早期症状不明显,但随着病情的进展,患者可能会出现以下症状:

间歇性跛行 患者在行走一段距离后,会出现患肢疲劳、疼痛、沉重感,休息片刻后症状缓解,继续行走时症状会再次出现。

下肢发凉 患者会感到下肢发凉,尤其是在气温较低或暴露于冷空气中时。

肌肉萎缩 缺血会导致肌肉萎缩,从而使患肢变细、变软。

静息时疼痛 在休息时,患者会感到患肢疼痛、麻木等感觉。

足部溃疡或坏死 在严重缺血的情况下,患者足部可能会出现溃疡或坏死。

下肢动脉硬化闭塞症的诊断 下肢动脉硬化闭塞症的诊断主要依赖于体格检查和辅助检查。体格检查包括测量下肢血压、听诊动脉搏动情

况、观察皮肤温度和色泽变化等。

辅助检查包括彩色多普勒超声、CTA(CT血管成像)、MRA(磁共振血管成像)以及DSA(数字减影血管造影)等。这些检查可以帮助医生了解下肢动脉的狭窄程度、位置和范围,从而明确诊断。

下肢动脉硬化闭塞症的治疗 下肢动脉硬化闭塞症的治疗主要包括以下三种方法:

药物治疗 症状较轻的患者可以采用药物治疗,包括抗血小板药物、降脂药物、降糖药物等,以降低血液黏稠度、稳定斑块,改善肢体血液循环。

手术治疗 症状较重的患者需要采用手术治疗。手术方法包括经皮腔内血管成形术、支架植入术以及动脉内膜剥脱术等。手术治疗的目的是开通闭塞或狭窄的动脉血管,恢复肢体血液循环。

康复治疗 在手术后或药物治疗的同时,患者需要进行康复治疗,包括理疗、按摩、锻炼等,以促进肢体功能的恢复。

下肢动脉硬化闭塞症的预防 预防下肢动脉硬化闭塞症的措施主要包括以下几个方面:

控制危险因素 积极控制血脂异常、高血压、糖尿病等危险因素,保持健康的生活方式,如戒烟限酒、低盐低脂饮食等。

适当运动 适当的运动可以促进血液循环,降低血液黏稠度,预防下肢动脉粥样硬化的发生。建议进行一些有氧运动,如散步、慢跑、骑车等。

定期检查 有高危因素的人群应定期进行体格检查和辅助检查,以便早期发现和及时治疗下肢动脉粥样硬化病变。

早期治疗 一旦发现下肢动脉硬化闭塞症的症状或体征,应及时就医治疗,以延缓病情进展。

(作者供职于河南省巩义阳光医院血管外科)