

鸡胸术后如何快速康复

▲河南省人民医院 李荣

鸡胸是一种儿童胸部畸形，它使得胸骨向内突出，形成一个鸡胸形状。鸡胸畸形手术是一种常见的手术方式，其目的是通过胸骨矫正，改善胸骨凸出的形态，使其更接近正常。术后护理非常重要，下面将为您介绍儿童鸡胸术后的护理要点。

术后伤口护理 在术后的最初几天，伤口周围可能会有轻微的肿胀和疼痛，这是正常的。术后的伤口需要保持清洁和干燥。在更换敷料之前，需要洗手和消毒。术后 1~2 d，每天更换一次敷料；术后 3~5 d，每隔 2 d 更换一次敷料。更换敷料时应检查伤口是否有渗液和红肿等异常情况。如果伤口出现渗液或感染，应立即就医。

术后营养护理 术后的儿童需要保持充足的营养，以促进伤口愈合和身体恢复。建议饮食以清淡、易消化、富含蛋白质的食物为主，如瘦肉、鱼、蛋、豆腐、蔬菜和水果等。同时，要注意饮食的均衡和多样性，避免单一食物的过度摄入。避免食用辛辣、刺激性



的食物以及高脂肪、高糖分的食物，以免对恢复产生不良影响。

术后活动和体位护理 术后的儿童需要注意休息和避免过度运动，特别是在术后的前几周。要避免进行剧烈的运动和体力活动，比如跑步、跳跃和爬山等。同时，儿童在睡觉时要保持合适的体位，以避免伤口的摩擦

和压迫。在睡觉时，可以使用枕头垫高头部，促进呼吸和血液循环。

术后定期复查 术后的儿童需要定期复查，以确保术后恢复情况的良好。

在复查时，“医生将检查伤口的愈合并查看胸部 X 线片和心电图等检查结果，以确保心肺功能的正常恢复。

饮食和营养 术后的儿童需要注意饮食和营养的平衡，以促进身体的康复。特别是需要摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质，以促进伤口愈合和身体的修复。在饮食方面，可以给儿童多喝些水和吃一些易消化的食物，如米汤、面条、蒸蛋等，以帮助肠胃消化和减轻压力。

心理疏导 术后的儿童可能会感到害怕、疼痛、焦虑等不适情绪。在这种情况下，父母和医护人员可以进行心理疏导，让儿童感受到关爱和支持，缓解不适情绪，以利于术后康复。

定期运动 术后的儿童需要逐渐增加身体活动量，进行一些适当的运动，如散步、

简单的瑜伽、舞蹈等，以帮助身体恢复和促进肺部功能的恢复。但需要注意的是，术后的儿童应该避免剧烈运动和跑跳等高强度的运动，以免影响伤口的恢复。

防止感染 术后的儿童由于伤口未愈合完全，容易受到细菌感染的侵袭。因此，家长需要注意保持手卫生，避免将细菌带入孩子的伤口。同时要保持室内空气的流通，避免积尘和细菌滋生。在出现发热、咳嗽等状况时，应及时就医，并告知医生孩子的手术情况。

儿童鸡胸术后的护理是需要高度关注的过程，需要家长和医护人员的共同努力。在护理过程中，需要密切关注伤口的愈合情况，保持伤口的清洁和干燥；及时给予药物治疗和疼痛缓解；定期进行复查，以确保身体的正常恢复；注意饮食和营养的平衡；进行心理疏导，缓解不适情绪；适当进行运动，促进身体的康复。这些护理要点的重点是关注儿童的身体和心理健康，帮助他们更快地恢复健康。

帮你解除对麻醉的恐惧

▲河南省睢县中医院 张慎霞

麻醉就是使用药物或其他方法，让病人的全身或者某个部位暂时性地失去知觉，从而进行手术或其他治疗，使患者感受不到疼痛，减轻患者的痛苦。

麻醉的出现为广大的手术患者带来了福音，更是为手术的顺利进行保驾护航。但是很多患者因第一次进行手术，缺乏经验，会对麻醉产生那个“恐惧”。

局部麻醉

这种麻醉方式，主要适用于切口较小的手术，比如切除皮肤浅表的肿物、松解腱鞘炎、缝合小伤口等。局部麻醉的特点是病人恢复快，一般 2~3 h，麻醉就能够代谢完成，对患者术后的生活影响小。

神经阻滞麻醉

即麻醉肢体的控制神经，起效后，该神经所控制的肢体不会再感受到疼痛。方法是，医生借助超声的引导，定位肌肉的神经根，精准注射麻醉药，能够达到完整的镇痛效果。神经阻滞麻醉的优点是对患者的影响很小，患者容易恢复。适用于上肢的手术，包括锁骨骨折手术等。

椎管内麻醉

椎管内麻醉就是我们俗称的“半麻”，是麻醉医生将麻醉药物注射到患者的椎管内，麻醉该神经支配的相对区域。通常是身体穿刺以下的部位感受不到疼痛，对整个机体的影响小。但对于存在凝血功能异常、穿刺部位皮肤感染、患有中枢神经系统疾病或不能配合的病人，是不适宜进行椎管内麻醉的。在手术之前，麻醉医生对患者进行相应的评估、根据手术类型以及患者的身体状况来确定合适的麻醉方式。在手术中，麻醉医生也会全程严密监护，及时预防特殊情况的发生。

全身麻醉

目前，全身麻醉的适用范围最为广泛，使用率最高。

患者戴上吸氧面罩后，麻醉医生经静脉注射全身麻醉的药物，抑制患者的中枢神经系统，让患者无法感受疼痛、失去意识、抑制反射和松弛肌肉，达到手术要求。全身麻醉可以分为静脉全麻和吸入全麻两种给药方式，手术中最常用的是静吸复合麻醉。

全身麻醉的使用范围广泛，因为全麻会导致病人的自主反应消失，通过麻醉机维持呼吸功能，因此需要麻醉医生全程跟进，时刻注意患者的生命体征，应对随时可能出现的各种并发症。

在手术结束后，停止麻醉药泵，等到麻醉药代谢干净，患者苏醒，恢复各种自主反射后，除掉气管插管，转入麻醉复苏室进行观察，待平稳后，再返回普通病房。全身麻醉让病人感觉只是睡了一觉，醒来后手术就已经结束，舒适感强，减少了手术中的不良刺激，患者容易接受，最大限度地减少患者的不适感，实现了舒适化医疗。

注意事项

手术麻醉前需要禁食水，即先别吃别喝，主要是为了让胃内的食物被消化掉，以避免在手术期间发生胃内容物的返流而导致窒息及吸入性肺炎，一般正常胃对易消化的固体食物排空时间约为 6 h。

对水及清饮料（如清茶、苏打水等）的排空时间至少是 2 h，所以要在手术前保证胃的排空，也就是说医生对病人没有特殊要求的话一定在手术前至少六个小时不能再吃东西、两个小时不能再喝水。对于消化道手术或其他对术前禁食有特殊或更高要求的择期手术病人，应按专科医生要求来禁食。不管何种麻醉方式，麻醉医生都会保障你的围术期安全无痛，时刻守护你身旁。

钼靶检查为女性乳腺保驾护航

▲河南省濮阳市油田总医院 李慧峰

乳腺钼靶检查顾名思义就针对乳腺方面的检查，只要是乳腺方面的疾病都逃脱不了它的法眼，所以对于女性来说，乳腺钼靶检查是保护乳腺健康的重要措施之一，为女性的乳腺保驾护航。那么乳腺钼靶的用途有哪些？优点有哪些？注意事项有什么？

乳腺钼靶的用途

乳腺钼靶检查 需要女性脱掉上衣和胸罩，然后坐在检查椅上。医生会让患者将乳房平放在 X 射线机的钼靶上，然后用压缩装置将乳房压扁，以使 X 射线照射到乳房内部的组织，有助于检查人员获取更清晰的图像，检查持续时间较短，一般不到 10 min。

乳腺癌筛查 乳腺钼靶通常被用于乳腺癌筛查，特别是对于没有明显症状的女性，可以及早发现潜在的肿瘤和其他乳腺问题。

需要注意的是，乳腺钼靶检查并不能完全替代其他检查方法，如乳腺超声和乳腺磁共振成像。因此，在进行乳腺癌筛查时，应根据个人情况选择合适的检查方法。另外，乳腺钼靶检查前需要进行咨询和评估，以确保检查的适宜性和安全性。

诊断其他乳腺疾病 乳腺钼靶不仅可以用于乳腺癌的筛查，还可以诊断其他乳腺疾病，如乳腺增生、乳腺炎和乳腺纤维瘤等。

乳腺钼靶检查是一种安全、无痛、无创的检查方法，适用于女性不同年龄段，特别是 40 岁以上的女性。该检查方法不会对人体产生明显的辐射影响，通常不需要任何准备，也不需要住院，检查时间短，通常只需要 15 min 左右。

乳腺钼靶能够检测到微小的乳腺病变，包括非肿瘤性的病变，如乳腺增生和囊性乳腺病等，以及早期的乳腺癌。因此，它可以在病变发展到较严重阶段之前及早发现问题，提高治疗效果。

除此之外，相对于 CT 和其他放射学检查，乳腺钼靶辐射剂量较低，减少了患者受到的放射线损伤的风险。

最为重要的是乳腺钼靶可以同时检测到双侧乳腺，而不仅仅是患者症状所在的一侧，可以更全面地了解患者的乳腺状况。

总的来说，乳腺钼靶是一种常用的、有效的乳腺影像学检查方法，它具有较高的敏感性和特异性，可以帮助医生及早发现乳腺病变，以及评估治疗效果。

注意事项

避免妊娠 乳腺钼靶属于放射性检查，对胎儿有一定影响，因此孕妇不应该接受该检查。如果妇女怀孕或怀疑自己可能怀孕，应该在医生的建议下决定是否进行乳腺钼靶检查。

避免乳房刺激 乳腺钼靶需要乳房暴露在外，因此可能会造成一定程度的不适或尴尬感。在检查前，应该穿着易于解开的衣服，以方便检查。另外，在检查前不应该使用任何化妆品、润肤霜等物质，以免对乳房造成刺激。

避免过度检查 在进行乳腺钼靶检查前，应该告诉医生自己是否有乳房疾病、乳腺手术史、家族遗传病史等信息。这些信息将有助于医生评估患者的病情和需要进行的检查项目。乳腺钼靶是一种较为常见的乳腺成像检查方法，但并不是所有的乳腺问题都需要进行该检查。在医生的指导下，应该根据自己的实际情况选择适当的检查方法，避免过度检查。

除此之外，还要注意放射安全。乳腺钼靶涉及到一定的辐射，因此需要注意放射安全。在检查前应该向医生了解有关防护措施，如佩戴防护衣、避免暴露时间过长等。检查后应该按照医生的要求进行辐射排除。

