

你了解产科麻醉吗？

▲ 广元市第一人民医院 隆雨秋

对于多数女性而言，一生都要经历一次或几次的怀孕、生产。新生命的到来给人们带来了无限的喜悦和期望，但是，对于产妇而言，分娩可能是让她们既期待又害怕的一个过程：期待的是怀胎十月的宝宝终于要“见面”了，害怕的是分娩时必须面临的痛苦和危险。尤其是分娩时剧烈的疼痛是常人难以忍受的，因此，分娩无疑给产妇增加了较大的心理负担。

不过随着无痛分娩和剖宫产的出现，使得分娩也变得相对“简单和舒适”起来。因此，产科麻醉的应用近年来也受到了人们的广泛关注，在想要减少痛苦的同时也难免担忧，分娩镇痛安全吗？对宝宝会不会有影响？什么时间使用最合适？使用后真的就不疼了吗？

产科麻醉和普通患者一样吗

怀孕是一个正常的生理改变过程，在怀孕的早期，机体内的一些指标就已经开始发生变化，而且涉及到了全身的各个系统，并

可使多数的麻醉剂药物动力学及药效学反应发生变化。因此，产科麻醉方案与普通患者是有一定区别的，在制定麻醉方案时，麻醉医师也会综合考虑胎儿的情况以及孕妇可能存在的风险，经过周密的评估和计划后制定最有针对性的麻醉方案。

孕妇麻醉后是否比普通患者更易呕吐

需要注意的是，由于孕妇的身体状况的特殊性，在产科进行麻醉诱导时，应将孕妇视作“饱胃人群”，相比普通患者而言，孕妇麻醉后发生呕吐的风险会更高。因此，在产科进行麻醉时，需要充分考虑到孕妇这一特殊性，使用具有预防误吸的药物并采取相应的干预措施，确保产妇即便在术中出现呕吐也能够及时进行处理，避免产妇出现误吸。

分娩镇痛是否增加产程和母婴风险

在国内，目前产科分娩镇痛时采取的主要方案是椎管内阻滞，此镇痛方案不会对第一产程的时间造成影响，也不会增加产妇由

顺产转为剖宫产的风险。

哪种分娩镇痛可靠又安全

目前而言，既能够减轻分娩疼痛，又能确保母婴安全的是椎管内阻滞下的分娩镇痛方案。为了达到理想的分娩镇痛效果，在第一产程时的阻滞平面范围应达到胸 10 到腰 1，在第二产程时，阻滞范围应该进一步扩大至胸 10 到骶 4。

分娩镇痛时间如何选择

分娩是一个连续性的过程。具体来讲，可以将其分为三个产程，即第一产程、第二产程、第三产程。从宫颈开始扩张直到宫颈管扩张至 10 cm 为第一产程，第一产程又可分为两个阶段，即潜伏期和活跃期，以往临床上普遍认为宫颈口扩张达到 3 cm 时是分娩镇痛的最佳时间，但现在认为早期即进行椎管内镇痛对产程及转剖宫产率均不会造成影响，而且也不会增加风险，因此，如果有此方面的需求，可在早期即应用分娩镇痛。

如何做好肺康复训练和护理

▲ 佛山市第五人民医院 邓丽青

肺康复的核心在于正确地进行治疗、诊断以及心理方面的干预，给患者提供个体化指导，并且大大提升患者呼吸上的日常耐力，帮助慢性呼吸系统患者快速回归正常生活。

什么是肺康复

肺康复是对生活能力下降的慢性呼吸系统疾病的患者采用的一种多学科综合干预方式，通过逆转肺呼吸疾病，发挥呼吸功能潜力。肺康复的概念最早适用于慢性阻塞性肺炎患者，后来随着临床医学技术的不断发展，应用范围也在不断扩大，逐渐应用于各类慢性呼吸系统疾病以及神经系统导致的呼吸障碍。

肺康复训练的目的

肺康复训练的目的主要包含：（1）设立一套完善的呼吸体系，由此改善患者的通气功能；（2）帮助患者协调呼吸功能，并将呼吸与日常生活相调节；（3）建立患者控制呼吸的能力，真正达到精神放松的状态；（4）引导患者学会运用呼吸肌群得到放松，提高患者的呼吸效率；（5）让患者学会如何进行有效咳嗽；（6）有效清除呼吸道中的分泌物；（7）预防肺不张。

此外还包括积极改善患者的精神状态，提升患者的治疗信心，调节内分泌系统，增加患者的肌肉耐力，改善患者的睡眠状态，提高患者的肺部功能，提升患者的整体免疫系统等。

如何进行肺康复训练和护理

呼吸训练 前倾位呼吸要求在坐位时让躯干先保持向前倾斜的状态，并适当增加膈肌的活动度以及吸气效率，让身体保持平衡。还可让患者尝试用上肢支撑在膝盖上，在站立或者散步时保持前倾状态，并用手杖或扶车更好地支撑固定胸腔的上部，由此达到轻松的状态。

产科麻醉的注意事项

产科麻醉最为重要的一点就是需要产妇的密切配合，医师应该及时了解产妇的情绪和身体状况，并对其不良情绪进行调节。在术前访视时，产妇应该如实告知医师自身的既往病史，以便麻醉医师制定个体化的最优麻醉方案。

此外，术前 6~8 h 应保持禁食禁饮，以预防术中出现恶心呕吐。如果术中出现上述情况时，应该及时对呕吐物进行清理以确保产妇的呼吸道顺畅。

需要强调的是，在麻醉操作的过程中，产妇需要尽量保持静止不动，以避免对硬脊膜或其他部位造成损伤，引起不良后果。

当然，产妇需要了解，即使使用了“镇痛泵”也并不意味着生产过程中就完全无痛感了。同时产妇在使用镇痛泵的过程中，如有出现任何不确定的地方或异常情况都应及时告知医务人员，以便及时采取恰当的应对措施，保证生产的顺利进行。

控制性深慢呼吸锻炼指通过意志来控制自己的吸气和呼气的的时间和频率，并在吸气末停留 1~3 秒再进行呼气。

缩唇呼吸是让患者保持闭嘴状态，通过鼻子深吸气，然后让嘴唇保持吹口哨的口型，缓慢呼气，缩唇的大小要以患者舒适的状态为佳。呼气过程当中，可能伴随着腹腔收缩。

腹式呼吸锻炼需保持半卧位或者卧位，并左右手分别放在前胸部和上胸部，以此来调整频率，吸气过程中应尽量使用膈肌，让上腹保持膨隆，再通过唇部来进行呼气，呼吸期间能够让肺部保持最小的活动量。呼吸肌训练还包括了呼吸操、呼吸锻炼等等，可以运用呼吸训练器，使呼吸训练达到最佳状态。

有效排痰 身体尽量保持坐直状态，在深呼吸后，用双手按住腹部，让身体稍微向前倾斜，连续咳嗽，咳嗽过程中尽量收缩腹肌，并用力将肺部深处的痰液排出。

运动训练 主要包括上肢运动训练和下肢运动训练，运动频率建议在每周 3 次左右，时间控制在 1 小时内，坚持循序渐进的原则，通过持续运动训练加强肌肉锻炼。

下肢运动训练的内容包括爬楼梯、步行、跑步、平板运动、骑自行车等；上肢练习包括举重、篮球等。肺功能较差者可采取打太极、八段锦、散步、悠悠球等缓和的运动方式锻炼。运动要量力而为，否则适得其反。

营养支持 戒烟戒酒，减少二手烟的吸入；足量饮水，每天 8~10 杯水，有助于排痰；营养要及时补充，宜高热量、高蛋白、高钙、富含维生素饮食，避免进食辛辣刺激食物，时刻重视八分饱原则，以免引发呼吸困难；注意防寒保暖，预防感冒；规范使用药物。还可经常以茯苓、黑枣、麦冬、北沙参、太子参各 10 g 煮水或煲汤饮用，有益气养阴化湿之功效，增强机体免疫力。

肝功能检查正常，为啥还说有肝病？

▲ 深圳市宝安区石岩人民医院 陈拥军

肝功能检查的项目

临床检查过程中，是以酶学指标、肝功能排泄和解毒、肝脏的蛋白质代谢功能、脂质代谢功能、胆红素和胆汁酸代谢功能作为常规肝功能检查基本项目。

肝实质损害指标 以丙氨酸氨基转移酶（ALT）、天门冬氨酸氨基转移酶（AST）为主。其中 ALT 在反映肝实质损害方面具有较高的敏感性，如果肝细胞出现坏死时，随着坏死程度的加重而逐渐提升血清内丙氨酸氨基转移酶。AST 随着肝组织损害程度的加重而逐渐呈现上升趋势，如果患者体内的 AST 数值超过 ALT 数值则代表肝组织出现实质性损伤，成为临床诊断与控制慢性化程度加重的参考依据。

胆红素代谢及胆汁淤积指标 以直接胆红素、间接胆红素、总胆红素和碱性磷酸酶、尿胆红素、γ-谷氨酰转肽酶、尿胆原等作为主要指标。如果肝细胞损伤坏死情况发生，会大幅提高患者机体内上述指标的水平，一般表现为胆红素代谢障碍、肝内胆汁淤积等不良表现。

肝脏合成功能指标 以胆碱酯酶活动度和白蛋白、凝血酶原时间、前白蛋白等指标为主。如果机体内白蛋白、胆碱酯酶和凝血酶原时间持续降低，进一步体现出机体内肝细胞数量的减少，从而持续降低肝细胞功能和阻碍蛋白合成与凝血操作的顺利开展。

肝脏凝血功能监测指标 以凝血酶原时间、凝血酶原活动度和肝促凝血活酶试验为主。人体内的肝脏组织在合成血液内大部分凝血因子方面发挥极为重要的作用，肝脏组织可以提供Ⅱ及因子 a 链之外的其他凝血因子。基于上述分析可知，肝脏组织能够对血液正常机能进行维持。肝脏组织出现病变时，肝细胞减少时会导致患者存在牙龈出血、鼻黏膜出血和皮肤瘀斑等一系列临床症状，病情持续加重会引发消化道出血症状。

肝功能检查正常仍存在肝病的原因

肝脏组织是保持人体功能正常运行的重

要器官，其能够有效将机体内毒素在一定时间内代谢出体外，肝脏功能的运行对人体健康安全产生直接性的影响。而肝功能检测工作的开展，可以清楚的检查机体内各项肝脏功能代谢指标，随后利用不同指标检测结果可以基本反映出患者的肝脏功能情况。

肝功能检查项目的开展可以充分反映肝脏合成、代谢功能和肝细胞受损情况等不同生理功能，并对肝脏功能状态、疾病是否存在进行评估，如鉴别肝脏损害程度是以哪方面功能损害为主，同时对疾病预后情况进行评判，对黄疸病因的鉴别标准等。

而判断肝脏疾病的系列检查项目，可以对肝炎病毒是否感染、病毒是否复制和传播途径以及病毒感染情况进行科学性判断。对于某种肝脏疾病来说，机体是否具备抵抗病毒的能力，或肝脏疾病接受治疗后如何控制病毒。

肝功能检查、肝脏疾病系列检查等两种方式之间存在紧密的交叉关系。对于肝功能损害严重者来说，临床上关于肝炎病毒的检测表现为全阴性的结果，临床检测结果为正常。而对于乙肝大三阳患者来说，机体内病毒复制活跃性较高，而肝功能指标的检测结果始终处于合理范围内。

肝功能检查前应保持空腹，检查前 1 d 需要禁烟酒，禁高脂肪与高蛋白食物，注意晚上 9 点后禁食。肝炎系列检查前可空腹，但检查前需要禁酒、油腻和辛辣食物，避免任何药物的服用，保障休息充足。

引导患者在就诊期间将真实情况详细阐述，医生会按照检查需求开展一系列检查，而并不是只向医生提出肝功能检查的要求，避免因检查项目选错而耽误救治时机。此外，需要提醒患者在检查结果异常时保持冷静，需要交由专科医生进行咨询分析，按照具体的检查结果对实际病情进行准确判断，在接受治疗过程中，选择科学有效的方式预防病情的持续加重，改善预后情况。