

腹腔镜术后注意事项及护理方法

▲ 广东省东莞市企石医院 姚婉荷

腹腔镜手术是一种通过腹腔镜和相应的设备来完成的手术，具有不需要开腹、恢复速度快等优势。腹腔镜是一种微创的手术，对患者的伤害不大，但是术后的护理不到位，也会导致并发症的出现。本文详细介绍术后相关注意事项。

术后监护

腹腔镜手术一般都是全麻，所以术后要密切监测患者的体温、脉搏、呼吸、血压、血氧饱和度等情况。同时，还要对患者进行二氧化碳的监测，观察患者是否有疲倦、烦躁、呼吸浅慢等症状。还要注意腹部有没有皮下气肿，是否疼痛，穿刺处有没有渗血、红肿。手术结束后，术区会有液体溢出，一般都会有引流管，将液体排出体外，加速创面的愈合。

伤口护理

在做护理的时候，要注意看引流量和引流

管的通畅程度，一旦发现引流量有了异常的变化，如颜色发生了变化，就要及时的告诉医生和护士。因为腹腔镜手术是要做气腹的，所以有小部分患者，特别是年纪大的患者，会出现皮下气肿，但只要没有太大的不适，两三天就会消失。假如出现了比较大的皮下气肿，建议到医院做进一步的治疗。腹腔镜下的小切口，一般不会有太大的疼痛感，尽量让患者尽早下床活动，这样既能降低腹膜粘连的几率，又能让胃肠道更快的恢复，尽早排气。

做完腹腔镜手术后，要关注伤口是否有红、肿、热、痛等情况，避免出现感染和发炎的情况。平时要做好日常生活中的消毒工作，要经常更换药膏，同时要注意保持伤口的清洁，让伤口干燥透气，不能沾水，否则会造成二次感染。可以用无菌纱布或创可贴进行覆盖，但要经常更换绷带以及创可贴，同时要保持局部的干燥透气。

术后早期的伤口较为娇嫩，不能做太多的运动，也不能太过用力，否则容易造成伤口裂开出血，从而影响到伤口的愈合。由于腹腔镜下的切口很小，且大部分都采用了皮下缝合，也不需要拆线，所以术后的伤口感染几率很低。

日常饮食

腹腔镜术后12h内不能吃东西，以免增加胃肠道的负担，严重的话还会引起肠粘连。12h后，患者没有明显的腹痛、腹胀、出血并已经排气，可以吃一些温凉的流食，然后吃一些半流食，慢慢恢复正常饮食。日常生活中要以清淡的饮食为主，手术后不能直接食用难消化的食物，多食用容易消化的、富含纤维的食物，如小米粥、稀饭等，等身体逐渐康复后，再逐渐回归正常的饮食习惯。可以多食用鱼、虾、瘦的牛肉等低脂肪低胆固醇的优质蛋白，有助于伤口的愈合。尽量不要吃一些辛辣、刺

激性的食物，也不要吃一些容易导致腹胀的食物。此外，平时要多喝水，多食用一些新鲜的蔬果，这样可以促进肠胃的蠕动，让肠胃功能得到快速的恢复，也有利于手术切口的恢复。

生活起居

做完腹腔镜术后需要多长时间才能恢复，主要根据患者的具体情况以及手术的种类来判断。腹腔镜下的阑尾或胆囊切除术，只要不出现并发症，患者在2~3d内就能恢复正常的生活。做了腹腔镜卵巢囊肿或子宫肌瘤切除术，一般一个多月就能恢复正常的工作生活。在腹腔镜下切除子宫、全切除子宫、术后有并发症等情况下，需要2~3个月甚至6个月左右才能恢复。做完手术一周后，要做一些轻便的运动，同时也要注意对腿部和腰部的按摩。在洗澡时，要根据自己的具体情况，将腹部的敷布取下，洗澡后要保持伤口的清洁和干燥。平时要特别注意伤口是否有红肿，避免出现炎症。

手术室：生命之屋中的神秘世界

▲ 广西壮族自治区桂东人民医院 胡春燕

每个人在日常生活中，都有去医院看病的经历。但是，做手术的经历估计就很少了。手术室对大家来说，是一个平凡却又伟大的场所，在很多人眼里它是个充满神秘和陌生的地方，一扇大门仿佛隔着两个世界，接下来给大家介绍手术室。

整体构造

患者先要进入一个缓冲区，要更换鞋、换床或者轮椅等进入术前等候区，等待手术的开始。护士会对患者信息进行核对，了解术前准备完善情况。在手术等待期间，缓冲间会为成年患者提供电视或者报刊、儿童提供玩具等，以缓解患者的紧张、恐惧情绪。在此期间，有任何问题和不舒服都可以告诉医护人员，他们会尽最大的努力帮助你。如果你还是觉得紧张，也可以通过与护理人员的交谈来缓解，周围的医生和护士都是值得信赖的伙伴。如果不是第一台手术，患者需要在病房排队。

手术室内部的整体构造包含手术间、药品间、无菌物品间、洗手间、复苏室等。手术间是患者接受手术的场所。药品间是保存和发放各种药物的场所，有保险柜和摄像头，用于保证药物的存放安全。无菌物品间，用于存放灭菌好的手术无菌物品。这些场所的设置对于手术的进程来说都至关重要，缺一不可。

手术间内有各种手术仪器设备，手术床上面有两盏手术照明的无影灯，旁边有保障患者生命安全的麻醉机，有各种仪器的显示屏、显微镜、超声刀和电刀等仪器设备，墙壁上有空气净化系统操控面板，用于控制手术间的电源、温度、湿度、气源显示、电话、计时等。手术室不仅是做手术的地方，也是让患者苏醒的地方，复苏室是用于恢复术后患者正常生命体征。

手术流程

患者从病房来到手术室，手术室护士会认真核对您的信息，确认个人信息正确、手术名称、手术部位正确，确认无误后，再把患者送到手术间，进入手术间后，手术室护士会妥善安置好患者，引导其躺在手术床上，

上好安全带，并加盖棉被保暖，用监护仪监测患者的血氧饱和度、血压、心率等生命体征情况。接下来，巡回护士会给患者打针，建立静脉通道，在麻醉开始前，手术医生、麻醉医生、巡回护士会核对相关信息，确认无误后，麻醉医生开始实施麻醉。

如果麻醉方式是椎管内麻醉，麻醉医生会在背部或者骶尾部进行麻醉，麻醉后的手术过程中患者是清醒的，但不会感到疼痛，如有特殊情况请告诉您的麻醉医生，医生会妥善处理。如果麻醉方式是气管插管麻醉，只需要平卧位等待。麻醉医生会在留置针处加药，等患者睡着了之后，还会在嘴里放进一条管子辅助患者呼吸。全麻的过程是无痛的，无感觉认知的。

麻醉完成后，手术医生、麻醉医生、巡回护士会再次核对信息，核对无误后，根据手术需求，手术团队将摆好手术所需的体位。手术医生、洗手护士通过外科洗手法，清洁消毒双手，洗手后穿上无菌手术衣，戴无菌手套。在手术开始前，洗手护士和巡回护士会共同清点无菌物品，确保手术用物的数量并做好记录签名，手术医生会给手术部位进行消毒，并铺上无菌手术巾。在手术开始切开皮肤前，手术医生、麻醉医生、巡回护士会再次核对您的信息，核对无误后，手术才正式开始。研究表明，有相当一部分患者在麻醉过程中，会有做梦的现象发生。据统计，大部分做的都是美梦。在患者做美梦的同时，手术医生正在用高超的技术解除病患。在整个手术过程中，麻醉医生将全程监护生命体征、保障生命安全，确保手术过程中体感舒适且安全。

待手术完成后，洗手护士和巡回护士会再次清点手术用物，以保证没有物品遗留体内，手术医生、麻醉医生、巡回护士会最后核对一次信息，确保手术患者信息、手术方式正确等，手术结束以后，会将患者送到复苏室，在复苏期间，麻醉医生和护士会细致入微地陪护。待患者苏醒且生命体征平稳后，再送回病房，结束并不可怕的“手术之旅”。

神秘又庄严的手术之旅到此结束。无影灯下的我们传递希望，不断地为生命注入无穷的力量。

手术室真的这么“冷”吗？

▲ 广东省东莞市企石镇企石医院 刘秀梅

手术室经常被描述为冰冷的地方，这是一个广泛传播的印象，但实际情况有所不同。本文将深入探讨手术室的温度和其他因素，以解释为什么人们普遍认为手术室很冷，并介绍实际情况。

手术室的温度控制

手术室的温度通常是由专门的系统精确控制的。手术室必须保持干净、无菌，以确保手术过程不会受到细菌污染。低温度有助于减少微生物的生长和繁殖，因此手术室通常会保持较低的温度。

通常情况下，手术室的温度设置在18~24℃。这个范围被认为适合医疗人员的工作环境，同时也减少了细菌在手术过程中的传播风险。

手术室的环境因素

尽管温度可能是导致手术室感觉冷的一个因素，但还有其他因素也会影响人们的感受。

穿着 医疗团队在手术室内必须穿戴特殊的手术服，这些服装不仅提供了保护，还维持了手术室的无菌环境。典型的手术服包括手术袍、手套、口罩、面罩和帽子等。这些服装通常由多层材料制成，以提供保暖和舒适性。然而，由于其密封性和多层结构，这些服装可能会让医疗人员感到更加凉爽。

设备和照明 手术室通常装备有大量的医疗设备，这些设备在运行时产生热量。例如，手术灯、电刀和监护设备等都会释放热量，导致手术室内的温度上升。此外，手术室通常拥有强烈的照明系统，以确保医生可以清晰地看到手术区域。这些强光灯具产生的热量也会升高手术室的温度。因此，尽管手术室在某种程度上要保持低温，但医疗设备和照明系统的运行会对室内的温度产生影响。

手术时间 手术可能需要几个小时，医疗人员必须在这段时间内保持警觉和专注。由于手术室要求医生和护士在手术期间保持相对静止，他们的身体没有机会运

动，这可能导致体温下降。长时间的手术会增加医疗人员感到寒冷的可能性，尤其是在冷却的手术室环境中。

缓解患者术中感到冷的措施

医务人员在手术过程中采取多项术中体温保护的措施，以确保患者在手术期间能够维持适当的体温，减少寒冷的感觉和体温下降。

术前预保温 在手术患者入室之前，护士会铺设医用升温毯，预先加温手术床，至少提前20min进行预保温。这种主动的预保温干预可以减弱患者在手术开始前感到的寒冷，并在术中产生积极影响。尽管术后1h内的体温下降无法完全消除，但相对于未实施预保温措施的患者，术中复温速率更快，低体温的发生率明显降低。此外，预保温还可以减少患者术前的焦虑情绪，提高患者满意度。研究表明，预保温还可以降低术中出血量，缩短住院时间。

维持患者体表温度 手术开始前，医务人员可以适当调高手术间的温度，并使用加盖棉被等方式，尽量减少患者体表的暴露，以维持患者体温。此外，为患者准备棉坎肩、棉袖套等保温物品，以全方位为患者提供保护。

温暖液体输注 在术中，医务人员通常会使用37℃的恒温箱将输液液体预先加温，以确保输液时不会给患者带来冰冷的感觉。对于血液制品等特殊液体，会使用输血输液加温仪将液体加温至37℃，然后再进行输注，以维持患者的体温。

温盐水冲洗腹腔 在一些手术中，医务人员需要使用腹腔冲洗液。为了维持患者的正常生理状态，护士会将冲洗液加温至38~40℃，然后再进行冲洗。这有助于减少患者体温的下降，并确保手术期间的生理平衡。

综上所述，医务人员在手术期间采取一系列措施来保护患者的体温。这些措施有助于减少患者在手术中感到寒冷，降低低体温的风险，同时提高手术的安全性和患者的舒适度。