

认识急诊科 为救治争取时间

▲ 中国人民解放军联勤保障部队第九二四医院 刘翔

急诊——很多人听说过，但对其了解并不多，甚至很多人因为缺乏对医院和疾病的了解，不知道该去急诊还是门诊。为了生命安全着想，这时候大多数人会选择挂急诊。然而到了急诊却不知所措，这不仅耽误了患者的时间，也浪费了医院的资源。

急诊是专门为紧急情况下的患者提供即时医疗服务的部门。它涵盖了急性疾病、重大意外和临时治疗，旨在迅速评估和处理患者的状况。

急诊和门诊的区别

服务对象和性质 急诊是专门处理急性医疗情况的部门，主要为那些需要即时医疗处理但不一定需要住院治疗的紧急患者提供服务。急诊科通常面对严重的伤害、突发的健康问题以及可能的生命威胁。

门诊提供预约的医疗服务，主要面向患者的定期检查、常规随访、日常疾病治疗和健康咨询。

就诊目的 急诊主要处理急性疾病、严重的创伤和紧急情况，以便迅速评估、治疗和稳定患者的状况。

门诊主要用于日常医疗和健康管理，

包括常见疾病的诊断、慢性病的管理、预防接种、健康检查等。

预约与等待时间 急诊通常是无预约的，患者根据病情的紧急程度就诊，严重情况会得到优先处理。全天24小时开放，全天候有医生和护士值班。

门诊需要预约，患者在预约时间前往，通常不需要长时间等待。且开放时间一般在早上8点到下午5点，不同的医院规定不同，周末开放时间也可能有其他规定。具体的信息我们可以在医院的官方网站、挂号平台、微信公众号等来获取。

医疗服务内容 急诊主要包括紧急救治、初步评估、临时治疗和紧急手术等。

门诊提供常规诊断、治疗、药物处方、健康咨询和慢性病管理等服务。

急诊就诊流程

急诊就诊流程可以根据不同医院的实际情况有所不同，但通常包括以下主要步骤。

到达急诊分诊台 患者到达急诊部门后，首先前往分诊台。分诊台是一个专门为患者分配医疗资源的地方，会有专业的护士或医师负责。

分诊过程 护士会与患者交谈，了解患者的症状、疾病史、过敏情况等。比如，哪里不舒服，什么时候开始不舒服，有无自行服药等。此外，护士会根据患者提供的信息和初步观察，将患者的情况进行初步分类，以便进行后续的医疗安排。

临时救治（如果需要） 对于一些急性症状或紧急情况，护士可能会在分诊后立即提供一些临时的急救措施，以稳定患者的病情。临时救治可能包括止血、包扎伤口、氧气给予等。

等待挂号和就诊 如果患者的病情较轻且需要继续诊疗，护士会为患者办理挂号手续。患者会被告知预计等待时间，然后可以在等候区等候叫号。如果患者病情较重则需开通绿色通道进入抢救室，优先就诊。

医生评估与诊断 患者会被分派到相应的医生或医疗团队进行详细的评估和诊断。此外，医生还会与患者交谈，详细询问症状、疾病史、可能的暴露风险等。

必要检查和治疗 医生可能会根据症状和初步评估结果，安排一些必要的检查，如血液检验、X射线、心电图、CT等。根据诊断，医生可能会制定治疗计划，包括药物治疗、特定的急救措施等。

总之，急诊就诊流程旨在迅速、有效地评估和处理患者的急性疾病和紧急情况。每个医院的流程可能略有不同，但大体步骤相似。

急诊就诊的注意事项

携带必要证件 患者应携带身份证、医保卡和可能需要的就诊卡。当然，在紧急情况下，医院也会优先进行紧急救治，其他手续可以事后补充。

携带病史和资料 如果患者有既往病史，特别是近期有过检查的情况，最好携带病历本、检查报告、药物处方等资料。这些资料有助于医生更好地了解患者的健康情况，从而作出更准确的诊断和治疗决策。

家属陪护时需关注 家属应关心家人的健康状况，特别是老年人。了解老人的用药情况、既往病史、过敏史等信息，并在陪护时及时告知医生。

提供详细信息 提供详细的病史信息，例如患者的血压情况、用药情况、存在的其他伴随疾病和症状等。描述症状时一定要尽可能详细，这有助于医生更好地判断和处理。

不典型宫外孕的超声诊断要点

▲ 潍坊市中医院 吴红玉

宫外孕是一种妊娠发育在子宫以外的位置，通常是输卵管。不典型宫外孕是指那些不容易被传统诊断方法发现的宫外孕病例。不典型宫外孕的超声诊断对于及早发现和治疗这一危险疾病至关重要。本文将站在科普的角度，详细探讨不典型宫外孕的超声诊断要点，以帮助医学从业者和公众更好地理解这一重要的医学问题。

宫外孕概述

宫外孕是一种严重的妊娠并发症，其中受精卵在子宫以外的位置着床。输卵管宫外孕是最常见的类型，但它也可能发生在卵巢、腹腔或子宫颈等部位。宫外孕是妊娠早期出现的疾病，通常在怀孕前六周至怀孕八周之间被发现。

宫外孕超声诊断要点

早期检查 不典型宫外孕通常在怀孕的早期（通常在六到八周）被发现。因此，及早的超声检查对于检测宫外孕至关重要。一旦怀孕嫌疑出现，应尽早进行超声检查，以排除或确认宫外孕的可能性。

子宫内不连续性 通常情况下，怀孕时子宫内会呈现连续的线状结构。然而，在宫外孕的情况下，超声图像可能显示子宫内不连续性，这是一个不典型宫外孕的诊断线索。这种情况下，医生应该更加警惕，并进一步评估可能的宫外孕。

子宫内液体囊肿 宫外孕超声图像上常见的特征之一是子宫外膜下的液体囊肿。这个囊肿可能包含血液或其它体液，通常表现为一个囊状、暗示区域。这种异常区域通常位于子宫旁边，而不在子宫内。这一特点可以帮助医生怀疑宫外孕的存在。

结构变化 在不典型宫外孕的情况下，

超声图像可能显示异常的解剖结构。这可能包括子宫颈的异常、卵巢的异常或其他异常的结构，这些结构的不正常位置和形状可能提示宫外孕的可能性。

胎心检测 通常，正常妊娠时，胎心的心跳可以在超声图像上清晰可见。然而，在宫外孕的情况下，如果孕囊已经发育，它可能不包含胎儿，或者即使包含胎儿，胎心的心跳也可能无法探测到。这是一个重要的诊断线索。

腹腔积液 宫外孕时，通常会伴随腹腔积液的存在。这可能导致腹部不适和肿胀，同时也是超声检查的一个重要发现。医生可以通过超声检查来检测和量化腹腔积液的存在。

超声的重复 如果初次超声检查没有明确显示宫外孕，医生通常会建议进行多次超声检查以排除或确认诊断。宫外孕可能在早期不容易发现，因此定期的超声监测对于检测疾病的进展至关重要。

临床症状结合 最后，超声诊断需要与患者的临床症状相结合来进行评估。典型的症状包括腹痛、阴道出血、晕厥和低血压等。不同病例的超声特点可能不同，因此医生需要将超声图像与患者的症状结合起来进行综合评估。

不典型宫外孕的超声诊断是一项复杂而重要的工作，需要医生的专业知识和经验。在宫外孕的早期发现和及时处理对于拯救患者的生命至关重要。超声医学从业者需要密切关注不典型宫外孕的诊断要点，包括子宫内不连续性、子宫外膜下液体囊肿、结构变化、胎心检测、腹腔积液、超声的重复和临床症状结合等重要特点。对于那些怀疑自己可能患有宫外孕的患者，应尽早向医生咨询，接受超声检查，以排除或确认疾病的存在。

产后身体恢复和健康管理

▲ 山东颐养健康集团莱芜中心医院 蒋翠萍

产后身体恢复和健康管理对新妈妈来说至关重要。怀孕和分娩对女性的身体造成了很大的变化，产后恢复是确保新妈妈和宝宝都能过上健康幸福生活的重要一步。本文将探讨产后身体的变化、产后恢复的重要性以及一些有助于产后健康管理的实用建议。

产后身体的变化

怀孕和分娩对女性的身体产生了重大的生理和生态变化。怀孕期间，女性的身体会发生明显的变化，如增加体重、胸部变大、腹部变大等。分娩后，身体的形态可能仍然会有所改变，需要时间来逐渐恢复到怀孕前的状态。怀孕期间，激素水平会发生显著的变化，这些变化对身体的影响可以持续一段时间。

产后荷尔蒙水平的变化可能会导致情绪波动、乳腺增大和恶露排出等。分娩后，子宫需要时间来恢复到原来的大小，这个过程可以伴随着轻微的疼痛和不适。母乳喂养的新妈妈需要应对乳腺的变化，包括乳腺充盈、乳头敏感等。怀孕期间，女性的身体肌肉可能会松弛，尤其是腹部和盆底肌肉，分娩后，这些肌肉需要重新锻炼和加强。

产后恢复的重要性

产后的身体可能会感到疼痛、疲劳和不适。适当的产后恢复可以帮助缓解这些不适，提高生活质量。不适当的产后恢复可能导致并发症，如盆底问题、尿失禁、腰背疼痛等。通过正确的恢复措施，可以降低这些风险。产后期间，女性经常经历情感波动，包括产后抑郁。适当的身体恢复可以有助于缓解这些情感问题。对于选择母乳喂养的妈妈来说，产后恢复对于乳腺健康和奶水供应至关重要。

怀孕和分娩对于女性的自尊心和自信心可能会产生负面影响。通过恢复，女性可以逐渐重建自己的自信。

产后恢复和健康管理实用建议

下面是一些有助于产后恢复和健康管理的实用建议：

- 合理饮食：新妈妈需要保持均衡的饮食，以满足她们的身体需要，尤其是如果她们正在母乳喂养。多摄入富含营养的食物，如水果、蔬菜、全麦食品和蛋白质。
- 锻炼：在医生的建议下，逐渐开始轻度锻炼，以帮助加强身体肌肉，尤其是盆底和腹部肌肉。适度的有氧运动和瑜伽可以有助于身体康复。
- 睡眠管理：新妈妈可能会因为宝宝的喂养需求而失去大部分的睡眠。尽量合理安排休息时间，争取小宝宝睡觉的时候休息。
- 情感支持：与家人、朋友和专业心理医生建立联系，分享情感和压力。不要忽视产后抑郁的迹象，及时求医治疗。
- 盆底锻炼：盆底肌肉是分娩后容易受损的区域。学习并进行盆底肌肉锻炼，有助于预防尿失禁等问题。
- 妇科检查：及时进行产后妇科检查，确保身体恢复正常。这也是检测任何并发症的机会。
- 控制体重：逐渐减轻怀孕期间增加的体重，避免过度饮食或缺乏锻炼。
- 母乳喂养：如果选择母乳喂养，确保正确的母乳姿势，以减少乳腺问题的风险。
- 专业指导：在产后恢复过程中，可以考虑寻求专业的产后康复治疗，如物理治疗师或产后健身教练的帮助。

产后身体恢复和健康管理是新妈妈们重要的任务。通过合理的饮食、锻炼、休息和情感支持，女性可更好地应对产后身体和情感的变化。重要的是要根据自己的情况制定适合的计划，并在医生指导下进行产后恢复。

