

脑挫裂伤的护理注意事项

▲ 山东省东营市第二人民医院 朱素娟

脑挫裂伤（cerebral contusion and laceration）是脑挫伤和脑裂伤的统称，脑挫裂伤主要指暴力作用于头部，引起大脑皮质的可见性器质性损害。脑挫伤指脑组织遭受破坏较轻，软脑膜尚完整的损伤；脑裂伤指软脑膜、血管和脑组织同时有破裂的损伤，常伴有外伤性蛛网膜下腔出血。

脑挫裂伤的主要临床表现

意识障碍的程度与持续时间 这是脑挫裂伤最显著的临床表现之一。患者可能经历从轻微意识模糊到深度昏迷不同程度的意识障碍。这些症状的严重程度和持续时间与脑损伤的范围和深度有直接关系。轻微的损伤可能导致短暂的意识模糊，而严重的损伤则可能导致长期昏迷，甚至发展为持续性昏迷

或植物生存状态。

生命体征的变化 脑挫裂伤患者可能表现出一系列生命体征的显著变化。这包括但不限于脉搏和呼吸的减慢、血压升高等。此外，患者可能表现为神经系统过度兴奋的症状如躁动不安。当出现瞳孔异常等症状时，需高度警惕脑水肿、继发性颅内出血等可能导致的颅内压增高。

认知和知觉方面的障碍 清醒的患者可能经历头痛、头晕、恶心、呕吐等症状，这些是由于脑组织损伤和颅内压力变化所致。记忆力减退和定向力障碍也是常见的认知障碍表现，反映了脑部损伤对高级神经功能的影响。

神经系统的局灶性体征 这包括偏瘫、失语、偏侧感觉障碍、偏盲和局灶性癫痫发作等。这些症状指明了脑损伤的具体部位和

性质，为临床诊断和治疗提供了关键信息。

脑膜刺激症状 颈项强直、凯尔尼格征阳性等症状表明脑膜受到刺激或炎症。这些症状往往伴随着剧烈的头痛和其他神经系统功能障碍。

患者躁动时应如何护理

监测和维持生命体征的稳定性 （1）生命体征（如心率、血压、呼吸频率和体温）的监测对于脑挫裂伤患者至关重要。这些指标能提供患者当前健康状况的关键信息。（2）特别是血压的管理非常关键。维持在一个适当的范围内，既能保证大脑的充足血液供应，又能降低因高血压引起的二次脑出血风险。

预防并发症 （1）定期进行身体翻动和轻微背部按摩，可以预防褥疮的发生，并有助于肺部的健康。（2）定期进行吸痰和

雾化治疗，有助于保持呼吸道的通畅，减少肺部感染的风险。（3）定期活动双下肢和早期下床活动（如果情况允许）对于预防下肢静脉血栓的形成至关重要。

营养管理 （1）提供低盐、低脂、高蛋白的平衡饮食对于患者的恢复非常重要。适当的营养不仅能保持患者的体重和身体功能，还能促进伤口愈合。（2）确保患者每天摄入足够的热量以维持其体重和身体的能量需求。这有助于保持患者的整体健康状态，同时减少因营养不良引起的免疫力下降。

综上所述，脑挫裂伤的护理不仅仅是对患者当前状况的应对，更是一种全面、持续的护理计划，旨在促进患者的整体恢复和提高生活质量。这些措施需要在专业医护人员的指导下进行，以确保护理措施的有效性和安全性。

为什么要进行唐氏筛查？

▲ 广西桂林市中西医结合医院 吴春艳

在即将迎来新生命的喜悦时刻，准爸妈们总是充满期待和关注。而其中一个重要的关注点就是产前筛查，特别是对于唐氏综合征的筛查。

唐氏综合征是一种常见的染色体异常疾病，它会导致智力障碍，给患者及其家庭带来严重的身心和经济负担。虽然现代医学技术已经让我们能够在孕期进行唐氏综合征的产前筛查，以帮助准爸妈们了解胎儿是否有风险，但是还有很多人对此存在一定的疑惑和认识上的误区。希望通过本文介绍能提高大家对这个染色体病的认识，为健康的孕育和生育提供科学的指导。

唐氏筛查在妊娠期检测中的必要性

唐氏综合征又称先天愚型或 21 三体综合症，是一种严重先天性智力障碍疾病，表现为严重智力低下，发生率为 1/700，其发生具有偶然性、随机性、无家族史，即每个孕妇都有生唐氏综合症患儿的可能。唐氏筛查在妊娠期检测目前分早孕（孕 9 周 4 天～15 周）产前筛查，中孕（孕 15～20 周+6 天）产前筛查。采用简便、普及、无创伤性检验方法对孕妇的胎儿进行严重先天性疾病的相关检测，其目的是检出高危人群。

神经管缺陷是指胚胎发育时，受各种因素影响，造成神经不能闭合导致畸形，包括无脑儿、脊柱裂、脑膨出等，属严重出生缺陷，可引起死胎，是我国常见的先天畸形，发生率为 1%~2%。唐氏儿及神经管缺陷，将造成家庭和社会沉重的负担，为避免生下这种严重畸形胎儿，孕妇必须进行产前筛查。

产前筛查结果“阳性”，表明属高危人群，既孕 21 三体综合征或神经管缺陷儿的几率较高，需进一步检查确诊。产前筛查结果“阴性”，表示属于低危人群，即孕 21 三体综合征或神经管缺陷儿的几率较低，但并非等于零。

高风险群体 年龄超过 35 岁的孕妇是高风险群体，因为年龄增长与唐氏综合征发生率之间存在正相关关系。其中体重也是重要一环。

低风险群体 即使没有明显高风险因素，进行唐氏筛查也有助于提前发现可能存在的问题，并采取进一步检查和干

预措施。

唐氏筛查的检出率

唐氏综合征具有较高的遗传易感性，通过血液或超声波检查，可以在妊娠期及早发现风险。但是，任何医疗检查手段都存在风险和不确定性，目前的检测技术受科技水平及个体差异的限制，唐氏综合症检出率为 65%，NTD 检出率为 90%，因此存在医疗上的不确定性和漏筛的可能性。对于高风险群体而言，检出率更高。

唐氏儿的病情和预后

唐氏综合征是由染色体异常引起的一种发育障碍疾病，主要表现为智力低下、身体畸形等特征。随着医学技术的进步，唐氏儿的生存率和生活质量得到了显著提高。早期诊断和干预措施可以帮助他们更好地适应社会环境。

唐氏筛查对家庭和社会的影响

家庭 唐氏综合征的诊断给家庭带来了沉重的心理和经济负担。及早进行筛查可以让家庭有足够时间做好心理准备，并寻找适当的支持和帮助。

社会 唐氏综合征患者需要长期护理和关爱，在教育、就业等方面可能面临困难。因此，加强对唐氏筛查的宣传和普及，有助于社会更好地关注和支持这些患者。

唐氏筛查的优惠政策

许多国家和地区都制定了相关的优惠政策，例如提供免费或补贴性的唐氏筛查服务，以降低家庭经济负担。同时，一些地方还建立了专门的医疗机构和资源网络，为唐氏综合征患者提供全面的医疗和康复服务。

唐氏筛查在妊娠期检测中具有不可忽视的必要性。在唐氏综合征产前筛查方面，作为准爸妈，我们肩负着重要的责任。通过与医生合作，制定合适的策略，可以及早了解胎儿的健康状况，采取必要的措施，为他们的未来做好准备。每一个新生命都是独一无二的，我们应该珍惜他们的到来，给予他们最全面的关爱和保护。通过产前筛查，我们可以提前识别风险，为孩子的成长和发育打下坚实的基础，确保他们拥有充实、健康的未来。

血糖检测的重要性：掌握你的糖代谢

▲ 广西桂林市平乐县人民医院 文芙蓉

在我们日常生活中，血糖检测可能并不是一个备受关注的课题，但是，它却是我们健康的一个关键方面，特别是对于那些患有糖尿病或有糖尿病风险的人来说。血糖是体内糖代谢的一个关键指标，它不仅可以帮助我们了解自己的身体状况，还可以帮助我们采取措施来保持身体的健康。

什么是血糖

血糖，也被称为血糖浓度，是指血液中的葡萄糖水平。葡萄糖是一种糖类物质，是我们体内主要的能量来源之一。当我们吃东西时，身体将食物中的碳水化合物分解成葡萄糖，然后将其输送到各个细胞，供其能量使用。我们的身体需要维持血糖水平在一个合理的范围内，以确保我们的大脑和身体能够正常运转。如果血糖过高或过低，都可能导致健康问题。高血糖可能会损害血管、神经和器官，而低血糖则可能导致头晕、虚弱和昏迷。

为什么需要检测血糖

血糖检测之所以如此重要，是因为它可以帮助我们监测和控制血糖水平。对于以下几类人群尤其重要：

糖尿病患者 糖尿病是一种慢性疾病，它会导致血糖水平异常升高。有两种主要类型的糖尿病：1 型糖尿病和 2 型糖尿病。不管哪种类型的糖尿病患者，都需要定期检测血糖，以确保血糖水平在可控范围内。

有糖尿病家族史的人 如果你的家族中有糖尿病病史，那么你有更高的患糖尿病的风险。定期进行血糖检测可以帮助你早期发现潜在的问题，并采取预防措施。

健康生活方式的倡导者 即使你没有糖尿病或糖尿病家族史，也应该关注血糖检测。因为它可以帮助你了解你的饮食和生活方式对血糖的影响。这有助于你更好地调整饮食和运动习惯，以维持健康的血糖水平。

血糖控制的重要性

避免并发症 高血糖是糖尿病的主要症状之一，如果长期得不到控制，可能会导致一系列严重的并发症，包括心脏病、肾病、眼病和神经病变。通过定期监测血糖并采取必要的措施，可以降低这些并发症的风险。

改善生活质量 血糖不稳定会导致疲

劳、头痛、口渴和其他不适症状。通过维持稳定的血糖水平，可以改善生活质量，感觉更有精力和活力。

预防糖尿病 对于那些有糖尿病家族史的人来说，通过血糖监测和选择健康的生活方式，可以降低患糖尿病的风险。早期干预可以预防疾病的发展。

血糖检测的建议频率

血糖检测的频率取决于患者个人的情况和医生的建议。以下是一些常见的血糖检测建议：

糖尿病患者 如果已经被诊断为糖尿病，你的医生通常会建议你每天进行多次血糖检测，以确保你的血糖控制在合理范围内。这可以帮助你调整胰岛素或口服药物的剂量，以及管理饮食和运动。

有糖尿病家族史的人 如果你有糖尿病家族史，但尚未被诊断为糖尿病，你的医生可能会建议你定期进行血糖检测，以早期发现问题。具体的检测频率取决于你的风险因素和医生的建议。

健康生活方式的倡导者 如果你注重健康的生活方式，并且没有糖尿病家族史，你仍然可以受益于定期血糖检测。一般来说，每年一次的检测就足够了。

血糖监测的挑战

虽然血糖监测对于维护健康至关重要，但它并不是没有挑战的。有一些常见的问题可能会影响到准确的血糖测量，主要包括：

饮食影响 你的饮食可以显著影响血糖水平。高碳水化合物食物，尤其是糖分高的食物，会导致血糖升高。因此，你在测试血糖前要注意饮食。

药物影响 一些药物可能会影响血糖测量结果。如果你正在服用药物，尤其是胰岛素或口服药物，你的医生可能会告诉你如何在药物的影响下进行准确的血糖检测。

血糖检测是维护健康的关键一环。通过了解你的血糖水平并采取必要的措施，你可以降低患糖尿病和并发症的风险，改善生活质量，以及更好地掌握自己的糖代谢。无论你是糖尿病患者，或者有糖尿病家族史，还是注重健康生活方式的人，都应该考虑定期进行血糖检测。