

麻醉≠神秘，这些知识你知道吗？

▲ 山东省淄博一四八医院 李洋

在普通人看来，麻醉似乎有些神秘，但其实麻醉是一门极为精密且复杂的学科，不仅涉及到意识的调节和疼痛的控制，还涵盖了对患者生命体征的维持与监测、并发症的预防处理以及患者术后恢复的指导与促进。

麻醉是通过药物或其他手段，让人体全身或局部处于某种特殊状态，在这种状态下，人体能够承受原本无法承受的操作或刺激。通常这种状态包括以下几方面：（1）镇痛：也就是可以消除或减低疼痛感；（2）镇静：也就是消除或降低意识水平；（3）消除记忆：抑制或防止记忆的形成；（4）松弛：就是消除或降低肌肉张力。

麻醉都有哪些类型

麻醉是一项在保证患者安全的前提下，还能确保手术治疗顺利实施的医学技术。通过麻醉药物的使用，帮助患者减轻疾病或治

疗带来的疼痛感，从而确保手术有条不紊的顺利完成。但是，麻醉过程是较为复杂的。根据作用范围以及麻醉程度的不同，分为全身麻醉和局部麻醉两种类型。

（1）全身麻醉。借助药物，让患者镇静下来，产生肌松、镇痛的作用。麻醉的主要目的就是为了确保患者在整个手术过程中，体征始终保持相对平稳的状态；同时也是为了便于外科医生更好的对患者开展手术干预，保证手术操作的安全性。

（2）局部麻醉。医生在患者需要切除的肿物周围注射麻醉药物，从而让患者身体局部感觉不到痛感。另外，麻醉也可起到神经阻滞的作用。例如，臂丛神经阻滞，就是将药物注射于患者上臂的神经干周围，以确保上肢手术能够顺利实施。半身麻醉也是局麻的一种，常见的有硬膜外麻醉、腰麻以及椎管内麻醉等。用药后，患者下半身基本不

会感到疼痛。

麻醉医生需要做什么

麻醉医生在患者术前，需要和其主治医师就患者麻醉的承受力，共同予以评估，并选择最适宜患者的麻醉方式，从而确保手术操作顺利完成。很多朋友都以为，麻醉医生只需给患者打一针就完事儿了。其实则不然，麻醉医生的工作并非这么简单的事情。麻醉医生需全程参与手术全过程，对患者的各项生命体征给予持续监护，确保患者各项体征均能维持一个相对平稳的状态。同时，麻醉医生还要看护好麻醉管路，并关注患者是否有出血的情况。若患者出血严重，麻醉医生需及时对患者实施补液干预，并使用适合的止血药物，从而保证患者身体循环的稳定性。手术结束后，麻醉医生还需就患者术后的疼痛情况做出针对性处理，以减轻药物对患者产生的不良影响，

以便患者能够尽快康复。

全麻会不会影响智力？

“全麻后会不会影响智力？”“麻醉会影响孩子的大脑发育吗？”……相信不少朋友都会有类似这样的担心。对此，美国食品药品监督管理局（FDA）表明：多次重复的应用全身麻醉，儿童的大脑发育容易受到影响，长期使用镇静类药物，可能不利于三岁以下幼儿大脑的发育；另外，处于孕晚期的女性，若长时间接受全麻，腹中胎儿大脑的发育也可能会受到影响。需要提醒大家的是，上述提到的所有可能影响大脑和智力发育的情况，均建立在“重复应用”和“长时间使用”的前提下，目前我国使用的全麻药物均是安全的，而且通常来说，三岁以下幼儿的手术治疗时间都超过三个小时，基本上不会影响其智力发育。

脑出血患者该如何护理？

▲ 广西梧州市人民医院 苏美华

脑出血又称脑溢血，是一种原发性、非外伤性脑实质内出血疾病，其发病是疾病、生活、药物等多因素作用的结果，患者将出现头晕、头痛、肢体无力、说话困难、麻木等症状，对患者的身体健康和生活质量产生了极大影响。

脑出血的发病原因

疾病因素 高血压是诱发脑出血的高危因素，当患者情绪激动或者过于劳累时，便可能引起患者血压剧烈升高，导致已经出现病变的脑血管破裂而出现出血的情况；脑动静脉血管畸形、动脉瘤、白血病、血友病、再生障碍性贫血等患有血管性病变、凝血障碍疾病的患者诱发脑出血的概率也较高。

不良生活与饮食习惯 吸烟、过量饮酒、身体肥胖、暴饮暴食等都将增加脑出血的风险；长期睡眠不足、长期熬夜也是脑出血的危险因素，人体在此情况下容易出现血压升高的情况，从而可能引起动脉硬化，继而诱发脑出血。

情绪波动 当出现情绪剧烈波动时，人体交感神经兴奋、肾上腺素增加，可导致出现心跳加快的情况，此时血管急剧收缩，血管就容易破裂，从而增加脑出血风险。

气候因素 如寒冷季节可导致血管收缩，血压升高，增加脑出血的概率；气候变化对人体内分泌产生一定影响，血液黏稠度、肾上腺素升高，将增加血管破裂的可能性，增加脑出血的概率。

脑出血患者可出现哪些表现？

脑出血发病早期并无明显症状表现，少数患者可能出现头晕、头痛、肢体乏力等表现，在发病数分钟或者数小时内可不同症状，且症状轻重由出血量及出血位置决定。

深度出血患者可出现运动和感觉障碍、头晕、呕吐、偏瘫、失语、精神障碍等表现，出血量较大患者可出现昏迷；脑叶出血患者可能出现头痛、呕吐、癫痫发作、幻嗅、幻视、偏视等症状，但是肢体瘫痪较轻，一般情况下不会出现昏迷；脑干出血患者可出现突然头痛、呕吐、眩晕、复视、眼睑下垂、心律失常等情况；小脑出血发病会比较突然、眩晕与共济失调明显，部分患者伴有频繁呕吐及后脑疼痛

等症状；脑室出血量较少患者可出现头痛、呕吐等症状，出血量多可出现快速昏迷并逐渐加深、四肢肌张力增高、上消化道出血、急性肺水肿等表现，病情较为凶险。

脑出血患者可出现伴随症状：第一，说话含糊不清，难以理解别人说的话；第二，脸、胳膊、腿等突然麻木、无力或者瘫痪，通常情况下发生在身体一侧；第三，单眼或者双眼视觉突然模糊、变黑或者出现双影；第四，行走困难，出现绊倒，或者突然头晕而失去平衡与协调能力。

脑出血患者应该如何护理？

正确、科学的护理措施不仅能降低脑出血患者出现并发症的可能性，还能有效提升患者的生活质量，促进患者病情缓解的进程。对于脑出血患者的护理，具体可从以下几个方面进行。

生活护理 脑出血患者在进行抢救治疗后，需至少卧床休息2周，在此期间及身体康复期，需对患者进行积极的生活护理。首先，患者头部不能抬太高，可左右缓慢移动，定期对患者四肢进行小幅度活动及按摩，促进身体血液循环；然后，为患者营造一个干净、整洁的生活环境，定期打扫居室卫生，定期为患者更换衣物及床上用品，预防褥疮出现；最后，对患者自身的卫生进行清洁，可用温毛巾定期为患者擦拭身体，并做好口腔护理工作，提高患者的生存质量。

按时服药，病情监测 高血压是导致脑出血的重要原因，需遵医嘱按时定量让患者服药，不能随便改变服药剂量或者随意停药，以免血压出现波动而影响病情；严密监测患者病情，一旦出现不良情况，需及时同医生沟通。

饮食调理 是脑出血患者护理的重要方面，在日常饮食中，需构建均衡的饮食结构，避免摄入过多脂肪和蛋白质，还需避免摄入辛辣、过甜、过凉等刺激性食物，需保持饮食清淡、低糖、低脂。

心理护理 瘫痪在床的脑出血患者，可能会出现抑郁、悲观、焦虑等不良心理情绪，家属需细心监测患者的情绪变化，多与患者沟通交流，耐心对患者不良情绪进行疏导，并积极营造良好的家庭氛围，消除患者的不良情绪，帮助其树立战胜疾病的信心。

了解病因 科学预防冠心病

▲ 桂林医学院附属医院 罗瑞霞

冠心病是一种常见的心血管疾病，是由于冠状动脉狭窄或闭塞导致心肌缺血、缺氧或坏死而引起的心脏病。近年来，随着人们生活水平的提高和生活方式的改变，我国冠心病的发病率呈逐年上升的趋势，严重影响了人们的生活质量和健康状况，因此，如何预防冠心病已成为了人们关注的问题。

冠心病病因

冠心病是多种因素作用下导致的冠状动脉硬化、狭窄、阻塞，这些因素称为危险因素，包括：

血脂异常 血脂异常是指血液中胆固醇、甘油三酯、低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）升高，高密度脂蛋白胆固醇（HDL-C）降低，它是动脉粥样硬化最重要的危险因素，特别是低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）的升高影响最大，这些物质会在血管内沉积，慢慢形成斑块，使血流减慢，最终导致冠状动脉狭窄或闭塞。

高血压 血压持续增高使血管壁承受的压力增大，使心脏负荷增加，引起心肌供血不足，从而导致冠心病。此外，长期的高血压会导致血管内皮细胞受损，低密度脂蛋白胆固醇（LDL-C）等有害物质进入动脉血管壁，黏附在血管壁上，引起动脉粥样硬化形成，进而导致冠状动脉狭窄或闭塞。

吸烟 吸烟会损害血管内皮细胞，增加血液黏稠度，加速血管的硬化，加重冠状动脉狭窄或闭塞的程度。被动吸烟也是危险因素，烟草中的尼古丁可以导致动脉痉挛和心肌损伤，从而增加冠心病的风险。

糖尿病 糖尿病最严重和突出的并发症是大血管的病变，血糖控制不佳会造成血管内皮的损伤，促进动脉粥样硬化的发生和发展，从而诱发冠心病。

不良饮食习惯 如常常进食高盐、高糖、高热量、高脂肪、高胆固醇饮食等也会增加冠心病的风险。

其他因素 如：口服避孕药、肥胖、家族遗传等因素也与冠心病的发生有关。

预防措施

合理膳食 合理摄入蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和膳食纤维等营养素，多吃新鲜蔬菜、水果，适当增加粗纤维的食物，如：芹菜、红薯、山药、豆类等，低盐低脂

肪饮食，如：少吃腊肉、肥肉、动物内脏、腌制类食品等。

适量运动 适量的体育锻炼，有利于组织器官的新陈代谢，减少脂肪堆积，应根据个人的健康状况进行适当的体育锻炼，以有氧运动方式为主，如散步、慢跑、太极拳、游泳、骑车等，以增强心脏耐受力，提高身体免疫力。

控制体重 控制体重在正常范围，体重指数（BMI）是诊断肥胖症最重要的指标。BMI=体重（Kg）/身高（m）的平方的平方，正常值为18.5~23.9，24.0~27.9为超重，≥28.0为肥胖，肥胖会增加心血管疾病的发病率和死亡率，因此，在保证营养均衡的情况下，应尽量避免高脂肪和高热量饮食，食物的烹饪方式以清蒸、煮为主，避免油炸。少吃油煎食品、巧克力、甜食等，以减少总热量摄入，减少胆固醇的合成，有利于控制体重，降低冠心病的风险。

戒烟限酒 戒烟和限酒对于预防冠心病至关重要。吸烟者的发病率和病死率比正常人增高2-6倍，而且与每天吸烟的支数成正比，吸烟越多、越久，患病率就越高。如果你经常吸烟，应尽快戒烟，或者寻求医生或专业机构的帮助，提高成功戒烟的机会。过量饮酒会使交感神经兴奋，心率增快，心肌耗氧量增加，从而增加心脏负担，禁止饮用烈性酒，降低冠心病的风险。

心理调节 注意保持良好的心理状态，避免情绪激动、精神紧张、劳累等。遇事要冷静，学会宽容、大度，避免专断、过激的言行，避免冲突等，同时多与亲人、好友进行沟通交流，通过转移注意力、找人倾诉等方式调节心理状态，有助于降低冠心病的风险。

定期体检 定期进行身体检查，包括血脂、血压、血糖等指标的变化，以便及时发现和治疗冠心病，避免诱发因素，另外，定期体检能帮助我们更好地了解自己的健康状况，以便及时调整生活方式和采取相应的预防措施。

冠心病是一种常见的心脏疾病，不仅影响患者的生活质量，还可能危及生命，了解它的病因和预防措施对于降低发病率和死亡率具有重要的意义。同时，对于已经确诊冠心病的患者，应及时就医并配合医生采取相应的治疗措施，以控制病情的发展，从而保护我们的健康，提高生命质量。