

超声技术：心脏健康的守护者

▲ 四川雅安市第四人民医院 梁宝玉

超声技术是一种非侵入性的医学影像技术。作为心血管疾病诊断的得力工具，以其无创、快速、准确的特性，为心脏健康提供了有力保障，尤其适合孕妇、儿童等需要频繁监测的患者。从心脏结构到功能，从血管到瓣膜，超声都能提供详细信息，助力医生精确诊断。

超声在心血管疾病诊断中的应用

心脏结构检查 超声技术可以清晰地显示心脏的结构和形态，包括心脏的大小、形状、位置等。医生可以了解心脏的结构是否正常，是否存在先天性心脏病、心肌病等疾病。例如，超声心动图可以检测出心脏瓣膜的狭窄、关闭不全等问题，以及心肌肥厚、心腔扩大等心肌病的表现。

心脏功能评估 超声技术在心脏功能评估中发挥着重要作用，它能够全面评估心脏的收缩功能、舒张功能以及左心和右心的功能。医生可以了解心脏的整体功能状态，判断是否存在心力衰竭、心律失常等疾病。此外，超声技术还可以评估左心和右心的功能，例如通过测量左心室和右心室的大小、壁厚度、运动情况等来判断是否存在左右心功能不全或心肌病等病变。

心脏血管检查 超声技术在心脏血管检查中发挥着重要作用，尤其是对于心脏大血管的评估。医生可以了解心脏血管的结构和功能状态，判断是否存在狭窄、阻塞、动脉瘤等问题。超声技术可以清晰地显示心脏大血管的形态、走行以及血流情况，为心血管疾病的诊断和治疗提供重要依据。

心脏瓣膜疾病诊断 超声技术可以检查心脏瓣膜的情况，包括瓣膜的形态、活动度等。医生可以了解瓣膜是否存在狭窄、关闭不全等问题，为瓣膜疾病的诊断和治疗提供重要依据。例如，二尖瓣狭窄、主动脉瓣狭窄等疾病可以通过超声心动图进行诊断。

超声技术的优势和局限性

超声技术的优势 （1）**无创**。超声检查通过声波在人体组织中的反射和传播特性来获取图像信息，不会对人体造成任何伤害。（2）**无痛**。超声检查不需要使用任何药物或麻醉剂，患者不会感到疼痛。（3）**快速**。超声检查通常只需要几分钟到十几分钟的时间，对于需要紧急诊断的患者来说，可以迅速提供重要的信息。（4）**准确**。超声技术具有很高的分辨率和准确性，能够清晰地显示心脏的结构和功能。。

超声技术的局限性 （1）**受限于操作者的技术水平**。操作者的技能和经验对于超声检查的结果有着重要影响。因此，需要专业的医生和设备来确保超声检查的准确性和可靠性。（2）**对某些疾病的敏感性不足**。尽管超声技术在心血管疾病诊断中具有很高的应用价值，但对于某些疾病可能存在敏感性不足的问题。例如，对于心律失常等疾病的诊断，超声技术可能无法提供足够的信息。因此，对于某些疾病，可能需要结合其他检查方法来提高诊断的准确性。

尽管存在操作者依赖性和某些疾病的敏感性限制，但超声技术仍不失为一种高效、可靠的诊断方法。展望未来，随着技术进步，超声在心血管领域的应用将更加广泛，为健康事业添砖加瓦。

长期卧床的老年患者要预防吸入性肺炎

▲ 广东省佛山市第五人民医院 吴小锋

肺炎是老年人的常见病，而吸入性肺炎又是老年患者肺炎中的一种常见类型，也是老年人常见的下呼吸道感染和重要死因。本文主要向大家介绍长期卧床老年患者该如何预防吸入性肺炎。

什么是“吸入性肺炎”

吸入性肺炎是指口腔、咽部的液体、分泌物或胃内容物返流误吸入喉和下呼吸道而引起的肺部炎症。大多数卧床老人都患有脑梗死、老年痴呆、帕金森病等心脑血管及神经系统疾病，导致意识障碍、吞咽困难等，这些疾病都很容易使得老人在不经意之间发生误吸。这类人群常常咳嗽反射比较差，早期这些病症不容易被发现。

由于老年吸入性肺炎患者常常合并有其他多种基础疾病，机体免疫力低下，多有延迟吸收及反复发作的特点，其症状复杂，临床表现多样化，常见症状是喉部肌肉反射性痉挛收缩和喘鸣剧咳，痉挛性咳嗽伴气急，发热，两肺闻及湿啰音和哮鸣音，严重者出现低氧血症甚至 ARDS。

有时表现为中枢神经系统症状或消化系统症状，比如嗜睡、意识下降、缺乏食欲、恶心呕吐、甚至精神错乱、大

小便失禁等等，有时仅仅表现为老年人的基础疾病加重，比如血糖控制不良、心衰等等。由于临床上表现隐匿，而且老年人伴有多种基础疾病，所以很容易造成误诊、漏诊，甚至危及患者生命安全。

如何预防老年吸入性肺炎

作为老年人和家属或陪护人员，必须充分了解和正确认识吸入性肺炎，只有早期预防和及时处理，才能有效降低吸入性肺炎对老年人的危害。那么究竟该如何预防老年吸入性肺炎呢？具体来说，应当做到三点：

加强口腔护理 注意及时排痰 加强口腔护理，不仅能够清除口腔中的细菌，保护牙齿，更重要的是能够刺激口咽部的感觉神经，促进口腔黏膜物质的释放，从而提高吞咽反射功能。

注意及时排痰是针对咳嗽无力、无法顺利排痰甚至是处于昏迷之中的老年患者而言的，对于此类患者，应当定时翻身、拍背，以促进痰液较好地排出。如果仍然无法排痰，则应当及时使用吸引器将痰液吸出，防止吸入性肺炎的发生。

采用合适体位，保持呼吸通畅 老年人休息时，一般可采用侧卧位，平卧时也尽量让头偏向一侧，这样就能有效地防止

舌后坠和分泌物阻塞呼吸道。而有胃食管反流性疾病更是要注意保持侧卧位。

对于卧床不起患者而言，家属要每 2 小时协助患者翻身。因为人在睡觉时咳嗽反射减弱，吞咽能力下降，口腔中的分泌物容易流入气管，病菌进入呼吸道，就会造成感染。所以，采用半卧位睡姿，或是把头部垫高，采用侧卧位，都能有效地减少感染的几率。

调节饮食方式，采取必要措施 对于存在吞咽障碍的老年人来说，调整饮食方式，增加食物的黏稠度也能有效防止误吸。

如果在调整饮食后仍然存在反复呛咳，那么就必须采取必要措施，如留置胃管。家属应按时、定量、正确体位喂食，并定期更换鼻饲管，才能在保持老人营养充足的前提下防止吸入性肺炎。如果患者及家属能接受，胃造瘘也是一个合适的选择。

康复训练 对神智清楚能配合的患者予以指导各种吞咽功能训练，如：舌肌训练、咽收缩练习及喉上提练习等。

正确认识吸入性肺炎的病因、症状及预防方法，是早预防、早治疗的关键。希望老年人和家属或陪护人员都能提高警惕，加强认识，安享美好、温馨的晚年。

膝关节疼痛多年，小针刀几分钟缓解

▲ 福建中医药大学附属第二人民医院 郑康华

膝关节容易受到各种因素的影响而发生疼痛，有些人长期遭受膝关节疼痛的困扰，却苦于治疗无效。然而，现代医学的进步给他们带来了新的希望——小针刀。小针刀是近年来新兴的治疗方法，其缓解膝关节疼痛的效果备受瞩目。本文将从膝关节疼痛的原因入手，详细介绍小针刀治疗膝关节疼痛的原理、优势和适应证，希望能帮助广大患者更好地了解和使用小针刀疗法。

膝关节为啥会疼痛

膝关节疼痛的原因很多，可以是外伤、过度使用、年龄老化、风湿病等因素导致的。其中，膝关节的退行性疾病（如骨性关节炎）是其中最常见的原因。退行性疾病的发生和年龄、体重、工作性质等因素有关，炎症、外伤等因素也可以让膝关节受损。膝关节疼痛会严重影响患者的生活质量，患者可能会出现行走困难、体能下降、情绪低落等问题。传统的治疗方法主要是药物治疗、物理治疗、内镜手术等。然而，这些治疗方法效果参差不齐，且容易引发一系列的副作用和并发症。很多患者常常对这些治疗方法产生抵触，而不愿意接受治疗。

小针刀治疗膝关节疼痛的原理

小针刀是一种松解软组织的微创治疗技术，它突破传统手术的局限和难点，达到实现切割松解软组织粘连但不破坏神经、血管、脏器等重要组织器官的效果。在治疗膝关节疼痛方面，小针刀能够通过剥离、

松解膝关节周围粘连的软组织、“阻滞”不适感受器等多种手段，实现缓解疼痛的效果。在小针刀手术中，患者无需住院，术中不用开大刀、不需要造成创伤，操作于皮下，所用的工具十分细小，选择的穿刺点与路径也完全经过靶向的精确定位。而且，患者术后恢复快，疼痛感明显缓解，不会引起手术后并发症等问题。

小针刀治疗膝关节疼痛的操作步骤

患者准备 患者需要坐下或躺平，保持舒适的姿势，患者暴露受治疗的膝关节区域。

局部麻醉 为减轻患者的疼痛不适，在治疗区域进行局部麻醉注射，包括清洁皮肤，然后使用麻醉药物进行皮下注射。

进针 选择适当的治疗点进针，例如肌肉起止点、肌腹或韧带等。医生会在施术部位进行常规消毒后，刀体与皮肤垂直，刀口线与肌纤维或韧带方向平行，快速透皮后缓慢进入，深度到达骨面后，轻提针体，先纵向疏通 3～4 刀，再横行剥离 3～4 刀，直到感觉松动后出针，按压针孔片刻，创口贴贴敷。

治疗监测 医生在治疗过程中密切观察患者的反应和疼痛程度，患者应提供准确的反馈，以便医生根据实际情况进行调整。

治疗结束 在治疗结束后出针，并提供相关的护理建议，如休息、锻炼或饮食等。

小针刀治疗膝关节疼痛的适应证

膝关节退行性疾病 通俗来讲就是膝盖老化性疾病，它是由于膝关节软骨

的长期磨损和慢性积累性破坏导致的，也是膝关节疼痛的主要原因，其中骨性关节炎最常见。小针刀能够通过触激神经末梢、阻滞不适感受器等方式，缓解膝关节的疼痛感。

膝关节软组织损伤 除了退行性疾病外，膝盖的软组织损伤也是导致膝关节疼痛的常见原因。例如，膝关节滑膜炎、韧带损伤、筋膜炎等都会引起患者的疼痛不适。小针刀可以松解异常或损伤的软骨组织，从而缓解疼痛症状。

其他疼痛性疾病 除了上述常见的疾病外，小针刀还可以应用于其他引起膝关节疼痛的疾病，如滑膜囊肿、痛风性关节炎、肌腱炎等。

小针刀治疗膝关节疼痛的注意事项

在治疗前，保持身体的干净和整洁，特别是治疗部位，洗手并清洁治疗区域有助于减少感染风险。在治疗过程中，保持身体放松，以便医生进行针刺操作。治疗后会出现一些反应，如轻微的肿胀、皮下瘀斑或晕针，这些反应通常是暂时的，不需要过度担忧。如果出现严重的不适或问题，请立即咨询医生。治疗后，避免剧烈运动和劳累，保持适当休息和饮食。

如果您长期遭受膝关节疼痛的困扰，可以在医生的指导下尝试小针刀治疗。但是，要注意的是，小针刀治疗应在专业医生的指导和建议下进行。希望大家能够关注自身健康，及时治疗膝关节疼痛，提高生活质量。