

卵圆孔未闭该如何治疗？

▲ 四川省成都市新都区人民医院 吕志民

卵圆孔是指在胎儿心脏发育过程中，由于原发分隔与继发分隔不充分结合而形成的一种裂缝状的通路，这种通路在胎儿发育过程中会慢慢关闭，超过3岁则被称为“卵圆孔未闭”（PFO），这种现象在成年人中大约占20%~34%。

卵圆孔未闭的临床症状

偏头痛 因为在卵圆形孔没有闭合的情况下，当右向左分流的时候，静脉中的微小血栓会通过血管系统流入到脑部，造成了脑部缺血，短暂低氧，造成了头痛的症状。

动脉栓塞 卵圆孔未闭与不明原因的脑缺血事件关系密切，其病理机制为静脉系统的栓子通过动静脉系统之间的异常通道进入动脉系统，造成动脉系统栓塞。

减压病 当身体由高压环境突然进入低压环境时，身体内部原有的以氧为主的气体含量超标，在血液及组织中产生大量的泡沫，引起皮肤、关节、肌肉、骨骼、心血管、神经系统等多个脏器或部位损伤。常见的症状有：脉搏增快、皮肤黏膜紫绀、关节肌肉疼痛等，还会出现肺水肿、肺动脉栓塞等症状，

严重的还会引起神经系统损伤、瘫痪、休克甚至死亡。有卵圆孔未闭的潜水者很可能得此病。

斜卧呼吸 - 直立性低氧血症 体位性低氧血症是一种少见的临床症候群，临床表现为：站立状态下，患者出现胸闷，肺内氧气浓度、氧分压均显著降低，仰卧状态下肺组织中氧气浓度显著降低。发病年龄以妇女和老人居多。

外周非脑血管栓塞 异常血栓除导致中风险外，还可导致脑梗、下肢缺血、肾梗、脾梗、肠系膜梗死等疾病。最常见梗死部位是四肢和冠状动脉。

静脉血栓栓塞症 包括深静脉血栓形成和肺血栓栓塞症。

心脏结构改变、心律失常、心衰等有慢性心脏疾病的患者发生心脏结构改变后，会导致患者卵圆孔未闭分流量增加，进一步加重心脏结构改变，从而诱发心律失常、心力衰竭等。

卵圆孔未闭如何确诊

对于有上述症状或者体检发现有疑似卵

圆孔未闭患者需进一步行右心声学造影，明确分流方向、大小等。

1. 卵圆孔未闭的病理一般分为3类，大：PFO为 $\geq 4\text{mm}$ ；中：PFO为 $2\sim 3.9\text{mm}$ ；小：PFO $< 2\text{mm}$ 。

2. 超声声学造影微泡（bubbles）的分类，小量（small）：分流 < 10 个；大量（large）：分流 > 10 个；进一步再分：微泡 > 25 个称淋浴（shower）型或雨帘型。

卵圆孔未闭的治疗

偏头痛患者首先使用偏头痛常规药物治疗，伴有缺血性脑血管疾病或顽固性偏头疼，应该进行卵圆孔未闭筛查，并选择封堵。对于减压病患者应改变生活方式，根据规定减压、减少潜水次数，或在潜水之前吸收较高的氧气，如果拒绝停止潜水或飞行，应积极评估卵圆孔未闭封堵术。对于直立低氧血症患者排除其他引起缺氧的病因，积极进行卵圆孔未闭筛查，有条件可行右心导管检查明确低氧与卵圆孔未闭有无相关性，并积极封堵。对于有深静脉血栓形成或肺栓塞病史，有反常栓塞患者合并卵圆孔未闭应该积极进

行封堵。

卵圆孔未闭手术前准备 术前完善血常规、大便常规、凝血功能、生化、感染性标记物、心电图、经胸彩超、必要时经食道彩超、右心声学造影等检查，向患者及家属交待手术目的、手术方式、手术风险并签订手术同意书，术前健康指导、练习床上大小便。

卵圆孔未闭术后注意事项 术后卧床12h，口服抗生素3d、严密观察患者穿刺点有无出血、血肿、观察下肢循环情况，心电监护仪监护患者生命体征；手术第二天复查胸部X线，心电图，彩色多普勒超声心动图，观察封堵器的定位及有无分流情况；口服阿司匹林抗血小板共6个月或口服新型口服抗凝药物（具体方案根据患者病情定）。术后24h、1个月、3个月、6个月及1年随访，行经胸超声、心电图和胸片检查，评价封堵器及临床疗效。

对于卵圆孔未闭无论医务人员或者患者都应该理性看待，当患者行彩超检查发现卵圆孔未闭时，不必恐慌，应该结合症状到医院进一步评估。医务工作者应该综合判断患者卵圆孔未闭的风险，确定合理的治疗方案，不要盲目行卵圆孔封堵术。

老年人得了肺炎如何护理

▲ 四川省攀枝花市第二人民医院 蒋娟

老年肺炎是指发生在65岁及以上年龄段的肺炎，老年人患上肺炎的风险相对较高，且由于免疫系统减弱、慢性疾病增多等因素，病情可能更为严重。

老年肺炎的特点

高发生率 老年人由于免疫系统功能下降、多种慢性疾病的存在以及生活方式的改变，更容易感染病原体导致肺炎。

病情复杂 与年轻人相比，老年人患上肺炎时往往合并有其他慢性疾病，如慢性阻塞性肺病（COPD）、心血管疾病、糖尿病等，使病情变得更为复杂。

症状不典型 老年人患上肺炎时表现出典型的症状，如咳嗽、呼吸急促、胸痛，但也会出现非典型的症状，如体温下降等。

易并发其他疾病 老年肺炎容易并发其他疾病，如脑血管意外、心肌梗死等，增加了治疗的难度。

老年肺炎如何预防

疫苗接种 老年人应定期接种肺炎球菌疫苗和流感疫苗，以减少感染的风险。

保持良好卫生 注重手卫生，勤洗手，避免与呼吸道感染患者密切接触。

控制基础疾病 对于已经存在的慢性疾病，如高血压、糖尿病、心脏病等，要保持规律的治疗和管理，以减少并发症的发生。

均衡饮食 保持合理的营养摄入，有助于维持免疫系统的正常功能。

定期体检 定期进行身体检查，及时发现潜在的健康问题。

老年肺炎如何护理

老年人得了肺炎需要特别注意，因为他们的免疫系统通常相对较弱，对于呼吸道感染更容易造成严重后果。

及早就医 一旦怀疑患有肺炎症状，如咳嗽、呼吸急促、胸痛等，应及时就医。早期的诊断和治疗对于康复非常重要。

按医嘱用药 严格按照医生开具的抗生素和其他药物的处方用药，不要随意更改或停药。同时，应按按时按量服药，确保药物的有效性。

充足休息 老年人患有肺炎时需要更多的休息，避免过度活动，有助于身体更好地应对感染。提供一个安静、舒适的环境，确保患者能够得到充足的睡眠。

保持充分水分 喝足够的水有助于保持体液平衡，稀释黏稠的痰液，促进痰液的排出。但应避免饮用过多咖啡因和酒精。

适度的饮食 提供易于消化的、富含营养的食物。如果患者食欲不振，可以分多次进食，但要确保摄入足够的营养。

保持室内空气清新 保持房间通风，但避免患者直接受到冷风吹袭。使用空气净化器有助于减少空气中的细菌和病毒。

密切监测病情 定期测量体温、呼吸频率、心率等生命体征，如有异常应及时通知医生。

康复锻炼 一旦病情稳定，可以进行适度的康复锻炼，有助于提高肺部功能和全身的抵抗力。

防止交叉感染 老年人的免疫系统相对较弱，因此在治疗期间要注意防止交叉感染，包括避免与有感染的人密切接触，勤洗手等。

心理支持 面对疾病，老年人会感到焦虑、抑郁，因此需要家人的关心和理解，以及专业的心理支持。

肺炎对于老年人来说是一种严重的健康问题，因此在日常生活中一定预防疾病的发生，如果患上了肺炎疾病，一定要细心护理和照料，注意空气的清新度和饮食上的清淡以及营养均衡。康复期间应该密切关注患者的身体状况，确保他们能够得到适当的医疗和生活支持。

乳腺手术后应该如何护理

▲ 广东省东莞市凤岗医院 王月娥

在我们平时的生活中，受到特殊身体结构的影响，很多女性都会患上乳腺疾病，而且还有很多患者需要通过乳腺手术的形式治愈乳腺疾病。良好的护理能有效促进患者的乳腺康复，下面就让我们从乳腺手术的角度出发，一起聊一聊乳腺手术后的护理知识。

体位护理 当患者完成乳腺手术回到病房之后，需要保持呼吸道通畅，这就需要帮助患者去枕平卧6h，6h后患者的血压平稳后，再取半卧位姿势，继续监测患者的生命体征。包括患者的血氧饱和度、腋窝引流管的通畅情况，同时还需要对患者引流情况进行观察，比如引流量、质地、颜色等。对患者切口敷料渗血情况的观察也非常重要，需要观察患者胸带包扎的松紧程度，手术侧患肢端的血运情况，比如患者皮肤的温度、颜色以及脉搏等，注意观察患者呼吸，如果出现呼吸困难或者呼吸费力的情况，及时上报医生，并向患者解释胸带加压包扎的原因，再根据患者的实际情况调整胸带的松紧程度，指导患者做深呼吸，进行放松治疗。

饮食护理 患者在完成乳腺手术后，不能吃具有活血化瘀功效的食物和保健品，同时还要注意营养均衡。平时生活中要避免食用激素含量较高的食品，例如生活中常见的雪蛤、蜂王浆、避孕药、燕窝以及胎盘产品等。少吃高热量和高脂食物，尽量少吃辛辣刺激的食物和油炸、发霉、腌制的食品等，如腊肉、

酸菜或咸鱼等。建议患者多食用新鲜的水果和蔬菜，还可以多食用富含粗纤维的五谷杂粮。

伤口护理 当患者完成乳腺手术后，医生会使用纱布或者绷带对患者的乳房以及切口位置进行加压包扎，一般情况下这种加压包扎需要1~2d左右，这一期间内患者不能自行松解加压绷带。如果发现伤口敷料或绷带有松动、渗血、胀痛、青紫等症状，要及时告诉医生。患者出院后如没有特殊情况，可在伤口处粘贴止血贴，并穿上内衣。值得注意的是，离开医院一周内要保持伤口干净、干燥，不能沾水。

运动护理 （1）患者术后24h，可以进行伸指、握拳和屈腕锻炼；（2）术后1~3d可以练习坐位，利用健康一侧的上肢辅助患肢做屈肘和伸臂练习。在锻炼的过程中，可以逐渐向活动肩关节过渡，进行前屈和后伸锻炼（前屈不超过 30° ，后伸不超过 15° ）。（3）术后4~7d，可以尝试用患侧手进行刷牙、洗脸、吃饭的操作，并练习使用患侧手去触摸对侧的肩膀以及同侧的耳朵。（4）术后7~14d，可以继续肩关节活动，以肩为中心，前后摆动手臂，逐步抬起患侧上肢，将患侧上肢抬起 90° 左右，直至平肩。

引流管护理 在进行引流管护理的过程中，可以让患者在病情稳定后取半卧位姿势，这样能有效地引流，对防止皮瓣下积积液十分重要，而且放置的负压吸引器能有效地帮助患者抽吸积液，所以引流管必须进行有效固定，防止扭曲和压迫。患者在变换姿势，下床活动时，要注意避免牵拉脱出。

乳腺手术后对患者采取有效的护理是非常重要的，除了以上常规的护理措施，还应该对患者进行心理护理，帮助患者心情舒畅，促进术后康复。

