

老年人要定期做下肢血管彩超

▲ 金堂县第一人民医院 / 四川大学华西金堂医院 廖常丽

下肢血管彩超的意义

“下肢血管彩超”包括动脉彩超、静脉彩超两种类型。通过动脉血管彩超检查，可以明晰动脉是否存在因动脉粥样硬化、动脉硬化而引发的管腔狭窄、斑块以及血液流速延缓情况。“下肢血管彩超”是近几年老年人体检项目中的常见项目之一，为何老年人为什么要定期检查“下肢血管彩超”？

下肢血管主要分布于腹股沟韧带水平以下，包括下肢静脉、下肢动脉。前者负责下肢皮肤以及骨骼、肌肉血流回流到心脏，后者则负责提供下肢骨骼、肌肉的血流。下肢血管静脉彩超检查范围为深静脉、浅静脉、交通静脉，确定下肢静脉瓣膜、静脉曲张、静脉血栓以及动静脉瘘症状。下肢血管动脉彩超检查范围为动脉内膜、动脉粥样硬化斑块及动脉狭窄闭塞、动脉血栓、动脉炎、动脉夹层等。通过静脉彩超，可以帮助老年人检查自己血管内是不是存在血栓或者下肢静脉瓣膜功能不全、下肢静脉走形不正常，为下一步诊断、治疗奠基。

下肢血管彩超是在二维超声基础上，加入对血流信号处理的一种检查方法。作为血管的辅助查验方法，下肢血管彩超可以在仪器中清晰显示被检查人的血管信息，如管腔内径、解剖学构造、血容量状况等。对于部分已确诊静脉血栓的患者，还可观察静脉回流状况、病情进展。利用下肢血管彩超，还可根据血流信号变化，判断患者疾病的轻重。

明确血管受压情况 通过下肢血管彩超可以全面了解血管受压情况，结合下肢静脉循环状况分析，观察老年患者静脉瓣膜功能是否受损。进而根据常规血管受压数据，及时发现肿瘤压迫血管的情况。

发现下肢深静脉血栓 下肢深静脉血栓形成在临床中较为常见，其发病率随着人们生活水平的持续提高而不断上升。较之年轻人，老年人下肢深静脉血栓发生风险更大，且在血流冲击下，血栓极易脱落卡阻在肺部，

引发肺部栓塞，随之而来的是呼吸加快、呼吸困难、头脑眩晕昏厥等危及生命的症状。而下肢静脉血栓形成源于血管内皮损伤、血流淤积阻滞或者血液流动速度减缓，通过下肢血管彩超可以发现血栓的具体位置以及轻重程度。因此，老年人应注意检查下肢血管静脉彩超，及时发现下肢血栓。

发现动脉栓塞性疾病 动脉栓塞性疾病在近几年较为常见，多源于血栓栓塞，对于部分表现为肢体皮肤苍白的老年人，应定期检查下肢血管动脉彩超，以便及时发现动脉栓塞性疾病。

如动脉硬化性闭塞症，俗称“老寒腿”，这种病症主要是由于动脉内壁上形成了不断增大的动脉粥样硬化斑块，在动脉粥样硬化斑块不断增多进程中动脉管腔充盈度不断下降，阻碍了血流向下肢管道的通畅运行，甚至会完全堵塞，出现下肢麻木、冰凉、间歇性跛行、肢体缺血性溃疡、下肢无力等下肢缺血症状。通过下肢彩超检查可以初步确定

症状类型，为外科手术、腔内治疗方案拟定提供支持。

此外，下肢血管彩超也可发现动脉、静脉之间的异常病灶——动静脉瘘，便于老年患者及时治疗，避免相关疾病恶化。

下肢血管彩超检查时的注意事项

虽然下肢血管彩超可以有效帮助老年人诊断多种血管疾病，但是不适宜严重心力衰竭以及血管病变患者，在精密测量前，老年人也应避免服用强心药。

同时为保证下肢血管彩超检查准确性，在检查时，老年人应根据专业医师要求，取仰卧位，下肢向外部延展、旋转45度左右，左右膝关节稍微向内外区。若部分老年人存在静脉充盈不良问题，则可以在征询专业医师同意后选择站立位。进而在自然环境内由专业医师按照血管走行，观察血管血流显像、频谱查验结果，比如周边血管走形相对路径、动脉血管解剖学构造、静脉血液特征等。

心衰的症状和治疗方法

▲ 富顺县人民医院 蒋勇

心力衰竭简称心衰，当人体的心脏收缩功能和/或舒张功能发生问题时，会使心脏的血液无法充分的排出或回流，导致大量的血液阻塞在肺静脉系统或周围静脉系统中，从而引起人体心脏循环功能发生紊乱，严重危及到人们的生命健康。如果患有心衰，身体会有明显的症状或表现，关于心衰的症状表现以及治疗方法都有哪些？

心衰的常见症状

胸口有重压感和气短 对于心衰患者，胸口有重压感是心衰最开始的症状，通常患者会感觉到胸口有异常的感觉，但又无法言明，这种感觉犹如溺水时的感觉，部分患者在深呼吸时，会感到肺部似乎充满了液体。同时心衰还会引起患者气短的情况，当患者早晨起床后，经常会伴随有呼吸不畅或者喘气的情况，当患者躺下或者用力时，就会有明显的无法呼吸感。

短时间内体重暴增 正常的饮食情况下，如果体重突然暴增在4斤以上，同时伴随有腹部胀痛的问题，腹部呈持续性胀痛，并有加重的趋势，那就需要注意，这些症状可能是心衰引起。

运动会造成呼吸困难 患有心衰的患者，心脏血液循环能力受到阻碍，因此使得血液输出量大幅度降低，供应给脑部的血液不足，会使用全身产生无力感以及嗜睡的情况。由于患有心衰，患者的体质也会变得非常差，很难干粗重的体力活，就算是一些简单的家务活，也会造成患者呼吸困难。

食欲不振 患有心衰的患者，在饮食结束后，会有较长时间的饱腹感，通常患者会感觉到胃部难受，并伴随有恶心、呕吐等症状。对于病情严重的患者而言，还会出现胸口沉闷以及伴随有压迫感的情况。由于心脏功能下降，胃肠淤血，导致胃肠蠕动功能减弱，食物消化能力下降；同时因为心衰导致胃肠血液供应不足，进而使患者食欲减退。长此以往，患者由于饮食较少，使得排泄量

也大幅度减少，体内的毒素积累会越来越多，最终危及到患者的生命健康。

小腿和脚部水肿 心衰患者在早晨起床后，小腿或足背会出现水肿的情况，但随着身体的活动，小腿和脚部的水肿会得到有效缓解。在傍晚小腿或足背浮肿又会逐渐加重。如果经常出现小腿和脚部水肿的情况，同时长时间不能消退且持续反复发作，那么我们就需要警惕，有可能已经患有心衰。

心衰的治疗措施

西医治疗 西医治疗心衰要选择对应的药物，通常治疗心衰的药物有很多种，需要根据患者的身体状态选择不同的药物。如利尿剂可通过尿液排出多余的水分到达缓解或消除水肿是的作用。

其他药物有醛固酮拮抗剂螺内酯、血管紧张素转换酶抑制剂、β受体阻滞剂、洋地黄制剂等可用于慢性心衰治疗。

同时，使用增强利钠肽系统的药物也是治疗心衰的有效措施之一，通过给予外源性心房利钠肽，并应用利钠肽受体激动药及应用中性内肽酶抑制药的方式，可以有效使心脏的心肌舒张过程中起到良好的松弛作用，还能抑制有害神经激素，使用血管加压素受体拮抗剂，通过抗炎而改善血管内皮功能而改善慢性心力衰竭。除此之外，新型抗心衰药物如沙库巴曲缬沙坦、托伐普坦等可以很好地治疗心力衰竭同时改善患者的预后，从而改善并提高患者的生活质量。

中医治疗 对于心气不足，心阴亏型的患者可以服用葶苈生脉五苓散加减，有利于对心衰患者起到活血利水的目的。针对脾肾阳虚、水湿不化证的患者，可以服用真武汤加减，而对于气虚血淤、痰湿阻滞证的患者可以服用血府逐瘀汤加减，所以具有活血化瘀、兼以补气的功效。另外，中成药芪苈强心胶囊具有利尿及增强心肌收缩力，改善心肌细胞代谢的功效，已被写入了2018中国心力衰竭治疗指南。

现代医院管理制度的实施路径

▲ 南充市妇幼保健计划生育服务中心 田应伟

随着我国医疗改革的不断深化，医院管理制度内涵不断丰富。为了推动医院管理制度的现代化发展，医院管理者需要根据国家相关政策以及法律法规，借鉴国内外医院管理制度改革经验，探索符合本院实际情况的实施路径，从而推动医院的可持续发展。文章主要针对现代医院管理制度内涵及实施路径展开探讨。

医院管理制度内涵

国务院在2017年提出了《国务院关于建立现代医院管理体制的指导意见》，进一步明确我国医院管理体制改革的目標与方向，需要建立切实可行的管理制度，满足公民的医疗服务需求，并形成相互协调、制约的治理机制，推动公立医院的可持续发展，使得医院管理更加科学合理，建立权职清洗、运行高效且监管完善的医院管理制度。公立医院在履行自身公共卫生服务职能的基础上，拥有经营管理自主权，并且要依法接受舆情监督，提高自身的自律性。在完善医院管理制度上，对于医院管理规章制度以及战略决策有更加详细的要求，对民主管理、医疗服务质量、医疗安全、财务管理、绩效考核、教学研结合、信息管理以及便民服务等方面给予更大的支持。此外，医院还需要加强基层党建工作，发挥党的领导作用。

但是从目前医院改革情况来看，我国医院管理制度改革中存在较多的问题，主要集中在以下几点：

政府与医院关系不明确 政府作为医院管理主体，对医院的投入不足，存在医院自负盈亏的现象，容易导致医院为了追求盈利而管理不严的情况发生。同时医院自身管理存在政事不分的情况。

管理制度不规范 在过去很长一段时间内医院管理主要是参照行政机构的管理方式，导致议事决策程序不规范，部分医院由于管理组织不健全，管理效率低下，限制了医院的发展。因此需要采取有效措施

施来推动医院管理制度改革。

医院管理制度改革的实施路径

加强内外部监督 医院要坚持党的领导，做好经营管理工作，明确职责范畴，认真学习社会主义核心价值观，顺应时代发展，优化医院组织结构以及管理制度，简化议事决策程序。

在推动医院管理制度改革过程中，需要完善医院管理的规章制度，实现依法治理。领导需要发挥带头作用，发动基层医务人员积极参与，采纳合理意见并不断修正相关管理决策，从而确保医院管理制度的有序运行。各地政府需要加强对公立医院的监督，并且要定期进行考核，遵守行业规范，并加大院务透明力度，加强院风建设，提高自身的自律性。

完善决策制度 过去医院议事决策程序较繁琐，影响医院正常经营管理。需要不断优化议事决策程序，对于涉及医院工作人员切身利益的事务中，需经过院级党组织同意之后实施。医院需不断完善“两会”制度，明确会议决策事项，推动医院管理制度的发展。在现有管理制度的基础上，需理清制度之间的内在联系，明确各部门的职责，形成相互制约、相互促进运行制度。

完善专家制度 专家制度在医院管理制度改革中具有较好的应用效果，能够充分发挥专家的智慧，对技术性、专业性事务决策提供有效的指导意见。医院需要根据相关法律法规，设立专家委员会，并完善相关规程制度，促进专家积极参与医院决策与管理，提高医院管理的科学性。此外还需要加强基层医务人员的培训制度，将新的管理制度印制成册并发放给医务人员，并开展相应的培训制度，让医院工作人员了解到新的政策与制度，加强行政管理执行力度，并提高医务人员的积极性。

医院管理制度改革过程中可借鉴我国企业管理制度，并以先进的管理技术与方法作为支持，从而推动医院管理制度的现代化发展。