

# 术中知晓——不可忽视的全麻并发症

▲ 河南省南阳市骨科医院 曹哲

“术中知晓”这个词，没接触过全麻手术的人一定很陌生。手术患者躺在手术床上后，听觉、触觉、痛觉等开始感知周边一切。锋利的手术刀轻巧地划开切口，每一次切割，结扎，穿刺，上药……患者都会清楚地感觉到。心里在呐喊，表面上却毫无波澜，四肢完全无法动弹，时间一分一秒都是煎熬，没有任何人发现你的异常，只能慢慢感受着这份鬼压床般的“濒死体验”。

## 术中知晓的概念

术中知晓，是指在全麻过程中发生意识的恢复，可听见周边环境的声音，同时伴有对疼痛的感知，但是无法控制肢体的任何运动，如说话、睁眼、动弹等，术后往往产生极大的心灵创伤。知晓相当于回忆，大脑皮质功能正常的主要客观标志是健全的意识状态，即对客观环境所发生的事情能记忆与回

忆，对施加身体的疼痛性刺激知道疼痛，并能做出体动反应。术中知晓就是患者在术后能回忆起术中所发生的事，并能告知有无疼痛情况。

## 术中知晓的发生原因

当全身麻醉药经呼吸道吸入、静脉或肌肉注射进入体内后，人体会产生中枢神经系统的暂时抑制，即神志消失、遗忘、全身痛觉消失、反射抑制和骨骼肌松弛。如果出现术中知晓，意味着镇静遗忘作用消失，但肌松、镇痛作用还可能存在。在这样的状况下，患者可能存在意识，能听见周边环境的声音，但却无法控制肢体的任何运动。

## 术中知晓的危害

作为一种严重的全身麻醉并发症，术中知晓可对患者造成轻重不一的精神伤害或心

理障碍。根据个体差异，患者感觉到的痛苦程度不一样。发生术中知晓的患者，特别是由此而带来严重创伤体验的患者，在术后可能会发展成为一种创伤后应激紊乱综合征。大多数人表现为术后整日啼哭诉痛、抑郁、焦虑、连续噩梦，出现恐手术及恐医院症。这些精神和心理异常会导致患者术后生活上的严重障碍，如交际困难，失去工作，甚至丧失独立生活能力等。

## 术中知晓的预防

术前，医师要充分评估患者身体状况，制定精准的麻醉方案，并采取心理干预等方法缓解患者紧张情绪。在浅麻醉前，可以应用遗忘作用强的药物，如苯二氮卓类药物等。术中，需要严格监测麻醉深度，保持应用充分的镇静、镇痛、肌松药物，使患者达到一定麻醉深度，最大程度避免术中知晓。术中，

可使用“独立前臂袖带”方法，短时间保留患者前臂活动能力。当麻醉药失效时，患者可微微活动前臂，示意医师及时发现、及时处理。

## 术中知晓的应对

麻醉医师主要通过术后随访，尽可能筛查出发生术中知晓的患者，并主动参与患者治疗。通过早期心理干预，和患者进行有效沟通；建立术后多模式镇痛，减轻患者术后疼痛，帮助患者建立对疼痛的新感知；改善患者睡眠质量，减轻患者恐惧焦虑的情绪，一般会取得较好效果。

尽管全麻术中知晓是值得重视的医学和社会问题，但是术中知晓的原因和机制尚不清楚，目前国际上还没有能够完全预防术中知晓的方法。如何更好地做到术中人文关怀，还需要医师和患者共同努力。

# 偏头痛的缓解方法

▲ 河南省虞城县人民医院 郭向华

偏头痛的痛苦，一般只有经历过的人才懂。偏头痛虽然不属于很大的疾病，但只要病情发作就“痛不欲生”。该病存在持续性、不规律性的特点，非常影响日常生活和身心健康。下面我们一起了解一下有效缓解偏头痛的方法。

## 什么是偏头痛

偏头痛是目前较为常见的一种神经性系统疾病，主要症状是反复发作的头痛，甚至部分患者伴随恶心呕吐等情况。所有年龄段的人群都有可能出现偏头痛，中青年是该疾病发作的高峰期。偏头痛对于女性不太友好，男女发病比例大概在1:3，所有人群中偏头痛的发病概率在5%~10%。

据资料显示，偏头痛已经成为全球较容易致残的疾病之一。对于患者的日常工作与学习造成很大影响，甚至可能会使患者出现记忆功能下降、脑梗死、抑郁等。

## 偏头痛的病因有哪些

**精神心理压力** 随着社会高速发展，人们的工作压力变大，很多人在工作中难免遇到不顺心的事情，从而导致大脑长期处在焦虑、抑郁、压力过大的状态，造成偏头痛的产生。

**内分泌因素** 很多女性在生理期、排卵期或口服避孕药后出现偏头痛症状，这是由于体内激素水平出现波动造成的偏头痛。

**饮食因素** 日常生活中长期养成不良的饮食习惯如经常饥饿、过饱、喝酒、咖啡或摄入过多刺激性食物等，都可能引起偏头痛。

**生活习惯** 通宵熬夜导致的睡眠不足、睡眠时间过长、低头玩手机时间过久、趴着侧躺玩手机等不良的生活习惯会增加偏头痛的发病率。

**遗传** 研究表明，六成以上的偏头痛患者都存在一定家族史。

**外部因素** 生活中受到噪音影响、长时间暴晒、吹风、天气寒冷等情况也引起偏头痛。

## 如何缓解偏头痛

**冷敷** 实践表明，冷敷能很好的缓解偏头痛。一般可以准备好冰袋或冰块，用毛巾包裹后敷在太阳穴或头痛位置，对于缓解感

冒发烧或酒后引发的偏头痛有一定作用。

**冷敷** 时一定要注意做好保护，防止出现冻伤情况。冷敷可以配合按压穴位，如头顶百会穴，对于缓解疼痛有一定效果。

**热敷** 风寒、受凉或神经性引发的偏头痛，一般使用热敷都会有很好的缓解效果。患者可以在偏头痛发作时将双手或双脚浸泡在热水中（可以忍受的极限温度最好），浸泡半个小时左右，偏头痛会有一定程度缓解；也可以使用热毛巾或热水袋等其他物品敷在额头，也有一定效果。

**深呼吸** 深呼吸可以有效缓解大脑缺氧情况。在每次吸气时使空气充满整个腹部，让气体慢慢上升后释放，反复做10次左右会有一定效果。

如受到光线刺激出现偏头痛的患者，一般需要避光休息。选择光线较暗、四周较为安静的房间休息一会，条件允许的情况下可以闭目卧床，放松身心。

**用药** 如针对性调整没有使偏头痛得到缓解，就需要考虑药物治疗。任何药物都存在一定副作用，应该严格控制使用。如在偏头痛发作时，可以合理服用一些止痛药缓解症状，千万不要等到痛到无法忍受时再用药，这时效果可能并不理想。

如偏头痛频繁发作，每个月都会出现两三次以上，这时就要考虑预防性用药，并需要在医生的指导下用药。

以上是关于偏头痛的基本内容，希望每个人都有健康的身体，远离被偏头痛折磨的苦恼。



# 一文了解帕金森病

▲ 河南省息县中心医院 张靛

有研究显示，帕金森病（PD）发病主要集中于老年人群，而年龄≥65岁人群患有该疾病的概率达到1.7%。

近年来PD呈现年轻化趋势，且男性患有PD的概率大于女性。由于患有PD的人在患病初期没有显著临床表现，再加上PD病程比较长，有的PD患者病程只有几年，而有的患者病程可能长达数十年，导致大部分PD患者在出现典型症状的时候才被确诊，而此时却已经错过了最佳治疗阶段。

因此，尽早了解该疾病的早期症状以及影响因素，做好预防措施有着重要意义。接下来，本文将为大家介绍PD相关内容。

## 早期症状

**肢体僵硬** 在患有PD之后，人们身体的柔韧性极易丧失，所以很多患者肢体会出现僵硬状况。

在患病初期，许多PD患者在运动时，常常感觉到肢体变得十分不灵活，同时这种症状会随着时间推移而不断加重，甚至一些日常活动都难以进行，比如系鞋带、写字以及系纽扣等。

**肢体抖动** 这是PD患者最常出现以及最早出现的临床表现，不出现该症状的患者较少。一般该临床表现都是从上肢开始出现，随着时间的推移，逐渐扩展到其他肢体部位。

即使PD患者处于安静的状态下仍然容易出现此临床表现，且一直到患者活动时才会逐渐消失。

**心理存在问题** 有研究显示，70%以上的患者认为PD给他们的家庭和生活带来负担，也导致PD患者存在自卑、焦虑以及压抑等心理问题。

还有50%以上的患者担心PD药物长期服用的副作用，导致心理问题加大，部分PD患者在患病早期也可能伴随睡眠障碍以及身体疲劳等临床表现。

**脸部表情异常** 部分PD患者在患病初期的时候，面部表情会出现异常状况，不再有笑容，且眨眼、眼球转动等活动频率

也大大降低。

## 影响因素

**年龄** 有研究发现，年龄是人们发生PD的最大危险因素，且PD的患病概率会随着年龄增长而呈指数增加。

这是因为，随着年龄增长后，机体内的线粒体功能会逐渐下降，从而增加PD患病概率。

**环境** 有研究显示，人们周边环境与PD患病率存在一定相关性。原因在于周围环境一定含有毒物质，这些物质会侵害人们身体，进而对人们大脑神经元产生伤害。

**脑动脉硬化** 该因素是人们患有PD的重要危险因素之一，人们的神经系统会因为脑动脉硬化而受到阻碍，从而加大了人们患有PD的概率。

**习惯** 研究表明，不良饮食习惯会增加PD患病概率。此外，如果人们的心理长期存在问题其患有PD的概率都会较大。

## 预防措施

**饮食** 大家在平常饮食时应注意营养搭配，吃的食物也应该属于易消化类型，多食用富含高蛋白的食物，少食用易刺激机体功能的食物。

**环境** 在现实生活中，很多人身边存在有毒并且伤害身体的物质，比如一氧化碳、锰、汞等。如果大家身边存在这些物质的话，一定要做好防护措施，以减小患病概率。

**锻炼** 大家要重视脑动脉硬化的防治，老年人要多注意保健措施。我们可以带着老年家属适度参加锻炼，也可以带着他们多做数独或魔方，这样的话不仅可以使身心变得更加健康，还可以帮助锻炼老年人脑神经。

以上便是帕金森病相关知识，如果身边的老年亲属有浑身颤抖，甚至偶尔出现手抖的状况，大家千万不要掉以轻心，一定要及时带着他们去正规医院就诊，以此保证PD患者获得较好治疗效果。