

打算带“T”管回家过年?

该注意些什么,专家一次性告诉你!

胆囊切除术是临床常见手术之一,主要目的是切除胆囊,但为了避免胆囊小结石掉入胆总管,引起胆管内漏等情况,术中一般都要进行胆道探查,并在胆总管切开处留置的“T”型引流管。该引流管形如“T”状,一端通向肝脏,一端通向十二指肠,另一端则由腹壁切口穿出体外连接引流袋,其作用主要为引流胆汁、引流残余结石、支撑胆道以及促进窦道的形成。如果您也留置了“T”形引流管,又想回家过年,怎么办?不用着急,专家把注意事项一次性告诉你。

“T”管护理

1. 敷料渗湿时,请立即予以更换;由于引流管口需要经常换药,可在周围皮肤上涂氧化锌软膏加以保护;抹澡或淋浴时,应在引流管处覆盖一塑料薄膜,以减少感染机会。

2. 每周更换引流袋1次,并记录引流液的颜色、量和性质。早期引流液较浓,后逐渐变淡,如有严重感染,颜色可较深,其量为手术后1~2天200~250毫升,以后渐多至400~600毫升,10天后远端胆总管水肿消退,部分胆汁直接流入十二指肠,致引流量逐渐减少。引流量较多时,可适当抬高引流管,以减少胆汁流出量,但勿超出窦道口水平。

3. 术后半个月可以试着夹闭“T”管:开始时在餐前夹管2~3个小时,如无不适,可以逐渐延长夹管时间,改成白天夹管,夜间松开;3周后可以全天夹闭。如果夹管期间出现发热、腹痛等现象,应立即松开“T”管,保持有效引流,等体温恢复正常、腹痛缓解后,再试行夹管。具体夹管和拔管情况,还请咨询医生,或以“出院

医嘱”为准。

生活护理

1. 天气变化时,注意加减衣物,避免受凉感冒;平时尽量穿宽松、柔软的棉质衣服,防止引流管受压,并在“T”管上做好标记,以便观察其是否脱出。

2. 术后6周内避免重体力活动,防止牵拉“T”管而致其脱出,防扭曲打折、防脱,保持引流管通畅,定时予以挤压防止阻塞。可以选择一些体力消耗相对较小的活动,如散步、打太极拳,以及一些简单的家务等,同时避免腹腔内压力剧烈增加,如剧烈咳嗽或用力便秘等,以免切口疼痛或裂开。

3. 注意休息,劳逸结合,建立规律的生活方式,按时作息,保证良好的休息与充足的睡眠;保持心情愉快,避免动怒、生闷气和过度的情绪波动。

4. 下地活动时引流袋应低于切口以下,防止逆流,避免感染。如发现引流液异常或出现身体不适,请随时就诊或电话联系医生。

饮食护理

1. 遵医嘱按时服用出院带药,

同时定期每年服用两次驱虫药,常用的药物有肠虫清、驱蛔灵、阿苯达唑等。

2. 饮食应以易消化、低脂肪、高维生素、高膳食纤维,以及富含优质蛋白的食物为主,做到定时定量、少量多餐、细嚼慢咽,避免暴饮暴食;多吃新鲜的蔬菜水果,但食用前一定要清洗干净;多吃些能促进胆汁分泌和松弛胆道括约肌的食物,如山楂、乌梅、玉米须等;多喝水,保持每日进水量2000毫升以上水;戒烟,戒酒,忌食辛辣、油腻、咖啡、浓茶等刺激性食物,保持大便通畅,必要时可使用缓泻剂;烹饪方式上尽量以煮、蒸、炖为主,少用煎、炸、炒等方式。

3. 胆囊切除手术后,由于胆囊储存胆汁的功能丧失,影响了脂肪的消化,一段时间内,可能会有腹泻现象,这是正常的,不必惊慌,一般半年左右,身体会逐渐适应这种改变,腹泻症状也会慢慢消失。术后1个月内,尽可能少吃易产气的碳酸食物,如牛奶、可乐等;有腹泻的患者,应限制吃粗纤维食物,如韭菜、芹菜等。

浏阳市人民医院肝胆胰外科
易旭华

孩子发热时,该脱衣服还是穿衣服?

很多家长在面对孩子发热时常常会说:“要多穿些衣服,盖好被子,不要吹风,防止着凉”。然而,这个老观念应该适时改一改了。孩子发热时,究竟该穿衣服还是脱衣服,还得根据发热的不同阶段来决定。

发热一般都可分为三个阶段,即体温上升期、体温高峰期、体温下降期。在体温上升期时,患者常常会感觉冷,甚至寒颤,这是体温调节中枢对身体发出的指令,这个时候要“多穿多盖”,不要着凉。换句话说,当患者处于“怕冷”状态时,说明体温还会上升。

一旦体温到达了最高峰,患者一般就不会再觉得冷,这个时候就应该适当减掉一些衣服,还可以用酒精擦浴、温水擦浴,甚至冰枕、冰毯降温等物理降温方法,必要时服用一些退热药。如果这个时候还是一直“捂”着,就会导致身体高热不退,这也是小儿发生高热惊厥的常见原因。所以,孩子发热的时候,正确的方法应该是“冷了穿,热了脱”,这样才能及时降温。



警惕腺性膀胱炎进展为膀胱癌



所谓的腺性膀胱炎,就是指正常的移行上皮变成了腺上皮。因为腺性细胞会分泌黏液,因此引起反复发作的尿频、尿急、尿痛等不适,常伴下腹部疼痛、坠胀不适、镜下血尿或偶有肉眼血尿等,患者病程大多在1年以上,

此,遇到这种情况建议尽快手术治疗,把异常的组织刮除,阻止病变进一步发展。这种手术并不复杂,电子纤维镜经尿道进入膀胱后,找到膀胱内的病变部位,用超脉冲等离子电切设备轻轻刮除,一段时间后,刮掉的部位就

吴女士最近被尿频、尿急折腾得很苦恼,医生检查后建议她做个膀胱镜,结果发现“局部的膀胱黏膜红肿,膀胱三角区有大量的滤泡形成”,诊断为“腺性膀胱炎”。让吴女士更担心的是,医生告诉她,这种膀胱炎吃药没用,需要做手术,不然有可能癌变。

且抗感染治疗效果不佳。

如果病情进一步发展,一部分患者会变为腺癌,因此,

会长出新的膀胱组织。

腺性膀胱炎的发病原因现在并不清楚,目前多认为与膀胱的慢性炎性刺激、结石、梗阻、神经源性膀胱及膀胱外翻等疾病有关,服用消炎药有时会减轻病情,但并不能解决实质性问题。因此,如果出现尿频、尿急等不适,且抗感染治疗效果不佳时,应及时去正规医院明确诊断,避免盲目用药延误病情。

河南省中医院 李振东

健康卡通



压力性失眠喝点醋

人在压力过大时,体内会产生大量的乳酸,进而导致大脑神经受到刺激而产生紧张性疲劳,这种疲劳极易导致睡眠障碍。而醋酸能加速乳酸氧化,减少乳酸积蓄,从而消除或减轻紧张性疲劳感,使人轻松入眠。

图/文 陈望阳