



剖宫产后的四大注意事项

什么是剖宫产?

剖宫产是通过切开子宫取出胎儿的手术，是孕妇分娩的常用术式。随着现代科学技术的不断提高，剖宫产在拯救难产产妇及胎儿的生命健康时发挥着重要作用。剖宫产术是产科的重要手术，有着严格的手术指征。孕妇在待产期间，医生可以根据孕妇的实际情况，给出顺产或是剖宫产的建议。对于可能出现难产结局、妊娠并发症、妊娠合并症以及年龄较大的产妇，可以进行剖宫产。

剖宫产的优缺点

剖宫产的优点在于：①通常来说，剖宫产的时间短，相比于自然分娩来说，可以避免顺产时带来的疼痛。通常来说，只有在产妇无法顺产的情况下，才可以进行剖宫产，但是也有一些产妇害怕分娩疼痛，强烈要求剖宫产，导致我国的剖宫率居高不下。②随着现代手术技术的不断提升，剖宫产的安全性也不断提升，并且对产妇身体素质的要求较低，可以帮助产妇顺利分娩，减少胎儿宫内窘迫的发生。

剖宫产的缺点在于：①剖宫产作为手术的一种，虽然现代医疗技术较高，但是仍无法完全避免剖宫产手术并发症的发生，可能会导致



各种近远期并发症的发生，例如切口延迟愈合、切口感染、子宫瘢痕妊娠等。②剖宫产的切口较大，容易形成瘢痕，可能会影响女性腹部的美观性，这对一些爱美的妈妈来说，会造成一个严重的打击，可能增加产后抑郁症的发生风险。③剖宫产中使用麻醉药物，虽然在一定程度上减轻了分娩疼痛，但是在麻醉药物消退之后，伤口疼痛仍旧会导致产妇的不适，且剖宫产的切口大，愈合时间较长。④剖宫产新生儿由于没有经过产道挤压，因此呼吸循环建立速度慢，更容易发生呼吸系统疾病；⑤剖宫产对产妇身体健康造成的影响更大，因此产妇需要花费更多的时间才能够康复。

剖宫产后的四大注意事项

1. 做好身体调养 剖宫产后产

妇的出汗较多，尤其是在夜间和清晨更加明显，一般在产后1周左右就会逐步消失。这个时候产妇应该做好皮肤护理，保持皮肤清洁。有些产妇受到传统“坐月子”观念的影响，认为洗头洗澡会着凉，但其实只要做好保暖措施，就可以洗头洗澡。产后恶露持续时间大约为4~6周，早期为血性恶露，逐步转变为浆液性恶露，再转变为白色恶露，最后逐步消失。在排恶露期间，要勤清洗会阴，保证会阴清洁。同时需要注意恶露的颜色、性状和恶露的量，血性恶露虽然可能有血腥味，但是不会有臭味，如果恶露持续时间超过6周或者是有异味，及时到医院就医。母乳喂养不但可以为新生儿提供健康的食物，还可以刺激子宫收缩，降低产后出血的发生风险，因此产后需要尽早进行母婴接触、母乳喂养。

2. 加强饮食管理 术后6小时内不能进食，避免麻醉药物引起恶心呕吐造成的误吸入、窒息情况。术后6个小时之后，可以吃一些流食，例如米汤、鱼汤，但是不要喝甜牛奶，避免胀气。术后2天排气之后，我们可以选择一些半流质食物，例如小米粥。之后可以逐步恢复到普食，我们可以选择一些高蛋白、高维生素的食物，例如鱼

汤、鸡汤、蔬菜水果等食物。产后最好选择清蒸、水煮等烹饪方式，多喝汤，有助于身体消化，并且要多吃绿色蔬菜，例如白菜、菠菜等。多喝水，避免便秘情况的发生。

3. 适当运动 产后适当运动，有助于身体康复。但是剖宫产产妇在选择运动项目时，需要考虑到身体的恢复情况，从而避免各种并发症的发生。在产后3周内最好要确保充分休息，不要过度劳累。在术后第1天，产妇可以在床上活动四肢，医生可指导家属按摩腹部和肢体，要注意力度适中，以产妇感到舒适为宜。

4. 及时复查 对于剖宫产产妇来说，一定要严格遵循医嘱，及时到医院检查。正常产妇出院后3天、产后14天、产后28天由社区医疗保健人员进行产后访视。产后6周到医院进行常规检查，包括全身检查及妇科检查。前者主要测血压、脉搏，查血、尿常规，了解哺乳情况，若有内外科合并症或产科并发症等应作相应检查；后者主要观察盆腔内生殖器是否已恢复至非孕状态。了解产妇身体状况的恢复情况，并为产妇提供相应的健康指导。

南宁市第二人民医院五象医院
李秀梅

常见的医学影像诊断误区有哪些？

现有医学影像诊断已然成为诊治过程中不可或缺的一环。主治医师可通过医学影像诊断结果对于疾病进行深入的判断，但目前对于此项检查手段，患者认知多存在误区，具体如下：

常见的医学影像诊断误区

候诊患者频繁向检查室东张西望 有时就诊人数过多，往往排队的时长过长，患者极易出现焦虑、烦躁的情绪。因而多数患者不会考量到前面患者所患疾病的轻重缓急，只迫切的希望下一位就诊的患者就是自己。据相关就诊数据分析：高达65%以上的患者会急促的站在检查室门边，观望里面的情况以此来平复自己的焦灼。而医师好心提醒常会被误解成为驱赶，其实不然，我们目光所不能及测X光线，严重情况下可致使人体出现生物效应，尤其是散射线。当患者越位、踱步靠近检查室边缘时，空气中的灰尘也会呈现放射性的损害。因此，患者本人在就诊时需有秩序、远距离的进行排队，具有独立就诊能力的可减少家属的陪同。

候诊患者佩戴金属不予配合 现如今，人们的认知水平同医疗技

术呈现正比例增长。在就诊时，患者配合医师的主观能动性较强，甚至在还未进入诊室时，多数患者就会摘掉自己所佩戴的金属物品，如：耳环、项链、玉佩等。但是在告知放下非金属物品时，患者配合效果往往不尽人意。在以往的就诊经历中出现过这样一件事情：年轻人带着老人前去就诊，因老人感冒导致的体温高热、身体畏寒，坚决不肯脱下自己的秋衣，导致胸片所出现的图案出现了重重的伪影。更有甚者，很多急诊患者家属将担架一同抬进诊室内。

候诊患者患处拍摄范围需过大 此类误区是临床诊治中较为常见的事情，特别在骨折类的拍摄中。很多患者一味的认为拍摄面积越大越清晰，越能够同自己所缴纳的金额呈正比，殊不知临床诊治医师有着自己的判断和考量。因此，患者不可贪大求全。当拍摄的重点主要是骨骼的结构时，如颈椎问题或是脚踝问题，需精准的指出患处或是归纳出痛觉的发散范围。

三种常见的影像学检查要点

核磁检查 核磁检查禁止装有心脏起搏器、支架，搭桥的患者，

以及动脉瘤术后或装有胰岛素泵的患者使用。患者体内存在钢板钢钉，在检查之前应向检查医生说明，避免在检查过程中出意外。在检查前患者需要排除一切影响成像的金属物品，确保其安全的同时提高成片质量。女性患者若是检查颈部、胸部、腰部、腹部、盆腔、乳腺相关疾病，应该穿着宽松、便捷的衣物，若是胸衣带有金属应该去除。由于核磁检查期间声音较大，期间患者若是出现异常，应该敲击玻璃告知检查医师暂停工作。

CT检查 在检查前，告知患者去除头饰、项链等影响检查的金属物品，女性患者脱掉内衣。检查腹部方面疾病患者，应该禁食6~8小时，前2天禁止服用泻剂，吃豆类食品。对于盆腔检查者，需要患者保持膀胱充盈，便于清楚显示病灶部位。

X线检查 患者在拍摄X线时，除了需要拍摄部位外，其他地方均需要铅皮防护用具保护，尤其婴幼儿、孕妇、生育需求者的下腹部和乳腺部位患者，在检查后期间应该高度重视，避免出现异常。孕妇及准备受孕的妇女

能用其它检查手段者，应避免做X线检查。

拍摄后的片子应该保存于干燥处，禁止太阳光强烈照射，禁止触碰水；患者或者医护人员触碰片子时，手不能接触粘性物质，以此来延长片子保存寿命。通常而言，实施影像学诊断患者需要后期复查时，携带自身资料，比如各种抽血化验的结果、彩超检查结果等，便于深入解决更深层的问题。

各类影像学措施如何选择

核磁检查、CT检查、X线检查等数据影像学检查方式，每种检查方式均有自身优点以及缺点，通俗地说就是对某一类疾病具有较强的针对性。因此根据病情进行有针对性的检查，可以节约不少的费用。X线可以用于诊断外伤患者，如颈椎、胸椎、腰椎等损伤者。若是患者咳痰、咳嗽中带有血丝，肺部怀疑存在肿瘤者以及消化道疾病患者，可采取CT检查。对于泌尿系统疾病患者，可进行核磁检查，此外医生还需要了解其他功能，需做静脉肾盂造影。

贵港市中西医结合骨科医院
方培