



# 甲状腺手术前 要做好哪些准备工作?

甲状腺是人体最大的内分泌腺，位于颈部前方，呈蝴蝶状，主要功能是分泌甲状腺激素，对于维持身体的新陈代谢、能量平衡以及各个组织和器官的正常运转具有重要意义。当甲状腺出现病变时，外科手术是目前主要的治疗方法。为了更好地应对手术，获得好的手术效果，充分的术前准备很关键，主要包括生理准备和心理准备两个方面。



## 生理准备

**1. 全面检查** 术前对患者进行全面检查与评估非常重要，包括甲状腺功能检查、甲状腺超声检查、甲状腺核素扫描、甲状腺钙化检查、甲状腺抗体检查以及一些常规检查，如心电图(ECG)检查、血液检查。此外，医务人员还要详细询问患者病史，进行充分沟通，取得患者对手术的理解与配合。

**2. 用药准备** 术前一周内务必停止使用阿司匹林、利血平等药物，因为这些药物可能导致凝血功能异常和血压过低等情况，容易引起术后止血困难，严重者可威胁患者的生命安全。同时，甲亢患者手术前还要通过相关药物降低基础代谢率，这也是术前准备中至关重要的一步。

**3. 体位训练** 甲状腺手术时需要将患者颈部垫高，保持头部向后仰的姿势，这种姿势对于许多病人来说会感到不适。为了适应这种“头低肩高”位，颈部肌肉和韧带的锻炼必不可少。具体方法：手术前3天开始练习，平卧位，将枕头放于肩下，头部向后仰。刚开始练习的时间可以短一些，然后逐渐增加练习时间，直到能够坚持2小时而没有任何不适感为止。需要注意的是，餐后2小时内应避免练习，以防呕吐。

**4. 饮食护理** 术前几天内应

选择高蛋白、高热量和高维生素的食物，以增加营养并增强体质，避免饮用有兴奋作用的饮料，如浓茶和咖啡。对于患有心脏疾病或甲亢的患者来说，应避免大量饮水，以防止水肿和心力衰竭的发生。术前6~8小时内要禁食禁水，以免术中胃内食物反流误吸入肺部引起肺炎。

**5. 突眼护理** 突眼是甲亢患者常见的眼部并发症之一，需要特别注意眼部的护理。突眼可能导致视力下降或模糊，因此，患者要尽量避免长时间用眼和过度疲劳，多休息，减少揉搓眼睛或用力擦拭眼睛的次数，以免刺激眼部组织，加重炎症；其次，可在医生的指导下使用眼药水来保持眼睛湿润，并减少在强光、风沙及灰尘下的暴露时间，以免角膜过度暴露后干燥受损。

**6. 呼吸准备** 甲状腺手术对呼吸和咳嗽有一定影响，因此，学会有效深呼吸和咳嗽的方法对于术后康复非常重要。例如，术前可通过适度的活动（如散步或上下楼梯）促进肺部通气和血液循环；休息时可以用枕头或抱枕支撑颈部和背部，保持舒适的体位，有助于呼吸顺畅；咳嗽时需要先深吸一口气，然后用力咳嗽，尽量将呼吸道内的分泌物排出。

**7. 备皮** 备皮是指在手术前对患者的皮肤进行清洁和消毒的

过程，目的是为了确保手术切口干净，预防感染发生。备皮可以彻底清洁皮肤表面的细菌和污垢，对于发际线过低或胡须较多的患者，术前应处理这些毛发，以免影响皮肤清洁的彻底性，从而导致术后伤口感染的风险增加。

## 心理准备

为了确保手术顺利进行和患者的安全，手术前还需要做好充分的心理准备，具体如下。

首先，对于情绪激动、精神过度紧张或失眠的患者，可以适当应用镇静剂或安抚药物，以帮助他们放松和缓解紧张情绪，减少手术过程中的不适感和焦虑感。

其次，手术前要保证病房环境足够安静，尽量减少噪音和其他干扰，帮助患者保持平静和放松的心情。医护人员或前来探视的亲属应该注意自己的言行举止，避免过于喧闹或可能刺激患者的行为。

总之，甲状腺术前准备的重要性不可忽视，医生会综合考虑患者的身体和心理状况，采取相应的措施来保证手术的成功进行，如减少活动并适当休息等。只有通过充分的术前沟通、详细的评估和检查、特殊的饮食和药物管理，以及对手术过程的详细讲解和安排，才能有效预防术后并发症的发生，提高手术成功率，促进患者康复。

河池市宜州区中医医院 韦东玲

## 肝功能检查： 肝脏健康的“晴雨表”

肝脏是人体最大的内脏器官，承担着许多重要的功能，包括解毒、代谢、凝血、胆汁分泌等。然而，肝脏的健康状况往往不易被察觉，因此，肝功能成为了评估肝脏是否健康的重要手段，被誉为肝脏健康的“晴雨表”。

肝功能检查是通过各种生化试验方法，检测与肝脏功能代谢有关的各项指标，以反映肝脏功能基本状况。这些指标主要包括转氨酶活性、血清胆红素、白蛋白等，其中，转氨酶可以反映肝细胞受损情况、白蛋白可反映肝脏的合成功能、胆红素可以反映胆汁的代谢情况。通过肝功能检测，医生可以判断患者是否存在肝炎、肝硬化、脂肪肝等肝脏疾病；同时，可以帮助医生监测治疗效果，作为调整治疗方案的依据。

那么，该如何解读肝功能检验报告呢？肝功能检查结果可以根据化验单上提供的正常参考值范围进行分析。如果各项指标均在参考值范围内，说明肝功能是正常的；如果检测结果超过或低于参考值，说明肝功能异常。当检测结果明显异常时，需要进一步通过肝脏B超或肝炎病毒血清学检查等明确诊断。

总之，肝功能是评估肝脏是否健康的重要手段，为医生提供肝功能的重要信息。通过定期进行肝功能检查，可以及早发现潜在的肝病风险，保护肝脏健康。

淄博市博山区计划生育服务中心区  
妇幼保健院 房秀霞

## 关于慢阻肺 你了解多少?

慢阻肺又称慢性阻塞性肺疾病，是一种常见的慢性呼吸系统疾病，对人们的健康和生活质量造成严重影响。下面，我们就来聊一聊慢阻肺。

首先，慢阻肺是一种以气道受限为常见特征的慢性疾病，主要表现为慢性咳嗽、咳痰、气喘和呼吸困难。随着病情的加重，患者可能需要借助呼吸机才能维持正常的生活。引起慢阻肺的病因尚不清楚，主要是受环境因素和个体因素共同影响，包括吸烟、空气污染、肺部感染、遗传因素等。

其次，慢阻肺是一种可以预防和管理的疾病。研究表明，吸烟者患慢阻肺的几率明显高于非吸烟者，因而预防慢阻肺的关键在于戒烟、避免吸入二手烟，以及减少职业和环境中的有害物质。目前治疗慢阻肺的措施主要包括支气管扩张剂、抗炎药物、吸氧等，症状严重者可能需要长期接受药物治疗或家庭氧疗。

另外，慢阻肺患者的心理和社会因素也不能忽视。长期的呼吸困难可能引起患者的焦虑和抑郁情绪，而这些情绪反过来又可能加重病情。因此，我们需要关注患者的心理健康，提供必要的心理支持和社会援助。

要提醒大家的是，由于慢阻肺起病隐匿、初期症状不明显，导致许多人错过了最佳的治疗时机。因此，已经出现症状者应积极治疗，以改善生活质量；尚未出现症状的人群应定期到医院体检，以及时发现并预防慢阻肺的发生。

廊坊市安次区医院 缙长伟

## 肝胆肿瘤术后护理原则

肝胆肿瘤是一种常见的消化系统疾病，包括肝癌、胆囊癌等。手术是目前治疗肝胆肿瘤的主要方法，而术后护理是否正确对于患者的康复至关重要，如果护理不当，可能导致手术的效果大打折扣，甚至前功尽弃。以下是肝胆肿瘤术后护理的注意事项。

**1. 饮食护理** 患者术后饮食应以清淡、易消化的食物为主，多摄入高蛋白、高热量、高维生素的食物，如瘦肉、鱼类、蔬菜、水果等；避免食用辛辣、油

腻等刺激性食物，以免影响伤口愈合速度。术后初期先以流质、半流质食物为主，再逐渐过渡到正常饮食，少食多餐，避免暴饮暴食。

**2. 休息与活动** 术后患者应以卧床休息为主，保证充足的睡眠，以恢复体力，逐渐恢复活动量，避免剧烈运动。

**3. 伤口护理** 伤口应保持干燥，不可随意揭开纱布，或用手触摸伤口，以防感染；如果伤口有渗血、渗液等异常情况，应及时就医；伤口拆线后方可

洗澡。

**4. 复查与随访** 根据医生建议的时间表定期复查，了解病情变化；与医生保持良好的沟通，积极配合治疗，如出现异常症状或体征，及时就医。

总之，肝胆肿瘤术后护理非常重要，患者应充分了解相关知识，积极配合医生的治疗建议，以达到最佳的康复效果。同时，家人和社会也应给予患者关爱和支持，帮助他们更好地面对疾病。

中山市中医院 余洁岚