



# 胆囊结石的成因与防治

胆囊结石是一种常见的消化系统疾病，属于胆石症的一种，是指胆囊内出现结石，继而引起疼痛、感染、胆囊功能异常等并发症。本文将为大家详细介绍胆囊结石的成因、症状与防治方法。

## 胆囊结石的成因

1. 胆固醇代谢异常 胆固醇是人体内的一种重要物质，但摄入过多或排泄不足都会导致胆固醇代谢异常。如果胆汁中胆固醇含量过高，就会形成胆固醇结石。胆固醇结石的主要成分是胆固醇晶体和胆红素钙，通常为圆形或椭圆形。

2. 胆酸代谢异常 胆酸是胆汁中的一种重要成分，具有促进脂肪消化和抑制胆固醇合成的作用。如果胆酸合成障碍或排泄障碍，就会导致胆汁中胆酸含量下降，使胆固醇更容易沉淀形成结石。

3. 胆囊功能异常 胆囊是储存和浓缩胆汁的器官，具有调节胆汁排泄的作用。如果胆囊功能异常，如胆囊收缩功能下降或内皮细胞损伤，就会导致胆汁排泄障碍，使胆固醇更容易沉淀形成结石。

4. 其他 如遗传因素、环境因素、饮食与生活习惯等。儿童和青少年由于生长发育与激素水平影响、饮食结构与营养摄入、慢性疾病与药物影响，以及先天性或遗传性因素等，都可能导致胆囊结石形成。

## 胆囊结石有哪些症状？

胆囊结石的症状因个体差异而不同，但通常表现为上腹部疼痛、

恶心、呕吐、腹胀、腹泻等症状。

1. 上腹疼痛 上腹疼痛是胆囊结石最常见的症状之一，通常表现为钝痛或隐痛，有时还可放射到肩部、背部或胸部。

2. 恶心、呕吐 恶心、呕吐也是胆囊结石的常见症状，患者可能感到胃部不适或恶心，并伴有呕吐。

3. 腹胀、腹泻 胆囊结石患者可能会感到腹部胀满，并伴有腹泻，这些症状可能是胆囊结石引起的消化系统问题所致。

4. 全身症状 除了上述局部症状外，有些患者还可能出现发热、寒战、黄疸（Charcot 三联征）等全身症状。一旦出现这些全身症状，说明病情较重，应尽快就医。

## 胆囊结石如何诊断？

1. 体格检查与询问病史 首先，医生会为患者进行详细的体格检查，包括测量体温、脉搏、血压等基本生命体征；其次，医生还会详细询问患者的病史，通过病史询问，医生可以了解患者的发病时间、症状以及既往病史等信息，以辅助诊断。

2. 实验室检查 医生会抽取患者的血液样本进行实验室检查，主要包括血清胆红素、胆固醇等指

标。通过这些指标，医生可以了解患者的肝脏和胆囊功能。

3. 影像学检查 B超、CT、MRI 等影像学检查可以初步判断结石的位置、大小、形状，而内镜逆行胰胆管造影（ERCP）等特殊检查方法，可以更准确地判断结石的具体情况以及胆囊的结构和功能，有助于诊断和治疗方案的制定。

## 胆石症如何治疗？

针对不同类型的胆囊结石，应采取不同的治疗方法。

对于无症状、体积较小的胆囊结石，可采取保守治疗或者药物治疗。保守治疗包括调整饮食结构，定期到医院检查等，具体为每6个月进行一次B超检查；常用药物有熊去氧胆酸和鹅去氧胆酸等，该类药物对胆固醇结石有一定效果，但服药时间长，毒性反应大，且停药后结石易于复发，不宜常规应用。

对于体积较大或已经出现腹痛、恶心、呕吐等症状者，应尽早手术治疗。手术是目前根治胆囊结石最有效的方法，临床上的常用方法包括传统的胆囊切除术和腹腔镜



胆囊切除术。

## 如何预防胆石症？

1. 调整饮食结构 少食胆固醇含量高的脂肪类食物，多食富含蛋白质的食物、蔬菜及新鲜水果，妊娠期妇女尤其要引起重视。同时进行适当的体育锻炼，防止脂肪在体内过度积存。每年定期体检，主要是肝胆B超，以便早发现、早治疗。

2. 预防寄生虫感染 胆道蛔虫是胆囊结石最主要的病因，因此，平时一定要养成良好的卫生习惯，饭前便后洗手，不吃不洁的食物，把好“病从口入”这一关。有肠道蛔虫的患儿，家长要及时给孩子服驱虫药。

3. 合理安排饮食时间 一日三餐规律进食，家长要督促孩子按时进食，避免空腹时间过长；同时控制饮食量，避免暴饮暴食。

广西省河池市都安瑶族自治县中医医院 陆锋

# 让重症科护理技术与时俱进

重症医学科是医院的重要科室之一，主要负责收治危重病人，其护理技术的高低直接影响患者的生命健康和康复效果。随着医疗技术的不断进步，重症医学科的护理技术也在不断发展和完善。本文将探讨重症医学科的护理技术如何与时俱进，精益求精。

## 重症医学科概述

重症医学科是专门治疗和管理危重病人的科室，收治的病人往往病情复杂、变化快，需要多学科协作和高水平的医疗护理，其工作主要有以下特点。

1. 全天候服务 重症科的医生和护士需要随时待命，做到24小时全天候服务，确保患者得到及时有效的治疗和护理。

2. 工作压力大 重症科医护人员面对的都是病情危重的患者，随时可能有生命危险，需要高度的责任心和敬业精神，工作压力非常大。

3. 多学科协作 重症医学科需要与其他科室协作，确保患者得到全面的治疗和护理。

4. 高技能要求 医护人员需要具备扎实的医学知识和技能，以便应对各种复杂情况。

## 护理技术在重症医学科的应用

重症医学科的护理技术是至关重要的，主要有几个方面的应用。

1. 观察与记录 护士需要密切观察患者的生命体征、病情变化，并及时记录下来，为医生提供准确

的诊断和治疗依据。

2. 基础护理操作 包括给患者更换床单、清洁口腔、翻身等，以有效预防并发症的发生，提高患者的生活质量。

3. 高级护理技术 如血管护理、气道管理、机械通气等，这些技术需要高水平的医疗知识和技能，为患者的治疗和康复提供有力支持。

4. 心理护理 重症患者往往面临生死考验，心理压力巨大，医护人员需要时刻关注患者的情绪变化，提供心理支持和疏导，帮助患者树立信心。

5. 团队协作 护士要与医生、药师、技师等其他医疗团队密切协作和沟通，确保患者得到全面有效的治疗和护理。

关于重症医学科的护理实践，有许多成功的案例。通过这些案例，我们可以得到以下启示：先进的护理技术能够提高患者的治愈率和生存率；团队协作和沟通是实现高效治疗和护理的关键；患者的心理需求和家庭支持是提高生活质量的重要因素；持续改进是实现卓越护理实践的重要途径。

## 如何让重症科护理技术与时俱进？

随着医疗技术的不断进步，重症医学科的护理技术也在不断发展和完善，以下是几个趋势。

1. 远程护理 随着互联网技术的不断发展，远程护理已成为可能。通过远程监测和干预，可以及时发现并处理问题，提高患者的生活质量和康复效果。

2. 智能护理 利用人工智能、大数据等技术，实现患者数据的实时监测和分析，为医护人员提供更加准确的治疗和护理依据。

3. 个性化护理 根据患者的个体差异和需求，提供个性化的护理方案和服务，以满足患者的特殊需求。

4. 持续教育 医护人员通过不断学习和更新知识，提高技能水平，以适应不断变化的医疗环境和患者需求。

5. 团队建设 加强医护人员之间的沟通和协作能力培养，提高团队协作效率和工作质量。

## 如何让护理水平精益求精？

为了提供更高水平的治疗和护

理，重症医学科需要追求卓越的护理实践，以下是主要措施。

1. 以患者为中心 始终关注患者的需求和感受，提供全方位的服务和支持，使患者得到最好的治疗和护理体验。

2. 数据驱动决策 通过数据分析和决策，发现并解决存在的问题和不足，改善医疗服务的质量和效率，帮助医护人员更好地了解患者的病情和治疗进展，从而制定更加科学合理的治疗和护理方案。

3. 关注团队建设 团队成员需要具备良好的沟通技巧和协作能力，相互配合、互相支持，共同完成治疗和护理任务。

4. 构建学习型组织 鼓励团队学习，共享知识和经验。通过不断学习和分享，医护人员的知识和技能水平可以得到不断提升，为患者提供更好的治疗和护理服务。

5. 持续改进 追求卓越的护理实践需要不断进行自我反思和改进。医护人员要关注治疗效果和患者反馈，发现问题并及时改进，不断提高护理实践的水平。

玉林市北流市人民医院 李晓凤