

胆结石术后的护理小常识

胆结石是常见的胆道系统疾病，往往给患者带来不同程度的腹痛、恶心、呕吐等不适症状，严重时甚至影响生活质量。随着医疗技术的进步，手术治疗已成为解决胆结石问题的重要手段之一。然而，手术的成功并不意味着治疗的结束，术后的精心护理同样至关重要。它不仅能够促进患者身体的快速恢复，还能有效预防并发症的发生。本文将围绕胆结石术后的护理小常识进行科普，帮助患者及家属更好地了解并实践术后护理，加速康复进程。

术后初期注意事项

1. 休息与体位

如果是做腹腔镜微创胆囊切除，一般术后第1天即可下床；如果是做传统开腹，切口比较长，术后恢复可能会相对比较慢。恢复较快的可以在第1天尝试适当下床活动；如下床感觉疼痛明显，无法支撑，患者可考虑先在床上坐一坐或者动一动，等到术后第2天再下床活动。

2. 饮食调整

术后饮食管理尤为关键。初期（一般为术后24~48小时），患者需遵循医嘱，可能需禁食或仅摄入少量清流质食物，如米汤、果汁等，以减少对胃肠道的刺激。随后，逐渐过渡到低脂、高蛋白、高维生素的软食，如瘦肉粥、蒸蛋、新鲜蔬果等，以促进伤口愈合和身体恢复。注意避免油腻、辛辣、生冷及刺激性食物，以免加重胃肠负担或引起不适。

伤口护理与观察

1. 保持伤口清洁干燥

(1) 定期检查：患者应每天

至少检查一次手术切口，注意观察伤口的变化。使用清水或医生推荐的消毒液轻轻清洁伤口周围皮肤，注意避免直接冲洗伤口。

(2) 清洁干燥：确保伤口周围皮肤的清洁干燥，避免潮湿环境滋生细菌，增加感染风险。如果伤口处覆盖有纱布或绷带，应按照医生指导定期更换，以保持其清洁和干燥。

(3) 预防感染：如有渗出物（如血液、脓液）或红肿热痛等感染迹象，应立即就医处理。感染不仅会延迟伤口愈合，还可能引发更严重的并发症。

2. 正确使用镇痛药物

术后疼痛属于正常，医生会开具镇痛药物以缓解疼痛。患者应严格按照医嘱使用药物，不可自行增减剂量或停药。使用镇痛药物后，患者应注意观察疼痛的变化情况。如果疼痛持续不减或加剧，应及时告知医生，以便调整治疗方案。镇痛药物还可能会产生一些副作用，如恶心、呕吐、头晕等，患者使用药物时应注意观察自身反应。

3. 避免剧烈运动

术后初期，患者应避免剧烈运动和过度活动，以免伤口裂开或加重疼痛。

日常活动与锻炼

1. 适度活动

随着身体的逐渐恢复，患者应在医生指导下进行适度的活动，如散步、太极拳等，以促进血液循环，增强体质。但需注意避免剧烈运动，以防伤口裂开或引发其他并发症。

2. 呼吸与咳嗽练习

术后进行深呼吸和有效咳嗽练习，有助于预防肺部感染和肺不张等并发症。患者应在护士或家属协助下进行，确保动作正确到位。

胆结石术后的护理是一个综合性的过程，涉及饮食、休息、伤口管理、活动锻炼等多个方面。只有做到全面细致的护理，才能有效助力患者顺利康复，重返健康生活。

桃源县第三人民医院

外科 陈华君



麻醉小知识，你get到了吗？

麻醉医生在医学诊断和救治中是“幕后英雄”般的存在，他像是一位魔法师，轻轻一挥法杖，就能让患者从清醒的世界穿越到梦幻国度，醒来时，一切烦恼（或疼痛）都烟消云散。今天，咱们就来聊聊那些关于麻醉的小知识。

麻醉，不只是“睡一觉”那么简单

首先，得澄清一个误区——麻醉可不是简单地让你“睡一觉”。它其实是一门高度专业化的医学技术，通过药物或其他手段，暂时性地阻断身体的某些感觉或功能，确保手术或治疗过程顺利进行，同时保护你的身心健康。换句话说，麻醉是医生给你开的“无痛旅行票”，让你在旅途中免受颠簸之苦。

麻醉类型大揭秘：全麻、局麻、“半麻”

全麻（全身麻醉） 全麻能让你彻底放松，仿佛整个世界都安静了。医生会通过静脉注射或吸入的方式给予药物，让你暂时失去意识和感觉，连呼吸都由机器帮忙完成。醒来后，就像做了一场长长的梦，手术已完成，疼痛无踪影。

局麻（局部神经阻滞麻醉） 局麻只作用于身体的某个特定区域，让你在清醒的状态下，感受到手术区域的“麻木”。拔牙、清创、一些上下肢手术还有术后镇痛常用它，既安全又方便。

“半麻”（椎管内麻醉） “半麻”更像是给身体下半部分开的“无痛派对”。医生会在你的脊椎内注射麻醉药，让你的下半身变得“麻木不仁”，但头脑依然清醒。生宝宝时用的无痛分娩，就是它的功劳。

麻醉前后注意事项

术前准备 别以为麻醉就是“躺平就行”，手术前，医生会让你禁食禁水几小时，以防呕吐时误吸到肺里。别偷吃哦，不然可能得推迟手术，耽误整个诊疗进度。

术后恢复 醒来后，你可能会感觉有些迷糊，像是刚从一个奇幻的梦境中醒来。别急，慢慢来，听从医生和护士的指示，逐步恢复饮食和活动。记得，麻醉药劲儿过了，可能伤口会有点疼，但那是身体在告诉你，它正在康复的路上。

麻醉后的特别体验 有人说，全麻后醒来感觉自己像穿越了一样；还有人梦到自己变成了超人，飞檐走壁无所不能。别担心，这些都是麻醉药引起的短暂幻觉，均属正常现象。

结语 麻醉医生是手术室里的“隐形守护者”，用专业和爱心，为患者的顺利救治铺就了一条无痛之路。患者在躺在手术台上，安心享受那份宁静时，不妨在心底默默地说一声：“麻醉医生，你辛苦了！”好了，今天的麻醉小课堂就到这里，希望这些麻醉相关小知识，能让大家对这个诊疗环节有更深的了解，也让患者在面对手术或治疗时更加从容不迫，积极配合医护工作，成为自己的健康“守门人”。

湖南省衡阳市衡南县人民医院南院

麻醉科 郝金龙

浅谈甲状腺癌手术及常见并发症

甲状腺癌是一种常见的内分泌系统恶性肿瘤，其手术治疗是多数患者的主要治疗方式。甲状腺手术是怎样的？可能出现哪些并发症？本文将从手术难度和常见并发症两个方面进行详细解答。

甲状腺癌手术难度分析

甲状腺癌手术的难度因人而异，主要取决于以下几个因素：

1. 病情复杂程度 甲状腺癌的病情复杂程度直接影响手术难度。早期甲状腺癌由于肿瘤较小，局限于甲状腺腺体内，没有明显的周围器官侵犯和淋巴结转移，手术相对容易。然而，对于中晚期甲状腺癌，特别是那些已经发生广泛转移或侵犯周围结构的病例，手术难度显著增加。

2. 患者全身状况 患者的全身健康状况及是否存在其他疾病史也是手术难度的重要考量因素。如果患者身体条件较差，或存在严重的并发症，如心脏病、糖尿病等，都会增加手术的风险和难度。

3. 手术技术 手术医生的经验和技能水平同样是决定手术难度的重要因素。经验丰富的外科医生能够更准确地判断病情，制定合适的手术方案，并在手术过程中灵活应对各种突发情况，从而降低手术风险。

甲状腺癌手术常见并发症

1. 出血及血肿形成 由于甲

状腺的血供丰富，术后可能会出现出血或形成血肿。如果血肿较大，可能会压迫气管，造成呼吸困难甚至窒息。因此，术后需要密切观察伤口情况，及时处理渗血和血肿。

2. 感染 术后感染是另一个需要警惕的并发症。感染可能由术中无菌操作不严或术后护理不当引起，表现为切口红肿、疼痛、有脓性分泌物等。一旦发现感染，需要及时使用抗生素进行治疗，并加强伤口护理。

3. 喉部神经损伤 手术过程中可能会损伤喉返神经或喉上神经，导致声音嘶哑、呼吸困难或呛咳等症状。这种神经损伤可能是暂时的，也可能是永久性的，取决于损伤的程度和部位。

4. 甲状旁腺功能减退 甲状旁腺位于甲状腺附近，负责调节血钙水平。手术过程中如果损伤了甲状旁腺或其供血血管，可能导致甲状旁腺功能减退，表现为低钙血症，如肢体抽搐、口周发麻等。术后需要密切监测血钙水平，必要时补充钙剂和维生素D。

5. 甲状腺危象 这是一种严重的术后并发症，多由于术中操作粗暴导致大量甲状腺素进入血液循环引起。表现为高热、大汗、脉速等症状，需要紧急进行镇静、补液和吸氧治疗。

6. 乳糜漏 乳糜漏是由于手术中胸淋巴导管损伤导致淋巴液引流不畅所致。表现为颈部肿胀、疼痛等症状。需要放置颈部引流管进行负压吸引治疗。

7. 其他 甲状腺癌手术还可能引起其他并发症如气胸、食管损伤等。因此，术后患者需要密切观察身体变化，如有不适症状应及时向医生汇报并接受处理。

综上所述，甲状腺癌手术的难度和并发症因人而异，需要综合考虑多种因素。在选择手术治疗时，患者应充分了解自身病情和手术风险，并在专业医生的指导下制定合适的手术方案。术后则需要密切观察身体变化，及时处理各种并发症，以确保手术的安全性和有效性。

湖南省永州市新田县妇幼保健院

普通外科 丁力