

# 科普手术患者术前准备工作及注意事项

现如今,随着外科手术的发展,越来越多的外科疾病都通过手术来治疗,但外科手术治疗对于患者来说是一件既盼又恐的事情。尽管患者在入院前已做好一定的心理准备,但手术对其来说依旧是一个恐怖的名词,导致在手术实施前仍会产生强烈的心理恐惧感,这将影响手术的进程和术后的恢复。如今,随着护理服务的不断完善,手术室护士的工作内容不再仅仅停留在配合医生的手术,而是在手术进行的同时,更多关心、体贴和理解患者在术前的心理需求,让患者在术前能得到充分的人文关怀。术前的访视十分重要,可以让患者在生理、心理、社会、精神上处于放松或舒适的状态,减少或降低不适程度,消除患者对手术的恐惧与焦虑心理。从患者的实际情况出发,不仅能显著提高手术的成功率,而且能提高患者对护理工作的满意度,降低术后并发症的发生率。

## 1. 术前须知

手术前一天会有手术室护理人员携带手术通知单并了解患者的一般情况后进入病房。

### 1.1 查看病历

手术室护士首先会根据病历提供的基本资料认真核查手术病人,随后再自我介绍:“您好,我是手术室护士,您知道明天即将手术吗?请不要紧张害怕,明天为您手术的是我们医院最好的医生,这样的手术我们已经做过很多例了,术后恢复的都特别好。”向患者作此说明,是为取得患者信任,实施心理建设,告知其疾病并不可怕,可怕的是失去战胜疾病的勇气,交谈中不要不断鼓励患者,让患者以积极的心态面对手术,积极配合治疗。

### 1.2 再次核查病人信息及手术部位

床位医生会为患者手术部位进行标记,手术部位的核查是术前访视最为重要的一项,严防手术医疗事故的发生,安全核查尤为为重要。

### 1.3 手术科普图文

手术室护士在对患者进行访视的时候,会给患者带去手术室宣传册、手术室患者须知、自制的科普视频、查看麻醉体位图片等,让患者对手术室

环境、设备及其手术中的相关内容有一个详细了解。手术室护士会告知患者手术床比较窄,不要乱动,以免坠床,这在一定程度上也可以缓解他们的紧张情绪。手术患者保持平稳、积极的心态对手术的顺利实施是有极大帮助的,否则紧张、焦虑的情绪会使血压等一些指标升高,影响手术的进程,严重的甚至不能进行手术。另外,通过跟患者的交流沟通,也可以了解患者的实际情况,站在患者的角度想问题,理解患者的痛苦和一些实际困难。

## 2. 术前注意事项

### 2.1 术前饮食

手术室护士对患者讲解术前饮食方面是最为关键的一项。根据美国麻醉师协会(ASA)修订的禁食指导方案建议:禁食8小时,禁水2小时。就是告知患者,当天晚上八点以后到手术之前都不能吃东西也不能喝水,晚饭时候可以吃一些易消化的食物或流质饮食,但不宜过饱。对于小儿术前禁食禁饮时间,我国相关部门有规定:若为清水、葡萄糖水、无糖果汁要禁食2小时方可手术,母乳禁食时间为4小时,配方奶禁食时间为6小时,固体食物(肉类、油炸类)禁食时间为8小时。手术当日,若为第一台手术,早晨起床后不要喝水或吃任何东西;若为接台手术,可于手术前4小时饮少量白开水或糖水或给与静脉补液。要充分告知病人术前禁食水的重要性,是为了防止手术中或手术后发生呕吐,而引起窒息或出现吸入性肺炎,防止术后出现腹胀、呕吐等不适。其次,胃肠道的手术空腹可避免胃内食物污染手术视野,防止术后胃肠膨胀和吻合口裂开,为了健康着想,请遵医嘱进行禁食禁饮,当感到有些饥饿时,请告知医护人员,医护人员会适当给予补液,补充能量。患者要特别注意,长期服用的慢性药物(尤其是心血管药物、内分泌药物、神经系统药物等)要按时服用,无需停药,因为突然的停用,会引起不适,如血压过高或内分泌荷尔蒙不足等,造成整个手术麻醉前后生理状态不稳定,降压药、降糖药、抗抑郁药建议按照原来的服药间隔时间和用药剂量服用,送服的水不超过20毫升即可。

### 2.2 术前应换上清洁的病员服

患者手术前应换上清洁的病员服,把身上所有的物品,如假牙、首饰、腰带、金属物品、贵重物品、胸罩等去除,不能化妆、涂指甲油,女性在月经期不能手术。手术前一晚要进行沐浴、剃须。特别是手术切口周围皮肤的清洁尤为重要,因为皮肤表面常有大量细菌寄生,包括常驻菌和暂居菌,而暂居菌则是通过接触而附着于皮肤表面,其中如革兰氏阴性菌、金黄色葡萄球菌等具有致病性,采取有效的皮肤准备则能减少手术野皮肤致病菌,预防手术部位感染。手术室护士会询问患者病史,包括既往病史、手术史、有无药物过敏史等,患者要如实回答,以免影响手术。

### 2.3 术前会详细告知麻醉方式

手术前一天会有麻醉医生详细告知患者自身麻醉方式,如:全身麻醉(静脉麻醉、吸入麻醉、静吸复合麻醉)、非全身麻醉(局部麻醉、神经阻滞麻醉、硬脊膜外麻醉、脊椎麻醉)。如今全身麻醉为最常见麻醉方式,全身麻醉是术前使用镇静、镇痛、肌松类的药物,使病人安静入睡,类似于“睡觉”,然后麻醉医生会对病人进行气管插管,由呼吸机机械通气,确保呼吸道通畅。此项麻醉方式病人无紧张感,术中不知道疼痛,镇痛效果完善,对术后康复有很大的好处,同时,患者术中的平稳、安静也有助于手术者的精准操作。当手术结束后,麻醉医生会询问病人姓名以此唤醒,此时应及时回答,以便麻醉医生掌握病人清醒程度。而非全身麻醉,如脊椎麻醉是一种比较成熟、麻醉效果比较好的麻醉方式,主要方式是病人采取侧卧位,从背部进行椎管内穿刺,再注入一定量的麻药,以起到很好的镇痛、肌松效果,能够充分满足手术的要求,但并不是所有的病人都适用于此类麻醉。适应症如:下肢手术、阑尾炎手术、剖宫产、疝气手术,静脉曲张等,有明显禁忌症的除外。此类麻醉只是下半身没有感觉,不会感到疼痛,而且全程神志清醒,病人会了解整个手术过程,手术室护士和麻醉医生会全程陪在病人身边直至手术结束。

### 2.4 术前应戒烟

手术前病人应戒烟,对于开胸手术患者应戒烟半个月以上,因为吸烟可刺激呼吸道,引起支气管炎(长期吸烟患者,多数都有不同程度的慢性气管炎症状)使呼吸道分泌物增多,病人因胸部手术后咳嗽会加重伤口疼痛而不愿咳嗽、排痰,这样就会引起肺炎、肺不张等并发症,也会影响手术切口愈合,甚至会有伤口裂开的可能。

### 2.5 术前要保证充足的睡眠

手术患者晚间不要引用茶叶等刺激性饮品,睡前喝杯热牛奶、热水泡脚,进行各种方式的睡前冥想,以提高睡眠效率,若患者的睡眠状况偏差,应及时告知医生,床位医生会采取药物干预措施从而保障良好的睡眠。

### 2.6 术前会有专人接送至手术室

手术当天会有手术室专人专车接患者至手术室,家属在等候区等待,不可进入手术间。在进入手术间会有护士、麻醉医生和医生对患者进行核查,脱下的衣物会交于家属保管,对于隐私部位及时加盖中单,并提前调节手术间温度,始终保持在22~24摄氏度之间。在做任何操作前会告知患者,如摆放腿部体位时,会询问有没有感到压迫不舒服之类的,在手术间不用担心怕冷的问题,因为手术室会有很多项保温保暖的措施,如:输液输血加温仪、保温毯、保温帽、水暖毯等。手术全程护士、麻醉医生、医生都会仔细跟随患者的手术进展,手术后会由复苏室护士护送患者至病房。

## 3. 结论

国际手术室护士协会(ARON)规定充分告知手术患者术前准备工作和注意事项是手术室护士的职责之一。此项工作是一项最具有人性化的护理关怀,是手术室整体护理及优质服务的一项重要内容及体现,它能缓解患者术前精神压力,减轻或解除患者焦虑情绪,防止因紧张而造成的血压升高。所以做好手术患者的术前准备工作,能更好地建立良好的医患、护患关系,保证手术顺利进行,使手术室护理工作质量得以提升,提高医院的整体护理水平。

(太和县中医院手术室 徐萍)

# 打好甲状腺“保卫战”

甲状腺是分泌甲状腺激素的内分泌器官,位于脖颈前方正中部位,形状酷似展翅的蝴蝶,紧贴气管前方。它掌管着甲状腺激素的分泌,是身体代谢活动的调控员,被誉为“身体的发动机”。甲状腺是维护人体健康的关键,一旦发生异常,会危害到体内几乎所有的器官和组织。甲状腺疾病影响广泛,从胎儿、儿童到中青年以及老年,生命的各个阶段均有可能受到疾病的侵扰。因此,打好甲状腺保卫战,守护身体健康至关重要。

## 一、甲状腺疾病的症状

1、颈痛。颈痛是甲状腺疾病的常见的症状,通常是由各种甲状腺炎症引起的。如急性化脓性甲状腺炎急性甲状腺炎。长期下去,还有可能引起颈椎病、颈肌劳损、落枕等。如果甲状腺局部肿大还伴有轻微疼痛时,要警惕肿瘤的存在,到正规的专科医院进行检查,明确病因,对症治疗。

2、胸痛。出现胸痛的情况,要引起注意,这种症状常见于甲亢引起的心律不齐,或甲亢引起的冠心病,主要表现为左胸或胸骨后面的疼痛,或者是闷痛、绞痛、压迫样疼痛。

3、呼吸困难。如果患者有甲状腺结节,结节压迫气管,会出现呼吸困难、咳嗽等症状,严重时导致气管软化引起窒息。如果结节压迫到颈深部大静脉,可引起头颈部的血液回流困难。

4、月经紊乱。女性月经周期长、经血多及痛经多发也可能与甲亢有关。而甲亢也会导致月经紊乱,如经期短、经血少、两次月经之间时间延长。

5、其他症状。若是患上甲亢、甲状腺结节,还会出现脾气暴躁、失眠、多梦、复视、眼突、多汗等不适症状。

## 二、常见的甲状腺疾病有哪些

1、甲亢或甲减。20-50岁的女性容易患甲亢,第一次发病,症状并不是很明显。正处于怀孕期、年龄小于20岁的女性可优先选择药物治疗。若甲状腺肿大比较明显,同时伴有多发结节以及压迫症状,应及早手术治疗。甲减需采取替代治疗方案,在医生指导下补充甲状腺激素,不过需终生用药,若随意更改药剂量或停药,有可能会出甲状腺危象,甚至导致死亡。

2、甲状腺结节。大部分甲状腺结节都是良性的,不需做特殊处理,只要每半年随访一次即可。若短时间内结节突然变大,出现声音嘶哑、发音以及吞咽困难等压迫症状;用手摸着结节质地坚硬且固定,应立即做超声检查或穿刺活检,看看是不是恶性的,必要时需手术切除。

3、甲状腺癌。甲状腺癌是甲状腺疾病中最为凶险的一种,其发病原因跟长期受到辐射、遗传、雌性激素和碘摄入量息息相关。甲状腺癌的早期症状是声音发生改变、咯血、持续性呼吸吞咽或呼吸困难、颈部有肿块等,一旦有以上症状应立即就医。

## 三、甲状腺疾病如何预防

1、远离电离辐射。放射性接触是导致甲状腺疾病的原因之一,其中电离辐射会引起物质电离,破坏原子或分子结构的辐射,比如,X射线、α射线、β射线都属于电离辐射的范畴。甲状腺器官对电离辐射非常敏感,接触过多,会影响到甲状腺的健康。在生活当中应该尽量减少CT检查的次数,在拍牙片的时候,也要带好围脖保护甲状腺。

2、控制碘的摄入。甲状腺当中的碘与络氨酸结合,形成甲状腺激素,碘是甲状腺激素的原材料。想要保护好甲状腺,就要控制碘的摄入,摄入过多或者摄入过少都不好。碘盐是人们在日常生活中碘的主要摄入来源,碘盐一天的摄入量不要超过5克。在生活当中不要吃太多含碘的食物,比如说海带、海鲜等。

3、适当放松,不要过于劳累。眼下生活节奏越来越快,大部分人来回奔波于工作和家庭之间。身体过于劳累,不仅会让人进入亚健康状态,还会影响内分泌,引起内分泌紊乱。甲状腺属于内分泌器官,时间长了甲状腺功能就会受到影响,甚至会长出甲状腺结节,患上甲状腺疾病。在生活中要注意劳逸结合,不要让自己有太大的压力,感觉劳累时要注意放松,注意休息,不要硬撑。平时适当做一些运动,能够增强体质,提高免疫力,也可以预防疾病。

4、定期检查。甲状腺的定期检查很重要,包括甲功和甲状腺B超等,尤其是育龄女性或

者妊娠期间更要注意甲状腺的变化,定期检查能帮助我们及早发现问题,将伤害降到最低。

## 四、自测甲状腺疾病的方法

首先直立面对镜子,看一下脖子喉结的部位有没有突起。第二,在仰头的时候看看喉结下方,有没有明显的包块。第三,仰头喝水,在吞咽的同时,感受一下,看有没有特别明显的异物感。

## 五、甲状腺疾病一般护理方法

1、饮食护理。甲减患者避免吃卷心菜、白菜、甘蓝、油菜、木薯、核桃等,这类食物容易引起甲状腺肿大。另外,还要忌食辛辣刺激的食物,如辣椒、芥末等。甲亢患者忌食海带、海鱼、紫菜、等含碘量较高的食物,同时卷心菜、甘蓝等食物会引起甲状腺肿,会影响甲状腺的功能,因此也要少吃。甲状腺肿大患者要适量摄碘,多吃菇类、木耳、薏米、鸡蛋、米粥和牛奶等,这类食物能提高免疫力。甲状腺炎患者宜食各种淀粉食物:如米饭、面条、馒头、粉皮、马铃薯、南瓜等。但注意饮食均衡,避免血糖过高。

甲状腺是我们非常重要的一个器官,它能调节身体对其他荷尔蒙的敏感性,还能调控代谢、生长速率等,所以我们要好好保护我们的甲状腺。

2、预防感冒。秋天气温变化异常,是伤风感冒的高发季节。甲状腺患者本身免疫力有问题,一定要积极预防,避免因感冒牵引旧疾。房间保持良好通风,根据气候变化及时增加衣物,注意保暖。

3、正常睡眠,适当运动。早睡早起,养好睡眠。在临睡前,做十分钟的调息放松,端坐排除杂念,先尽可能地深深吸一口气,然后很缓慢地把气一点一点地呼出,这样使自己心情平静,机体得到放松休息。

适当运动可以促进血液循环,改善大脑营养,有助于保持精力和稳定情绪,同时也能提高免疫力,有利于病情恢复。但甲状腺疾病患者要根据自身情况,不能做激烈的运动,可以选择一些舒缓方式,如步行、简单瑜伽等。

4、定期复查。甲状腺疾病不会自己痊愈,在病情未治愈或正在发展的情况下,定期复查能更

好的监控病情发展方向,避免恶化。建议3-6个月复查一次,至少一年做一次甲功和B超筛查。

## 六、甲状腺患者术前、术后护理要点

1、手术前护理。多卧床休息,禁止吸烟、饮酒。避免情绪激动,如心烦躁不能平复,可告知主治医生,遵医嘱使用镇静安眠药物。术前三天要锻炼头颈后仰的手术体位,于床上平卧,在颈肩部下方放置一软枕,保持头部适当后仰,每日练习约2小时。避因术中长时间头颈后仰于术后产生不适。术前减少含碘高的食物摄入,如紫菜、海带、浓茶、咖啡等,术前24小时禁食禁水。

2、术后护理。术后血压平稳后采取半卧位,手术后有留置引流管,要注意保护引流管通畅,防止血凝块堵塞引流管,导致引流不畅,引起术后愈合不良。且术后要观察切口,病人有没有感到呼吸困难,如果切口局部鼓起来,证明切口下方有出血,这需要医生马上处理,这种出血可能会导致病人的窒息。

麻醉清醒以后可以少量的饮水,没有不适症状,即可以进食,此时可以用吸管吸入温凉水或流质饮食,这个时候饮食要避免过热,否则的话会加重伤口的渗血。注意饮食应逐渐地过度,由流质饮食逐渐过度到半流质饮食或软食。

甲状腺手术后,部分患者会出现声音嘶哑的情况,这是因为手术的时候喉返神经损伤。暂时性的损伤一般可于3-6个月内恢复,单侧损伤可于六个月内发音好转。

一些患者术后1-3天会出现手足抽搐的症状,此时应限制含磷量高的食物摄入并进行补钙,可加服维生素D<sub>3</sub>,促进钙的吸收。抽搐发作时可使用钙剂缓解痉挛,以上这些要在医生、护士的指导下进行。

甲状腺作为人体较大的内分泌器官,它能控制人体的生长发育、钙平衡、新陈代谢,保护心脏正常运转,平衡身体的微量元素,一旦甲状腺功能出现异常,可能会导致甲状腺素分泌失衡、机体脏腑失衡,病情预后严重,大家查出病情千万不可轻视,早到医院诊断治疗,才能早日恢复。

(临泉县人民医院普外科 魏利华)