

脑梗来袭别担心，中医护理帮你化解危机

■琼海市中医院 卢丽萍

脑梗，又可称为中风，是老年人常见疾病之一，多数人患有脑梗疾病后，可能会留下较多的后遗症，影响患者的正常生活，降低其生活质量。对此，如患有脑梗疾病时，为提高患者生活质量，减少后遗症的发生，疾病护理至关重要。脑梗来袭，大家不要担心，中医护理帮你化解危机。

一、脑梗中医病机是什么？

脑梗疾病在中医方面，属于“中风”范畴，主要是由于人体气血不足、情志不畅、过度劳累等所引起的气虚，运血无力、瘀血阻滞等现象，可引起大脑动脉血循环受阻，不仅如

此，如受到毒邪侵入时，也很可能会导致其患有脑梗疾病。

二、脑梗中医分类有哪些？

- 肝阳暴亢、风火上扰：该种类型疾病除会出现眩晕头痛、面红目赤等症状之外，还有可能会出现口燥咽干、心烦易怒、尿赤便干等症状。
- 风痰夹血、痹阻络脉：该种类型疾病主要的症状为头晕目眩、四肢麻木沉重等，还会出现面白痰多的症状。
- 痰热腑实、风痰上扰：该种类型脑梗疾病所出现的症状除头晕目眩、面赤身热、气粗口臭等之外，还有

可能会出现躁扰不宁、咯痰或痰多、腹胀便秘等症状。

- 气虚血滞、脉络瘀阻：该种类型疾病主要表现为面色无华、气短乏力等，不仅如此，还会有口流涎、自汗出、心悸便清、手足肿胀等症状出现。
- 肝肾阴虚、虚风内动：该种类型疾病主要有眩晕耳鸣、手足心热、腰膝酸软等症状且出现夜尿频多、多梦健忘、患侧僵硬拘挛或麻木无力等症状者也较多。

三、脑梗中医护理有哪些？

- 中药护理
中医认为，脑梗疾病的发生多与

气血运行不畅、湿邪、脑血管的通畅与否等存在较大关系，对此，可采用一定的中药护理，以改善人体的气血运行、调理身体、祛除湿气，并疏通大脑经络，缓解头痛等症状，以改善其病情。

- 针灸护理
针灸护理可有效疏通人体气血，调和经络、祛风豁痰，宣通窍络。
- 推拿按摩护理
推拿按摩主要以风池、天宗、曲池等穴位按摩为主，促进人体气血运行，改善其病情。
- 情志护理

脑梗患者多有情志不畅等情况，可通过一定的情志护理，转移注意力，言语疏导其心理，使其移情易性、静心养神，缓解其不良情绪。

- 语言功能康复护理
如患者有语言障碍，可与其多沟通，训练简单词语等，并循序渐进到短语和句子，通过日常对话等训练其语言，促进疾病恢复。
- 生活护理
日常可让患者自主完成穿衣、洗漱等，训练其自理能力，并适当加强肢体功能训练，促进疾病恢复。

麻醉会让人变傻？麻醉医生告诉你真相

■海南医科大学第二附属医院 林卫欣

多数人认为麻醉后会让人变傻，感觉自己的记忆力有所下降，是否真的是这样呢？事实并非如此，那么，今天，就让专业的麻醉医生来告诉大家真相。

一、麻醉方式有哪几种？

- 全身麻醉：是目前临床上手术采用最多的一种麻醉方法。该种麻醉主要应用在多数依从性较差的年幼患者或部分老年患者中，也可适用在大型手术治疗中，如食道癌手术、心外手术等。
- 椎管内麻醉：并非是一种麻醉方法的名称，从解剖学角度，椎管内含有与脊椎麻醉相关联的蛛网膜下隙与硬脊膜外麻醉相关联的硬脊膜外间隙，因此便将这两种麻醉方法归类于椎管内麻醉，包含腰麻和硬膜外麻醉，主要应用于下腹部手术的麻醉。
- 局部麻醉：常用的局麻方法有表面麻醉、局部浸润麻醉、区域阻滞

麻醉和神经阻滞；局麻适用于较表浅和局限的中小型手术，或作为其他麻醉方法的辅助手段。对于小儿、患有精神病或神志不清欠合作的病人，不能单独使用局部麻醉来完成手术，必须辅以基础麻醉或全身麻醉。

二、麻醉后是否会让人变傻？

至今为止，临床上使用的麻醉药物安全性较高，且大多数麻醉药物具有起效迅速、代谢快的特点，麻醉后人体肝肾功能正常的患者可在短时间内快速代谢，药物不会在体内蓄积，且药物产生的麻醉作用都是短暂可逆的，停止使用麻醉药物后，患者很快清醒，并不会对大脑产生长期的影响。人们认为的变“傻”，我们从专业上称为“术后认知功能障碍”，临床上多见于老年患者手术后出现中枢神经系统并发症，表现为精神错乱、焦虑、人格的改变以及记忆力受损。

三、麻醉后有哪些副作用？

- 恶心、呕吐。术后部分患者会

出现这些症状，与多种因素存在关系，如麻醉药物、个人体质及手术类型等因素。

- 头晕、乏力、嗜睡。术后恢复期间，经常会出现这些症状，可能与麻醉药物的残留有关，无须担心，这些症状都会自行消失。
- 寒战。麻醉后，由于部分麻醉药物使血管扩张，散热增加，对于手术时间长及体腔开放性手术，容易导致低体温的发生，当患者苏醒后，为了抵抗寒冷而引起肌肉收缩的现象，可通过一定的保暖措施缓解。
- 肌肉酸痛。术中，部分患者摆放体位时间较长，人体肌肉出现酸痛、不适的感觉，可通过按摩等方式缓解。
- 口干舌燥。术前患者一般都需要禁食禁水，且术中人体水分不足，术后出现口干舌燥的症状，可在专业医生的指导下，选择补液的方式来补充体内水分。

掌握这些“肠”识 助你守护肠道健康

■三亚中心医院(海南省第三人民医院) 叶学嫦

肠道也被誉为第二大脑，这是由于肠道非常丰富的神经细胞，能够实施自主判断，从而向身体发射一定的指令和信号，肠道的健康对于人体的健康就有十分重要的影响，那么你知道肠道的相关知识吗？

一、常见的肠道知识误区有哪些？

很多人认为便秘是生活中常见的疾病，不用管也不用进行针对性治疗，但其实慢性便秘可能会对我们的身体造成非常大的负面影响，如不能及时进行治疗，可能会导致非常严重的并发症，也有可能对患者的生命健康产生一定威胁。增加运动量促进肠道蠕动是有一定道理的，但我们在运动过程中也要注意运动强度和运动时间，过量运动也有可能会导致肠道内水分流失，从而导致便秘加重。还有一个常见的误区是有人认为泻

药是万灵药，长期便秘或经常便秘的人使用泻药能够解决燃眉之急，但长期使用泻药治疗便秘会对肠道菌群造成一定影响，菌群失衡也可能导致便秘发生，同时长期使用便秘药物也有可能导致腹痛、腹胀等并发症。

二、我们需要知道哪些肠道相关知识？

据相关调查研究结果表明，女性相对于男性便秘的比例更高，所以女性也更容易出现长斑、长痘、腰围变粗等情况。便秘的主要群体是 50 岁以上的中老年人群，中老年人群体力下降，身体机能退化，并且长时间的躺和坐也会导致排便困难，从而出现便秘，伴随着消化功能的下降、饮食结构的改变都会导致中老年人产生便秘的概率增大。如何正确排便呢？首先是排便时间最好不要超过 10

分钟，世界卫生组织建议正常的排便时间应控制在 3~10 分钟以内，老年人可适当延长一些，排便时蹲姿更容易利于排便，这是由于我们人体呈现蹲姿时肛直角较大，此时直肠就相对更直一些，排便也就更加轻松和顺畅。

久坐不动、熬夜和不良的饮食习惯是对肠道健康产生负面影响的主要因素，我们如何保持肠道健康呢？首先就是在饮食中要多摄入酸奶、大豆、香蕉、蜂蜜等富含益生菌和益生元的食物。其次是养成良好的作息和饮食习惯，定时排便、定时休息，保持充足的睡眠，最后在日常生活中也要养成锻炼的习惯，可以通过慢跑、散步、打太极等舒缓的运动方式促进肠道蠕动，保持肠道健康。

脑动脉瘤的介入手术治疗与传统开放手术治疗

■三亚市人民医院 周德仲

脑动脉瘤常发生于 40~60 岁人群，且女性发病率较高。关于脑动脉瘤，相信患者最关心的问题就是如何进行治疗以及选择何种治疗方法。当前，临床治疗脑动脉瘤常用的方法有两种，一种是介入手术治疗，一种是传统的开放手术治疗。为了帮助患者进一步了解脑动脉瘤的治疗，下面将向大家普及这两种治疗方法。

一、什么是脑动脉瘤介入手术治疗？

脑动脉瘤介入手术，是在 X 光引导下进行的血管内治疗手术。手术过程中，选择患者手腕桡动脉或大腿股动脉插管，将导管经体内血管送入脑血管，建立通道，再用弹簧圈和支架来处理动脉瘤。当前介入治疗处理主要包括动脉瘤栓塞和血流导向两种疗法，动脉瘤栓塞是用弹簧圈填塞瘤腔，使之形成血栓而闭塞、修复。血流导向疗法是通过血流导向装置重建

载瘤动脉，以减少流入动脉瘤腔的血流，减缓腔内血流，使其逐渐停滞而形成血栓，达到修复动脉瘤的效果。

二、什么是传统开放手术治疗？

传统开放手术，即开颅手术，通过开刀的方法，在显微镜下暴露脑动脉瘤，用动脉瘤夹夹闭瘤颈，阻断血流，以防止动脉瘤出血。传统的开颅手术创伤较大，而随着医疗技术的进步，当前的开颅手术逐渐趋向微创性。在未破裂动脉瘤的治疗中，往往只需要打开一个 3cm 的骨孔就可以处理好动脉瘤，该方法创伤小，恢复快，患者术后几天就可以出院。而且，有时候开颅手术风险比介入手术还小。

三、脑动脉瘤治疗中如何选择治疗方法？

符合以下情况，可选择介入治疗：(1)高龄、体弱、严重器质性病变以及不能承受开放手术者，可选择介

入治疗；(2)后循环、颈动脉海绵窦段动脉瘤，适合介入手术；(3)从技术上分析，既适合开放手术又适合介入手术的，首选介入手术；(4)宽颈、巨大，更适合介入手术；(5)大动脉瘤治疗，选择介入手术血流导向疗法，复发率更低，可作为首选治疗手段。

符合以下情况，可选择开放手术治疗：(1)路径较复杂的动脉瘤，血管变异或输送导管困难的动脉瘤，多选择开放手术；(2)大脑中动脉瘤，适合开放手术；(3)出血量大，伴有血肿，动脉瘤上存在明显支血管发出的，适合进行开放手术。

总的来说，在脑动脉瘤治疗中，介入手术与传统开放手术是互相补充的关系，并不存在哪种治疗手段更好，而是需要结合不同的病例来选择治疗的方案。并不是所有的动脉瘤都适合栓塞介入治疗，也并非所有动脉瘤都能够手术夹闭的方式解决。

冠脉 CTA 检查流程：从准备到解读

■海南省文昌市人民医院 云昊

冠脉(CTA)技术在心血管疾病的早期发现和治疗评估中较为重要，其能够以极高的清晰度提供心脏及其血管的三维图像，为专业人员判断冠状动脉是否存在狭窄或堵塞提供了依据。然而，要充分利用冠脉 CTA 诊断，检查前的准备工作、检查中的规范操作流程以及对检查后结果的深入解读与评估不可缺少，下面进行详细介绍。

一、冠脉 CTA 检查前的准备工作

在冠脉 CTA 检查前准备中，调整患者的药物使用较为重要，例如含有 β 阻滞剂的药物有助于控制心率，低心率有利于获得清晰稳定的图像，但这需要在医生指导下进行。同时要求患者在检查前 4 到 6 小时禁止进食任何固体食物，以避免可能的胃肠道反应对 CTA 结果产生干扰。并且检查前焦虑和紧张可能导致心率变化，影响检查结果的准确性。因此需要医生及护理人员进行沟通教育，为患者提供全方位的支持和安抚，使他们能够更好地配合检查过程。还需详细了解患者的病史，特别是对造影剂的过敏历史，以及肾功能状态，对于调整检查方案，采取个体化的预防措施。

二、冠脉 CTA 的检查过程

冠脉(CTA)检查过程中，患者会被平稳地移入 CT 扫描机中。在这个环节，实时心电图(ECG)监控被同步进行，确保整个扫描过程中心率的稳定，同时通过静脉注射含碘造影

剂来增强血管显影效果。这种同步技术使得在每次心脏收缩和舒张的恰当瞬间进行高精度的扫描成为可能。整个过程在技术和医学的严密配合下迅速而精准地完成，这种高度合作性的操作流程不仅展现了现代医疗影像技术的进步，更为心血管疾病的诊断提供了可靠的科学依据。

三、冠脉 CTA 结果的解读与后续步骤

冠脉 CTA 结果的解读中，需要对冠状动脉的路线、分支以及走行进行精确评估，关注任何可能提示病变的征象，无论是纤细的钙化，还是危险的斑块形成，抑或是血管狭窄和闭塞的迹象。在结果解读结束后，若检查结果显示轻微或没有显著的堵塞，可以建议患者采取药物治疗并进行生活方式的调整以控制风险因素。若发现严重狭窄或阻塞，介入手术或冠状动脉旁路移植术(CABG)将成为讨论的重点。这种个性化的治疗规划，基于冠脉 CTA 提供的详尽信息，旨在最大限度地降低患者的心血管风险，同时考虑到其个体差异和偏好，这些信息还能指导医生进行更细致的风险评估。

综上所述，冠脉 CTA 检查是一个涵盖准备、执行到结果解读等多个环节的综合过程。每一步骤都需严格遵循专业指导，确保获取高质量的检查结果，这不仅对准确诊断冠状动脉疾病至关重要，也能为患者制定最适合的治疗方案提供了强有力的依据。

防治婴幼儿消化不良，对填鸭式喂养说 No

■海南西部中心医院 杨仁智

“宝宝乖再吃点，吃多点才能长得快”这样的话语，相信很多宝妈宝爸都在说。对爸爸妈妈来说，这是一种关心，但对宝宝可能是“魔音贯耳”，吃得有多真的好吗？吃多了会怎样？今天我们就一起来了解一下吧。

一、婴幼儿消化不良是怎么回事？

说起婴幼儿消化不良，就要说一说填鸭式喂养了，它们有什么关系呢？我们来看看吧。我们都知道，婴幼儿年龄较小，消化器官并未完全发育，如果喂养不当，肚子保暖措施不到位，就容易引发消化不良。如果家长在不了解婴幼儿的情况下，追着喂饭，增加喂养次数，就会出现婴幼儿“吃撑”的情况。当然，除了喂养次数过多这一诱因，还有一些因素也会引起消化不良。

二、如何防治婴幼儿消化不良？

我们都知道，婴幼儿在家庭中占据着非常重要的地位，但是由于婴幼儿年龄较小，所以容易出现消化不良的情况。然而，很多家长在面对婴幼儿生病时，就会束手无策，那么，在日常生活中，我们要掌握哪些小知识，才能防治婴幼儿消化不良呢？我们一起来看一看吧。

其一，要寻找病因。我们常说：“打蛇打七寸”，对待婴幼儿消化不

良的情况，我们一定要及时找到病因。众所周知，引起婴幼儿消化不良的因素非常多，为了方便医生准确诊断，家长要在婴幼儿日常喂养和生活中，注意观察婴幼儿身体变化情况，判断婴幼儿是着凉生病还是喂养不当导致消化不良。

其二，给予婴幼儿精细化管理。如果婴幼儿是喂养不当等因素引起的消化不良，可适当调整婴幼儿喂养方式和次数，使婴幼儿症状得到缓解；如果婴幼儿是着凉生病引起的病症，家长要及时给婴幼儿增加衣物，并对居住环境进行清洁和消毒，同时，尽可能不要带婴幼儿去人员密集的场所，避免二次感染或加重病情。

其三，腹部按摩。针对症状较轻的婴幼儿，家长可对婴幼儿腹部进行轻轻的按摩，加快胃肠道蠕动速度，促进胃肠道消化。当然，按摩的方式一定要正确，不可用力，要保证婴幼儿的舒适度。

其四，药物治疗。如果婴幼儿的症状没有缓解，家长要及时带婴幼儿到医院检查和诊断，并在医生的指导下按时、按量给婴幼儿服药，不可自行减少或增加药量，避免药物过量引起其他不良反应，或药量不够起不到治疗效果。