



# 手术体位如何摆放

当患者进入手术室接受手术时，巡回护士会告知患者：在您麻醉之后，我们将为您调整手术体位，希望您能积极配合。那么，究竟什么是手术体位？手术体位有哪些种类？在手术过程中又是如何进行体位摆放的？接下来，我们将逐一进行解答。

## 一、什么是手术体位

手术体位是指患者在手术过程中所采取的身体姿势和位置，既要满足手术的需求，同时要保障患者的安全和舒适。手术体位是患者在手术过程中所采取的被动体位，由患者的卧姿、体位垫的使用以及手术床的操作组成。手术体位的选择和摆放是手术成功的重要前提，其目的是通过合理的体位安排，确保手术视野清晰、操作方便，并最大限度地减少患者的不适和并发症。需要综合考虑手术部位、患者的身体状况以及手术的具体需求，减少对患者生理功能的影响，并降

低术后并发症的风险。

## 二、手术的体位有哪些

- 1. 仰卧位**  
适用范围：适用于大多数腹部、胸部、头部和四肢的手术。  
摆放方法：患者平躺在手术台上，头部垫软枕，双上肢自然展开或放于身体两侧，双膝下放软枕，膝上部距大腿上方5厘米或下方5厘米，用宽约束带固定，足跟用软垫保护。
- 2. 侧卧位**  
适用范围：适用于肺、食管、侧胸壁、侧腰部、髋部手术。  
摆放方法：患者侧躺于手术台上，根据手术选择左侧或右侧卧位，双臂向前伸展于托手架上，双下肢自然屈曲，分开放置，在两腿间垫以软枕，以约束带固定髋部。
- 3. 俯卧位**  
适用范围：适用于头颈部、背部、脊柱后侧、四肢背侧等部位的手术。

摆放方法：患者身体平躺，面部朝下，背部肌肉放松，胸腹部最大范围受压。

### 4. 截石位

适用范围：适用于直肠会阴部、妇科阴道及尿道手术。

摆放方法：患者仰卧于手术台上，臀部抬高，双腿分开并固定于腿架上，头部和肩部可适当抬高，足底加软垫，防止足背过伸。

### 5. 其他

还有一些特殊手术的特殊体位，这里就不一一列举了。

## 三、做手术时如何摆放体位

患者麻醉完成后，由手术医生、麻醉医生和巡回护士共同协作完成体位摆放，确保动作轻柔、准确。手术体位摆放是手术室中专业性很强的一项操作。在进行手术体位的摆放的时候，患者是处于麻醉状态的，全麻患者完全不能配合医护人员，部分麻醉的患者在摆体位的时候，会不自主地出现肢体对抗的情况，所以医护人员

需要团队协作，安全地将患者安置成手术所需要的体位。

这时，麻醉医生负责患者的头部，手术医生和巡回护士负责患者的躯干和四肢，将患者搬动摆放成需要的手术体位。在摆放体位的时候，使用手术床配件将患者固定在手术床和体位架上，既要保护好患者的肢体，使其处于舒适的功能位，又要使患者的身体固定稳当，避免松动滑脱，发生危险，还要保持患者呼吸道通畅，确保患者的呼吸不受影响，同时还要便于术中的观察；手术床面应平整、干燥且柔软，还要注意对患者皮肤的防护，避免对患者的皮肤造成损伤；保护患者的神经和血管，避免压迫导致损伤。

手术体位不当可能导致肌肉骨骼疼痛、关节脱位、神经损伤、皮肤损伤等短期并发症。长期并发症包括压疮、血液循环障碍等。在体位摆放后，使用辅助衬垫保护患者的肢体，同时使用约束带固定，

术中保持患者的皮肤干燥和保暖。巡回护士要时刻观察患者的体位，在手术过程中，根据需要及时调整体位，以减少并发症的发生风险，确保手术顺利进行。对于特殊体位（如俯卧位），需特别注意保护患者的脊柱和重要器官。手术结束后，麻醉医生、手术医生和巡回护士还要共同协助患者平稳恢复体位，避免因体位变化引起不适。手术室工作人员还要定期接受手术体位摆放的培训与考核，提高专业技能。

手术体位的选择和摆放是手术成功的重要保障。正确的体位不仅能提供良好的手术视野和操作空间，还能最大限度地减少患者的不适感和并发症风险。医护人员应根据手术的部位和患者的具体情况，合理选择和调整体位，并采取相应的预防措施，确保手术过程的安全和顺利。

（柳州市人民医院手术室 李简懿）

# 如何避免乳头疼痛和乳汁堵塞

母乳喂养是新生儿成长过程中最自然、最健康的喂养方式。然而，许多新手妈妈在母乳喂养过程中会遇到乳头疼痛和乳汁堵塞的问题，这些问题不仅会影响母乳喂养的体验，还可能影响母婴健康。本文将详细介绍如何避免乳头疼痛和乳汁堵塞，帮助新手妈妈更好地进行母乳喂养。

## 乳头疼痛的预防和护理

### 1. 正确的哺乳姿势

正确的哺乳姿势是避免乳头疼痛的关键。哺乳时，让宝宝的头部和身体呈一条直线，这样可以确保宝宝能够有效地吮吸乳汁，减少对乳头的不当压力。宝宝吮吸时，应让其张大嘴巴，含住大部分乳晕，这样可以减少乳头受到的摩擦和损伤。确保宝宝的下巴紧贴乳房，有助于宝宝吮吸时更有效

地吸出乳汁。

### 2. 正确的断奶方法

在结束哺乳时，不要强行将乳头从宝宝口中拔出，这样会导致乳头受伤。正确的做法是用手指轻轻按压宝宝的下颌，让宝宝松开口后再取出乳头。也可以用手指轻轻触摸宝宝的嘴唇，引导宝宝自然松开口。

### 3. 保持乳头干燥

保持乳头干燥可以减少细菌感染的风险，从而避免乳头疼痛。每次哺乳后，用干净的毛巾轻轻擦干乳头，避免乳头长时间潮湿，这有助于减少细菌滋生。每次哺乳前后用温水清洁乳房即可，避免使用肥皂等刺激性强的清洁剂，以免破坏乳头表面的自然保护层。

### 4. 使用乳头护理产品

使用专门的乳头护理产品可以滋润乳头，减少疼痛和裂

口。纯羊脂膏是一种天然的乳头护理产品，可以滋润乳头，减少疼痛和裂口，每次哺乳后涂抹一层薄薄的纯羊脂膏，有助于保护乳头。市面上还有许多专门为乳头护理设计的产品，可以选择温和和无刺激的产品，在哺乳前后使用。

### 5. 避免长期使用乳头保护器

虽然乳头保护器可以在一定程度上减轻乳头疼痛，但长期使用可能导致宝宝吮吸不畅，影响乳汁分泌。除非医生建议，否则不建议长期使用乳头保护器。

## 乳汁堵塞的预防和护理

### 1. 按需喂养

按需喂养是预防乳汁堵塞的有效方法。新生儿通常每2小时至3小时需要喂一次奶，包括夜间，按需喂养可以确保乳房内的乳汁得到及时排空，减少乳汁堵塞的风险。观察宝宝的需求，宝宝会通过哭闹、吮吸手指等方式表达饥饿感，及时响应宝宝的需求，可以有效避免乳汁堵塞。

### 2. 确保乳房排空

每次哺乳后，确保乳房内的乳汁排空，可以促进乳汁分

泌，预防乳汁堵塞。如果宝宝没有吸空一侧乳房，可以用手或电动吸奶器将剩余的乳汁排完。每次哺乳时尝试不同的哺乳姿势，这有助于宝宝从不同的角度吮吸，确保乳房各个部位的乳汁都能得到有效排空。

### 3. 热敷和按摩

热敷和按摩可以帮助乳汁流动，预防和缓解乳汁堵塞。在哺乳前用热敷袋热敷几分钟，可以促进乳汁流动，减少乳汁堵塞的风险。在哺乳或吸奶前，轻轻按摩乳房，特别是有硬块的区域，有助于乳汁流动。

### 4. 保持良好的生活习惯

避免穿戴过紧的胸罩，因为过紧的胸罩会压迫乳房，影响乳汁流动，建议选择宽松舒适的哺乳胸罩。保持充足的水分摄入，每天至少喝8杯水，有助于维持正常的乳汁分泌。合理安排休息，产妇需要充分休息，避免过度劳累，建议每天保证8小时至10小时的睡眠时间，这有助于身体恢复和乳汁分泌。

## 常见问题及解决方法

### 1. 乳头疼痛

乳头皲裂是乳头疼痛的常见原因之一，可以使用纯羊脂

膏或乳头护理霜保持乳头湿润，促进愈合。如果乳头皲裂严重，建议咨询医生或母乳喂养顾问。乳头感染可能导致乳头红肿、疼痛，保持乳头清洁干燥，避免使用刺激性强的清洁剂。如果感染严重，应及时就医，按医嘱使用抗生素治疗。

### 2. 乳汁淤积

乳汁淤积是乳汁堵塞的早期表现，乳房会出现硬块和轻微疼痛。及时哺乳或吸奶，热敷和按摩可以帮助乳汁流动，缓解症状。乳腺炎是乳汁堵塞的严重后果，表现为乳房红肿、疼痛、发热等症状。如果怀疑患了乳腺炎，应立即就医，按医嘱使用抗生素治疗，并继续哺乳或吸奶，避免乳汁淤积。

母乳喂养对宝宝的健康成长具有重要意义，通过正确的哺乳姿势、保持乳头干燥、使用乳头护理产品、按需喂养、确保乳房排空、热敷和按摩、保持良好的生活习惯等，可以有效避免乳头疼痛和乳汁堵塞，确保母乳喂养的顺利进行。如果问题持续存在或加重，建议及时咨询专业医生，获取专业指导和帮助。

（广州市妇女儿童医疗中心柳州医院产科 兰洁慧）

推动健康知识普及 提高全民健康素养

# 健康科普

指导单位：柳州市卫生健康委员会 主办单位：柳州日报社  
稿件投递：2971813915@qq.com 电话：13977219936