



# 术前访视，缓解患者紧张情绪

对于需要做手术的患者来说，无论是手术室环境、手术方式还是手术前的准备工作都是未知的，因此会对手术产生恐惧，从而影响手术的顺利进行和术后康复。这个时候，手术室护士会与手术患者进行面对面交流，建立友好、信赖的关系，这可以缓解患者的恐惧心理，增强患者对手术的信心。

## 什么是术前访视

术前访视是指手术前一日，由手术室护士通过观察、交谈、查阅医疗护理文书等信息，收集患者生理、心理、社会文化等方面的资料，为患者提供合适的、有针对性的、个性化的护理服务。

术前访视时间一般在手术前一日的下午至晚8时前，在不影响患者晚上休息的情况下进行，时长约10分钟至20分钟。

## 术前访视的目的

1. 通过术前访视，手术室护士可以掌握手术患者的基本

情况，制订相应的护理计划。

2. 介绍手术及麻醉的注意事项，使手术患者对手术有初步认识；解答患者的疑虑，缓解患者术前紧张、焦虑和恐惧情绪，增强患者对手术的信心，为手术顺利进行打下良好的基础。

## 术前访视的主要内容

1. 手术室护士接到手术通知单后，通过查阅病历，了解患者的一般资料和临床资料等基本情况，并在手术前一日的下午去病房访视患者。

2. 手术室护士询问患者有无活动假牙及隐形眼镜、女性患者是否处在月经期、重要脏器功能状态是否健康、身体有无感染及身高、体重、生活习惯、社会背景、接受手术的态度和程度等，向患者讲解从进入手术室到离开手术室的大致过程，与患者面对面交谈，解除患者的焦虑和不安。

3. 回到手术室后，巡回护士根据所获得的患者访视资

料，与本次负责手术的护士共同讨论，制订相应的护理措施，以配合手术顺利进行。

## 术前饮食注意事项

手术前一日，患者应好好休息，注意保暖，术前禁食禁水时间一般为6小时至8小时。目前提倡禁饮时间延后至术前2小时，之前可口服清饮料，包括清水、功能饮料，不包括含酒精类饮品；牛奶等乳制品的胃排空时间与固体食物相当，需要按照固体食物的禁食时间执行；易消化的淀粉类固体食物，如面包、面条、馒头、米饭等，手术前至少6小时不能进食；不易消化的固体，如油炸、肉类食物则需要更长的禁食时间，在手术前至少8小时不能进食。

## 术前准备工作

1. 手术前一日，将所有的首饰、活动假牙取下，交家属妥善保管，如有无法摘除的首饰须告知手术室护士。

2. 患者穿病员服，不穿内

衣内裤，女士不戴胸罩，反穿上衣。女士如果是长头发，应扎在侧面，这样平躺时才会舒服。注意不要戴眼镜（包括隐形眼镜），有高度近视的应告知手术室护士。

3. 修剪指甲，女士不要化妆及涂抹指甲油。进入手术室后，麻醉医生需要监测患者的血氧饱和度，如果涂上厚厚的指甲油，血氧饱和度测不出来，会影响病情观察。

4. 患者体内有金属植入物，如金属假牙、支架、心脏起搏器等不能取出的物品，须及时告知手术室护士。

## 手术当天注意事项

1. 排空小便。手术室护士会详细核查患者信息，包括询问姓名及查看腕带、手术标识等。家属应在手术室外的等候区等待，不要离开。

2. 进入手术间后，手术室护士会为患者解开后背的上衣扣子，预防手术过长造成压迫。患者需躺在手术床上，注

意不要随意翻身，以免坠床。

3. 手术医生、麻醉医生、手术室护士会在麻醉开始前、手术开始前、手术结束后，离开手术间进行三方核查，确认患者的姓名、住院号、手术方式等信息。

4. 在手术开始前，麻醉医生会选取合适的麻醉方式，巡回护士将患者摆至合适的体位。摆放体位时，会使用各种体位垫来保护患者身体的受压部位以防止压疮，摆放体位的过程中若有任何不适，可以提出。摆放体位时，可能会用约束带进行保护性约束，不必紧张。

5. 手术过程中，医护人员会随时关注患者的生命体征、出血量、静脉通道以及皮肤状况等。

6. 手术结束离开手术间后，患者被送至麻醉复苏室，这里有专职的医护人员为患者密切观察病情，直到麻醉恢复后才送回病房。

（广西科技大学第一附属医院 陈兰凤）

# 乳腺增生的症状及治疗方法

随着生活节奏的加快，工作、家庭、环境等带来的压力越来越大，患乳腺增生的女性也越来越多。是什么原因导致出现乳腺增生？一般而言，乳腺增生有很多高危因素。中医认为“乳房属胃，乳头属肝”，相对来说，乳房炎症性疾病与“饮食不当，胃热壅盛”相关，而乳腺增生主要和肝气、情绪的关系更为密切。尤其是现代女性工作压力大、情绪长期不稳定，抑郁、暴躁易怒等，都会对乳腺产生一定的影响。饮食上，如果长期有外源性雌激素摄入，也会刺激乳腺的异常增殖。

## 乳腺增生的症状和危害

乳腺增生是乳腺组织的良

性增生性疾病。在临床上，乳腺增生只是一个症状的描述，而不是一个严格意义上的病名。其主要症状为乳房疼痛、结块。

乳腺增生时发生的乳房疼痛往往和月经周期有关——月经来潮前，胀痛明显，月经后乳房疼痛得以缓解。如果是严重的乳腺增生，女性在月经后几天就会出现乳房疼痛，到下次月经过后才能缓解；如果情况不严重，女性在月经前2天至3天会出现轻微乳房胀痛，这可以将它理解为正常的生理反应。

乳腺增生的结块，一般来说以双乳的外上象限多见，往往大小不一、形态多样，触诊或者做超声检查可以看到乳腺结块有不同表现。结块往往边

界欠清晰，质地也不是很硬。

乳腺增生的乳房结块和疼痛，除了与月经周期有关，往往也和情绪相关。70%左右的育龄期女性都会有乳腺增生问题，只是症状轻重不一样，严重者的结块很厉害，疼痛一直持续，影响生活质量。中医有个病名叫乳痛症，就是以乳房疼痛为主要表现，甚至严重到“不可近衣”，就是衣服也碰不得的程度，所以乳腺增生对不少女性来说是一个很大的困扰。

乳腺增生癌变的概率并不高，从文献报道上看，乳腺增生会增加癌变的危险性，与没有乳腺增生的女性相比，乳腺增生的女性患乳腺癌的风险增加，但并不是说患乳腺增生就一定会发展成癌。可见，乳腺增生对于女性的危害是有的，但并没有那么可怕。

## 乳腺增生如何检查及治疗

建议患者第一次就诊、检查时，最好选择月经结束后3天至5天，或者月经来潮前7天至10天，此时做检查可以看到最真实的状况。如果在月经期间

就诊，正好是乳腺生理性增殖到达高峰的时候，检查结果可能无法如实反映真实的情况。

一般来说，乳腺增生是没有手术指征的。疼痛比较严重的患者，建议服用一些药物来治疗或在正规医院行乳腺理疗来缓解疼痛。定期复查后，结块没有缩小反而增大或是质地变硬了，说明有可疑的情况，要及时行手术。除了药物、手术治疗以外，更重要的是生活方式的改变、饮食方式的调整。接受药物治疗时，也要注意保持心情愉快，注意饮食，不吃雌激素含量高的食物。

## 乳腺增生得到缓解后还会复发吗

这就和我们感冒一样，治好以后就不会再感冒了吗？所以，乳腺增生也是同样的道理。乳腺增生的疼痛、结节情况得到缓解，说明得到了有效的治疗，但是如果导致增生的原因没有改变，不良的生活方式没有调整，经过一段时间发展，乳腺增生就会再次出现。

乳腺增生患者日常生活中

要注意这些情况：作息要规律，不要熬夜；注意饮食，尽量少吃雌激素含量高的食物，如鸡、黄鳝、甲鱼等；控制肉类食品、奶制品及辛辣、油腻、甜食等胃热壅盛食物的摄入。从中医的角度来看，这些食物都对肝气的疏泄有一定的影响，也是导致乳腺增生的原因。所以，要对生活习惯进行调整、改善，以免再患乳腺增生。青少年也需要注意，不要摄入太多快餐食品（如炸鸡等），以免过度摄入蛋白质；要注意保持健康的体重，避免过度肥胖，因为过度肥胖后，脂肪会醇化转变为雌激素，导致乳腺增生等疾病；同时慎用紧急避孕药，临床上，我们看到有些患者经常服用紧急避孕药，导致内分泌紊乱；要减少反复人工流产，这也会影响内分泌和激素水平；对于进行试管婴儿治疗的女性，由于治疗需要长期服用激素类药物，也会对内分泌造成影响，需引起注意。

（广西科技大学第二附属医院乳腺外科 黄东恒）

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