

肺结节手术后该如何护理

体检报告上的“肺结节”三个字,吓坏了不少人。对于肺结节手术,可不是随便做的。只有医生综合判断,觉得这个结节“良民”的可能性很小,“坏人”的可能性很大时,才会动刀。特别是对于年纪大、肺功能差的人,医生会更保守。那么,肺结节手术“恐怖”吗?术后该如何护理?潍坊市第二人民医院(潍坊市呼吸病医院)胸外科带头人张世兴为大家答疑解惑。

□本报记者 王路欣

手术不再是“开胸破肚”而是“钥匙孔”里的“艺术”

很多人害怕手术,是因为脑海里还停留在“锯开肋骨”的传统场景。现在的肺结节手术,早已进入“微创时代”。目前主流的手术方式是胸腔镜手术,其实,只需在胸壁上开1个-2个2厘米-3厘米的小口子,类似钥匙孔大小。通过高清摄像头,将胸腔内的情况放大投射到大屏幕上,操作比肉眼直视更精准。

以前为了切一个结节,可能要切掉一个肺叶。现在,对于很多早期结节,可以做“亚肺叶切除”(包括楔形切除和肺段切除)。这就好比一棵大树上有一个坏果子,只“剪掉那个坏果子所在的枝丫”,而不是“砍倒整棵树”。这样,能最大程度地保留患者的肺功能,术后生活质量更高。

术后护理要点

早下床,敢咳嗽,吃饭别太“补”

手术做完,回到病房,家属该怎么照顾?

相信有很多家属心疼病人,不让动。其实,术后越早下床活动,恢复越快。俗话说“动则生阳”,术后第一天,只要生命体征平稳,作为医生,会鼓励患者坐起来,甚至在家人的搀扶下走两步。这不仅能促进胃肠蠕动、预防下肢静脉血栓,还能大大加快身体的整体恢复。

术后,咳嗽是最难受的,但也是最重要的。痰憋在肺里,容易得肺炎。患者应在疼痛可耐受的范围内,做深呼吸后的“爆发式”咳嗽,家属也可以帮忙轻拍背部辅助排痰,也可以轻轻按住伤口,帮助患者咳嗽。哪怕每次咳出一点点,也比憋着强。

患者术后早期可以在床上做腹式呼吸,或者对着气球吹气,这能有效促进肺泡张开,恢复肺功能。

此外,刚做完手术,肠胃功能弱。别急着炖人参、炖老母鸡,先吃点清淡的、好消化的,比如蛋羹、鱼汤、稀粥。等排气排便正常了,再慢慢增加营养。

出院≠痊愈

定期复查是“护身符”

很多患者以为,做完手术、病理结果是良性,就彻底“解放”了;或者病理是恶性,做完手术就认为高枕无忧了。其实不然。

为什么要复查?因为肺上长过一次结节,就有可能再长。而且,手术切掉的只是这一个病灶,并没有改变肺部的微环境。

一般来说,术后第一年,每3个月-6个月做一次CT;术后第二年,每半年到一年做一次CT;两年后,如果一切平稳,每年做一次CT就可以了。

名医档案



张世兴:潍坊市第二人民医院(潍坊市呼吸病医院)胸外一科带头人,副主任医师,医学硕士,中共党员。中国医促会胸外科学分会青年委员,山东省医师协会胸外科学分会委员,山东省抗癌协会胸部肿瘤分会委员会委员,山东防癌协会结核外科专业委员会委员,潍坊市医师协会胸外科学分会常委,潍坊市医学会胸外科学分会委员。

擅长:肺结节、肺部肿瘤、食管疾病及纵膈肿瘤、支气管扩张、肺大泡、气胸、胸部外伤、结核性脓胸、胸壁结核的诊断及手术治疗;尤其擅长胸部微创手术治疗。

坐诊时间:潍坊市第二人民医院(潍坊市呼吸病医院)胸外一科(周一全天)



健康是民生之本,也是幸福之基。为普及科学健康知识,传递权威医学理念,本报健康版推出《名医话健康》栏目,诚邀市内各大医院学科带头人、资深主任医师、临床经验丰富的名医专家等,聚焦常见病防治、慢性病管理、养生保健、急救常识、就医指南等读者关心的健康热点,用通俗易懂的语言,讲解专业医学知识、破除健康误区、解答大众疑惑。

从日常养生到疾病预防,从科学用药到康复指导,我们力求让权威医疗知识走近百姓、服务生活,为健康保驾护航。如果您深耕临床一线,乐于科普传播,欢迎扫码进群,以专业知识守护健康,用医者仁心温暖市民。



近视矫正手术不是想做就能做

高考结束后,全国多地医院眼科迎来了一年一度的近视矫正手术高峰期。黑龙江省医院眼科的数据显示,今年6月以来该院门诊咨询及预约近视矫正手术的患者中,刚结束高考的高中毕业生占比超八成。

“每年此时都是近视矫正手术需求的集中释放期,这一现象已持续多年。”黑龙江省医院眼科医院院长王洁对记者说。然而,面对学生和家长的迫切需求,王洁提醒,近视矫正手术有明确的医学适应症和禁忌症,公众应避免陷入认知误区,在充分了解手术原理与自身条件的基础上进行理性选择。

不少家长觉得,年龄越小术后恢复越好。对此,王洁指出,近视矫正手术的适宜年龄通常在18周岁以上,不满18周岁的未成年人不推荐做此手术。

“未成年人眼球尚处于发育阶段,若眼部参数尚未稳定就实施此手术,相当于在基础不牢固的条件下进行矫正,术后存在近视度数继续增长的可能。”王洁解释,术前评估的核心指标之一,是观察患者过去两年内屈光度数是否稳定,即每年近视加深度数不超过50度。这一指标比年龄本身更具参考价值。如果这一指标不满足,即使年龄已经满18周岁,也不推荐手术。

门诊中,不少学生认为近视矫正手术能治愈近视。王洁表示,这是对这类手术最常见的误解。

“真性近视的本质是眼轴变长,这种器质性改变不可逆。”王洁介绍,无论是主流的飞秒激光手术,还是针对高度近视的人工晶体植入术,其原理都是通过改变角膜曲率或植入人工晶体来调整眼球的整体屈光力,从而使外界光线重新准确聚焦于视网膜上,达到矫正视力的目的。

手术虽能解除人对框架眼镜的依赖,但无法缩短已延长的眼轴,也无法修复因眼轴拉长导致的周边视网膜变薄、变性等潜在病变。因此,术后患者眼底仍保留着近视人群的解剖学特征,发生视网膜裂孔、脱离、黄斑病变等并发症的风险并未降低。王洁提醒,术前为高度近视的患者,术后仍需坚持至少每年进行一次眼底专项检查,这一点至关重要。

王洁强调,手术成功仅是视力矫正的第一步,术后一个月的恢复期是巩固效果的黄金期。其间,患者应严格控制近距离连续用眼时间,避免熬夜和关灯使用电子产品。临床观察结果显示,每日累计2小时以上的日间户外活动,有助于调节视网膜多巴胺分泌,对抑制眼轴过度增长、维持术后屈光稳定具有积极作用。

“术后需遵医嘱在1天、1周、1月、半年等节点按时复查。”王洁说,日常读写应保持良好姿势,如果出现眼胀、视物模糊等异常症状,应及时就医。

“近视矫正手术是一项严谨的医疗行为,是一种个性化的光学矫正手段,而非美容项目或时尚潮流。”王洁呼吁,广大学生和家長应基于全面术前检查和医生专业建议作出决定,摒弃从众心理。与此同时,大家需清醒认识到,无论技术如何发展,近视防控关口前移,即减少近距离用眼负荷、增加户外活动时间、建立屈光发育档案,才是保障眼健康的根本之道。

据《科技日报》



名医话健康