

手术室里的“四重安全网”

在很多人眼里,手术室是一个神秘而又冰冷的地方。尤其是当我们一遍又一遍地问您“叫什么名字”“做什么手术”“早上有没有吃东西”时,您可能会觉得我们有些啰嗦,甚至有些“强迫症”。但请您相信,这每一次看似重复的询问背后,都是我们对生命的最高敬意。为了守护您的平安,我们精心构建了“四重安全网”。

第一重安全网:神圣的“+”号标记。从病房里医生为您画下那个神圣的“+”号开始,我们就已经踏上了这场安全之旅。那是我们与您之间的第一个约定,标记着我们要共同攻克的“战场”。通过清晰的手术部位标记,从源头上杜绝了“做错部位”的风险。当您进入手术室,护士的核对就像是一道安检门,过滤掉所有可能的风险。

第二重安全网:三方安全核查制度。在麻醉实施前、手术开始前、患者离开手术室前这三个关键节点,手术医生、麻醉医生、手术室护士三方会师。这不仅

是国家严格规定的手术安全核查制度,更是三个专业团队在为您一个人的生命安全“把关”。我们会共同核对您的身份、手术方式、过敏史、器械准备等核心信息,确保“对的人、做对的手术、在对的部位”。

说到这,我必须分享一个真实的案例。一位患有糖尿病的老伯,因为需要全麻手术,护士反复叮嘱他术前必须严格禁食。可到了手术当天早上,老伯实在耐不住饿,背着家人和医务人员,偷偷吃了一小块小饼干。当他被推进手术室,我们在进行“麻醉实施前”的例行核查,再次询问他是否禁食时,老伯有些不好意思地承认了。听到这句话,我们立刻按下了“暂停键”,果断推迟了手术。

大家可能会觉得,就吃了一小块小饼干,至于这么大惊小怪吗?其实关系大了!在麻醉状态下,人体的吞咽和呛咳反射会被抑制,胃里的食物极易反流进气管,引发致命的“吸入性肺炎”。为了这一口早饭,老伯的手术硬是推迟到了第二天,不仅打

乱了全天的手术安排,更在生死边缘走了一遭。那一刻我深切地体会到,每一次不厌其烦的盘问,都是在为生命筑牢安全防线。

第三重安全网:严苛的无菌环境。手术室通过层流净化系统持续过滤空气,医护人员严格执行外科手消毒,穿戴无菌手术衣与手套,所有器械均经过严苛的高温灭菌。术中使用的每一块纱布、每一枚缝针,护士都会进行四次严格的清点核对,确保“数量前后一致”,杜绝任何物品遗留体内。

第四重安全网:温柔的身体呵护。这张安全网还延伸到了您身体的每一个细节。为了防止您在麻醉后无意识地坠床,我们会为您系上约束带;为了防止长时间手术导致皮肤压疮,我们会为您垫上柔软的体位垫;为了防止术后低体温,我们会提前调高室温,为您盖上恒温毯。这些看似烦琐的准备,都是为了让您在毫无知觉时,依然能被温柔以待。

我们深知,躺在手术台上的您,是把整个生命都托付给了我

们。所以,我们宁愿用无数次的“唠叨”和“烦琐”,来换取您手术台上的万无一失。当听到“开始核查”时,大家千万别紧张,这恰恰是“放心信号”。

为了让这张安全网更加牢固,我们也希望患者及家属能积极配合:

保护好您的“身份ID”:不要随意去除手腕上的身份腕带。

勇敢发声:清醒时请大声回答医护人员的提问,主动告知过敏史、用药史或体内植入物等特殊情况。

遵守禁食禁水规定:切勿抱有侥幸心理,您的配合就是对安全最大的支持。

请理解我们的“斤斤计较”,因为在这里,安全是我们给您最深情的承诺。我们用这四重安全网,只让您安全地来、安心地手术、平安地回去。这就是来自手术室的爱,有一种爱,叫做“反复确认”。

(作者:张海芳 宁德市中医院 副主任护师)

新生儿黄疸能靠晒太阳退黄吗

新生儿出生后陆续出现皮肤发黄,是育儿早期十分常见的情况。民间一直有靠晒太阳退黄疸的做法,不少家长发现宝宝皮肤偏黄就抱去晒,但这种方法的实际效果、适用范围和注意事项,很多人并不十分清楚。

分清黄疸类型,再谈怎么处理

新生儿黄疸分为生理性和病理性两类,对应的处理方式差别很大。

生理性黄疸和新生儿肝脏发育尚未成熟有关,胆红素代谢能力不足就会引发皮肤黄染,属于正常的生理阶段。足月儿大多在出生后2~3天出现黄染,7~10天左右达到峰值后开始消退,14天内完全消退;早产儿消退时间会稍长一些,通常不会超过出生后4周。这类黄疸程度较轻,足月儿血清胆红素峰值通常不超过221 $\mu\text{mol/L}$,早产儿不超过257 $\mu\text{mol/L}$,宝宝吃奶、精神反应、体重增长都在正常范围内,大多不需要特殊治疗,增加喂奶频次、促进胎便排出,就能加快胆红素的代谢。

病理性黄疸不属于正常生理范畴,通常出现时间早、胆红素上升速度快、黄染程度深、消退时间晚,或是黄疸退了之后又重新出现。常见的发病原因包括母婴血型不合溶血、感染、胆道发育异常等。若没能及时干预,少数严重病例可能引发胆红素脑病,存在神经损伤风险,需要及时就医明确病因,开展针对性治疗。

晒太阳退黄有依据,但作用有限

晒太阳能够辅助退黄,背后有明确的科学原理。皮肤里的脂溶性未结合胆红素经光照转化为水溶性的光异构体,更易随胆汁和尿液排出,从而降低皮肤表面的胆红素水平。

日光照射的退黄效果有明确的局限性。临床蓝光光疗采用专用光源,波长范围为460~490nm,此波段对未结合胆红素具有良好的光转化效应,光源辐照稳定,皮肤受光均匀,是降低血清未结合胆红素的有效手段。自然阳光里的蓝光占比不高,强度还会受天气、时段等因素影响产生波动,只能对轻度的

生理性黄疸起到辅助改善作用,达不到医用蓝光的治疗效果,更不能替代规范的医疗干预。

正确晒太阳,要留意这几点

如果宝宝只是轻度生理性黄疸,想用晒太阳辅助退黄,有几个细节不能忽略。

照射时段尽量选上午9点前或是下午4点后,这时光线相对柔和,可降低宝宝娇嫩皮肤的损伤风险。每次照射15~20分钟就足够,时间太长可能引起宝宝体温升高、脱水,甚至出现皮肤晒伤。

照射过程中要注意保护宝宝的眼部和会阴部,用干净的纯棉织物适当遮挡即可,避免强光损伤黏膜。不建议隔着玻璃晒太阳,普通玻璃会削弱光照强度,无法替代医用光疗设备的精准波长和稳定强度,退黄效果会明显下降。照射期间多观察宝宝的状态,如果出现多汗、烦躁哭闹、皮肤明显发红等情况,要立刻停止照射,适当给宝宝补充水分。

出现这些情况,别只靠晒太阳

不是所有黄疸都能靠晒太阳缓解,出现以下情况时要及时

就医评估。

出生后24小时内就出现黄疸、胆红素水平每天上升幅度过大、黄疸持续时间超出正常生理范围,或是黄疸消退后再次出现,都要警惕病理性黄疸的可能。除此之外,如果宝宝伴随精神萎靡、吃奶量明显减少、发热、大便呈陶土样发白等表现,也要尽快就诊。临床一般会通过经皮胆红素检测、血清胆红素测定等方式明确黄疸水平,排查具体病因,避免延误干预时机。

对新生儿黄疸不用过度紧张,也不能大意。平时多观察黄疸的变化趋势和宝宝的整体状态,轻症可以通过加强喂养、适当晒太阳来辅助改善,一旦发现异常迹象,及时寻求专业医疗帮助,特别是出现嗜睡、高声尖叫、肌张力异常等极度黄疸症状时,应在24小时内启动诊疗流程,以防胆红素脑病的不可逆损伤。

(作者:黄冬平 永泰县医院 主管护师)