

术后出现伤口疼痛属现象正常,如疼痛剧烈,护理人员要为患者准备止痛剂。观察到患者的伤口不渗出血液或胆汁后,可以用纸胶布替换包扎伤口的纱布。但不论使用哪种材质包扎伤口,一定要确保伤口的干净、干燥,如果患者的伤口较为潮湿,护理人员要用棉棒为患者进行多次消毒。

#### (三)患者术后的饮食护理

术后的24个小时内,患者不能食用任何食物。24小时后,患者可以适当食用一些易消化的食品,如小米粥。随着时间的推移慢慢增加患者的饮食量,确保一日三餐定量。另外,护理人员要合理控制患者的晚餐摄入量,尽量比早午餐少。如果患者身体肥胖,在术后恢复期间尽量以低油食物为主,肉类、坚果类等热量和脂肪量非常高的食物要尽量避免。胆要多摄入富含纤维和维生素的蔬菜、水果,这类食品能有效促进患者的恢复,降低患者伤口感染概率。

#### (四)患者出院后的护理

患者出院后在饮食和生活习惯等方面都要格外注意。第一,

不能暴饮暴食,不能摄入垃圾食品。一日三餐要有蔬菜,平时多吃水果。油炸食品、动物内脏、碳酸饮料、高糖食物一定要少吃。第二,患者要在生活中养成良好的生活习惯,早睡早起,避免熬夜。第三,患者要保持心情愉悦,避免愤怒、悲伤等情绪。

#### 四、胆结石患者术后护理的注意事项

胆结石手术结束后,护理人员要从以下三个方面对患者进行细致观察。第一,观察和记录患者的生命体征,也就是患者在术后意识恢复时间、心率变化,以及患者是否因手术缺氧出现意识模糊,一旦发现这些状况,护理人员要立即上报医师进行治疗。第二,观察患者的黄疸,也就是患者的大便颜色,还要时刻注意避免十二指肠内流入胆汁。第三,观察患者伤口处的血液渗出量和胆汁渗出量,一旦发现速度较快,渗出量较多,要立即上报医师,因为这一状况非常容易导致患者休克。

综上所述,胆结石手术是一种微创手术,患者术后恢复速度较快,但出院后一定要注意个人生活和工作习惯,避免复发。养成良好的生活习惯,对提升患者身体素质非常有益。

## 整形医生的安全忠告

王润先

(四川娇点医学美容医院 四川 成都 610000)

【中图分类号】R622

【文献标识码】A

【文章编号】1674-1412(2021)12-0013-01

经济的不断发展和人们生活水平的不断提高,推动我国整形技术不断完善,逐渐普及。在多因素的联合作用下,导致目前一些美容市场管理不严格,从事美容的相关人员良莠不齐。那么,到底该不该去整容?整容前需要注意什么?下面看看整容医生的几条安全忠告。

#### 忠告1.千万不要过分地相信整容广告

“不开刀、不出血、不住院”“没有后遗症”,这些广告词大家耳熟能详,其实是一部分特别不负责任的商家为了迎合整容消费者的需求的惯常用语。作为消费者,尤其是一些有闲钱但没有掌握整容知识的消费者,很容易受到误导。从专业角度说,放眼全球,整容也是一种手术,手术过程中不出血是万万不可能的,只能做到少量出血。同时,需不需要住院,有没有后遗症、影响不影响后期的正常工作和生活,是需要根据整容者的个人体质及身体耐受力而决定的。

#### 忠告2.整容行业不是没有风险的,切勿冲动行事

在我国,整形行业属于一种新兴行业,近年来在经济持续发展、自媒体不断完善等因素的联合推动下,致使有些媒体对整形行业的报道日渐增多,这无意中给了许多爱美者整容的动力。但从医学角度分析,整容行业不是没有风险,相反,是一个高风险行业,尤其是“小作坊”医院,部分女性在整容之后出现面瘫、神经功能障碍等等。一些患者在整容后,亲属朋友没办法接受,不能在恢复期给她足够的支持,导致患者后期恢复遭受到一定影响。所以,为了家庭的和睦,在决定整容前一定要和家人做好沟通工作,也要权衡利弊,避免由于一时冲动而导致自己后悔。

#### 忠告3.盲目崇拜国外整容技术

有些爱美人士知道并且了解整容技术,可能是从看韩剧上开始的,自然而然地认为韩国的整容技术就是全世界最好的,所以在整容时想尽一切办法去韩国,或者是找韩国医生主刀。其实从目前的医疗水平来说,我国不少一二线城市的整形美容医院已经发展得相当成熟,就院内设备和技术以及操作人员来分析,不比韩国的医院差多少。纵观全世界,整形外科兴起也仅仅是在二战后,而我国的整形外科起步是比较早的,所以我国的整容行业发展也比较迅速,甚至是在很多领域都开创了世界第一。

#### 忠告4.不要盲目迷信新技术

很多无良商家为了推销自己,会在广告中标榜“新技术”,

例如“新式蛋白埋线减肥”“新材料高分子双眼皮”等等,让人耳目一新,认为真的是有新技术出来了。其实不然,一项新技术的研发直至临床使用,要经过几年甚至几十年,哪里有那么多的新技术来使用,这都是一些无良商家在美容整形广告上偷换概念。埋线、减肥、双眼皮这是目前整形行业里面最常见也是最基础的技术,所以这些技术在我国已经发展得比较成熟了,而上面所说的那些名称,其实就是被包装后重新进行宣传而已。

#### 忠告5.不要认为整形是一劳永逸的事情

“整一下子,美一辈子。”这句话陌生不陌生?正是由于这句话,为整容行业带去了多少顾客,也正是由于这句话,导致很多爱美者认为,只要接受一次手术,就可以解决自己所有的缺陷。其实大家都明白,人的生长是有一定的自然规律的,随着年龄一天天的增加,我们的体形和皮肤肯定是会出现变化的,加上社会的审美观念也在不断地变化,所以30岁有30岁的美,40岁的美自然也有区别于30岁的美。而相当一部分爱美者认不清现实,认为高鼻梁、欧式大双眼皮就是美,认为嘟嘟唇、尖下巴就是永恒的美,所以想要通过整容来获得这些,其实不是的,整形并不是一件可以一劳永逸的事情,所以一定要根据自己的实际需求来选择自己到底要不要整容。

#### 忠告6.千万不要过度信任整形医生,更不要不信任整形医生

整形医生从业十几年,最怕什么?最怕两种人,一是自始至终怀疑医生,二是过分依赖医生。前者总是认为整形医生都抱着盈利的目的,所以在整形过程中固执己见。后者就比较难对付了,自己没有主见,认为只要医生对自己动刀了,那一定能将自己打造成最完美的模样,所以接受不了术后的任何偏差,这种人的偏执心理和极端心理比较严重。

#### 忠告7.千万不要不惜砸锅卖铁也要美丽

美的前提是自己有一定的经济能力,你可以爱美,但你也一定要为自己的爱美而买单。事实上,并不是每一个爱美之人都能够承受整形美容的手术费用,尤其是一些大项目的治疗费用,所以这也是很多爱美人士非常痛苦的一件事情。每个人的相貌都是天生的,如果你一定要改变自己,那么你就需要有足够的经济能力来支撑你的改变。而生命是人最重要的,如果整形手术对你来说仅仅是锦上添花而不是雪中送炭,那么建议你没有必要砸锅卖铁也要变美。