

# “我一直在这儿”

## ——麻醉护士杨艳亭的温情守护

□ 周长才 岳宗利

5月23日7时30分,莘县燕塔街道社区卫生服务中心,麻醉护士杨艳亭推开外科病房的门。当天第一位接受手术的是55岁的孙爱英(化名),她将在全身麻醉下进行腹腔镜下胆囊切除术。

“阿姨,您好!我是麻醉护士小杨。”杨艳亭笑着在她床边坐下。孙爱英十分紧张:“小杨护士!我担心全麻后醒不过来……”杨艳亭轻轻握住她的手:“别担心,我们会用药物让您舒服地睡一觉。整个过程,我会一直守着您。”她用朴实易懂的语言解释:“麻药就像精准的导航,我们会根据您的反应细心调整剂量,让您平稳入睡,安全醒来。”

进入手术室,孙爱英盯着天花板,神情紧张。杨艳亭一边连接心电监护和血

氧探头,一边聊起家常:“您家小孙子该上小学了吧?”监护仪显示心率偏快,她轻握孙爱英的手:“放轻松,深呼吸,想象一下躺在自家沙发上的感觉。”麻醉开始时,杨艳亭轻声说:“您可能会感觉手臂有点凉,然后慢慢想睡。放心,我一直在这儿。”看着孙爱英渐渐入睡,杨艳亭小心托住她的下颌,配合麻醉医生顺利完成插管。

手术中,杨艳亭寸步不离守在麻醉机旁,专注观察生命体征、呼吸末二氧化碳波形和药物用量,心里默默计算苏醒时间。镇痛药匀速滴入——她要在孙爱英醒来时,让疼痛已被提前安抚。

手术结束,杨艳亭轻声呼唤:“阿姨,手术很成功,该醒醒了。”孙爱英眼皮微微颤动。杨艳亭继续唤醒她:“阿姨,您家老伴还等着给您炖汤呢……”孙爱英

缓缓睁眼,有些恍惚,声音沙哑地问:“我这是在哪儿?”杨艳亭说:“别怕,这里是手术室,您的手术已顺利结束了。我是您的麻醉护士小杨,一直陪着您呢。”她随即检查孙爱英的呼吸和反应,镇痛泵已开始工作——这是术后舒适恢复的重要保障。

孙爱英眉头微蹙:“我头有些晕……嗓子也疼……好像做了好长一个梦。”杨艳亭立即解释:“这是麻药劲儿还没完全过去,头晕和嗓子不舒服都是正常的。您慢慢感受一下,除了这些,还有哪里难受吗?”孙爱英缓慢说:“什么都记不清了,只觉得一下子就睡过去了。”杨艳亭理解这种茫然无措的感觉:“您现在能听见我的声音,能轻轻动动手指,就说明一切都往好的方向走。手术很成功,您已经闯过最难的一关了。”孙爱英眼眶微

湿,声音发颤:“真的……没事了吗?”杨艳亭温和地说:“真的没事了。您安安稳稳地睡了一觉,医生就把问题处理好了。家属在外面一直等着,您很快就能见到他们。”孙爱英轻轻舒了一口气,眼神渐渐安定下来:“谢谢……有你在,好像没那么怕了。”

术后第一天,杨艳亭特意去病房看望。孙爱英已能半坐起来,见到小杨眼睛一亮:“小杨护士!我记得醒来时第一个是你先叫的我……”杨艳亭仔细查看了她的情况,询问疼痛感受,并指导她进行呼吸锻炼。孙爱英的老伴感激地说:“昨晚她睡得很安稳,真是多亏了你们。”

走出病房,杨艳亭望着走廊尽头的微光,忽然觉得,一切的坚守与付出都是值得的。

## 东阿县妇幼保健院 开展健康科普讲座

本报讯(贾子国 侯续真)近日,东阿县妇幼保健院医疗团队走进县实验幼儿园,围绕视力保护、口腔健康、应急救护三大主题,开展公益科普讲座,为学龄前儿童健康成长筑牢防线。

五官科主任王雪君结合案例向家长讲解近视成因、早期信号及危害。她强调,幼儿阶段远视储备监测至关重要,定期屈光筛查可实现近视早发现、早干预,呼吁家长多带孩子进行日间户外活动,利用自然光线保护视力。

口腔科医师王凯硕聚焦龋齿预防与日常护牙,通俗讲解牙齿功能、龋齿形成过程及分龄护理要点,纠正“乳牙迟早替换无需护理”的常见误区,并演示正确刷牙方法,帮助孩子养成早晚刷牙、饭后漱口的好习惯。

儿童保健科医师郑永邦为园内教师培训儿童意外伤害应急处置。结合幼儿园常见风险,他讲解了高热惊厥、异物卡喉、鼻出血、烫伤等意外的识别要点、处理流程及救护禁忌,重点示范了适用于幼儿的海姆立克急救法和心肺复苏操作。

活动现场,家长们认真记录要点,教师们与医师深入交流日常保教中的安全问题,有效提升了安全防护意识和应急处置能力。

贾子国 王殿申 摄



每年5月是《民法典》宣传月。5月28日,东阿县铜城街道社区卫生服务中心通过举办普法培训班、悬挂宣传横幅、发放宣传单等形式,扎实开展普法宣传活动。图为中心医务人员向就诊群众发放并讲解《民法典》宣传资料。

## 老人“无盐饮食”诱发低钠血症

# 医生提醒:过度限盐反伤身

□ 金萌萌 李丽萍

低盐饮食有助于防控高血压,这一理念早已深入人心。但一些市民盲目追求“极致低盐”,反而吃出了健康问题。近日,聊城市第二人民医院接诊了一名因过度限盐导致低钠血症的老年患者。该老人患有高血压,坚信“低盐等于长寿”,日常饮食彻底杜绝酱油、咸菜等调味品,三餐只食用白粥、水煮青菜。坚持一个月后,他频繁出现浑身乏力、头晕发飘、精神萎靡等症状,走路像踩在棉花上。某天清晨因头晕不慎摔倒,被家人紧急送医,抽血化验显示血钠浓度仅为110mmol/L,远

低于正常值,确诊为低钠血症。

内分泌科副主任医师叶继锋介绍,低钠血症是临床最常见的电解质紊乱之一,指血清中钠离子浓度低于135mmol/L的病理状态。其早期症状十分隐蔽,主要表现为乏力、头晕、犯困、食欲变差、恶心、体虚,极易与普通疲劳或感冒混淆,容易被市民忽视。若未及时干预,病情加重后会出现意识模糊、肌肉痉挛、抽搐,严重时甚至诱发脑水肿、癫痫、昏迷、呼吸衰竭,直接危及生命。生活中诱发低钠血症的原因主要有三类:一是盐分丢失过多,如夏季大量出汗、反复腹泻、过量服用利尿剂;二是盐分摄入不足,如

长期无盐或极低盐饮食,或因食欲不振、频繁呕吐导致摄入不足;三是稀释性低钠,如短时间内过量饮水稀释血液中的钠离子,或心衰、肝硬化患者出现水钠潴留。根据血钠浓度不同,症状轻重也各有不同:血钠在130至135mmol/L时为轻度,表现为乏力、头晕、食欲差、注意力不集中、易怒、性格改变;血钠在125至129mmol/L时为中度,可出现头痛、意识模糊、肌肉痉挛;当血钠低于125mmol/L时属于重度,患者会出现抽搐、昏迷、脑水肿、呼吸衰竭等危重症状,需紧急救治。

叶继锋提醒,预防低钠血症的关键

在于维持体内水钠平衡,切忌极端养生。日常饮食无需盲目戒盐,成年人每日食盐摄入量控制在5至6克即可,同时避免过量饮水,每日饮水量保持在1500毫升左右为宜。大量出汗或腹泻后,需及时补充淡盐水或电解质饮品。一旦出现持续乏力、嗜睡、精神萎靡等不适,应及时就医。特别是糖尿病、肾病患者以及长期服用利尿剂的人群,属于低钠血症高发群体,应坚持定期体检,监测血钠指标,根据身体情况及时调整饮食和治疗方案。养生切忌走极端,低盐不等于无盐,科学膳食、均衡营养,才能真正守护身体健康。