维普资讯 http://www.cqvip.com



2.2 营养状况与发育指标

男生不同营养状况组的发育指标结果见表2,女生不同营养状况组的发育指标结果见表3。

表2 男生不同营养状况组的发育指标结果

| 组别 | 身高(cm) | 体重(kg) | 皮褶厚度(mm) | HWR 指数 | 肱骨远端宽(cm) | 股骨远端宽(cm) | 上臂围指数 | 小腿围(cm) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 较低体重组 | 155.84 | 39.98 | 13.52 | 45.59 | 5.76 | 8.33 | 13.76 | 29.34 |
| 体重正常组 | 151.07 | 43.22 | 23.21 | 43.74 | 5.88 | 8.64 | 15.02 | 30.01 |
| 超重组 | 150.86 | 48.53 | 36.7 | 41.81 | 5.92 | 8.94 | 16.93 | 34.22 |
| 肥胖组 | 151.23 | 57.35 | 59.41 | 36.69 | 6.09 | 9.41 | 18.62 | 37.04 |

表3 女生不同营养状况组的发育指标测量结果

| 组别 | 身高(cm) | 体重(kg) | 皮褶厚度(mm) | HWR 指数 | 肱骨远端宽(cm) | 股骨远端宽(cm) | 上臂围指数 | 小腿围(cm) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 较低体重组 | 150.88 | 37.34 | 27.04 | 45.14 | 5.30 | 7.98 | 13.34 | 30.00 |
| 体重正常组 | 148.13 | 41.61 | 35.52 | 43.05 | 5.34 | 8.22 | 14.88 | 31.97 |
| 超重组 | 147.57 | 46.82 | 51.00 | 41.31 | 5.44 | 8.59 | 16.61 | 34.09 |
| 肥胖组 | 148.19 | 53.97 | 64.85 | 39.59 | 5.67 | 9.03 | 17.86 | 36.25 |

结果显示:男女在体重、皮褶厚度、上臂围指数、股骨远端宽和小腿围等指标上都具有同样的趋势,表现为肥胖>超重>正常体重>较低体重,HWR 指数则恰恰相反,各指标间差异有显著意义,提示不同营养状况者的体格生长差异不仅仅反映在体脂上,而且反映在骨骼、肌肉、体型诸方面。肥胖检出率男女分别为6.3%和6.2%。

男孩在13~14岁期间高达10.4%。因此,加强健康教育和膳食指导刻不容缓。另一方面,较低体重组占33.1%,尤以17~19岁女孩中突出,达41.7%。他们与中、重度营养不良有本质区别,但与正常体重者相比,不仅体重不足,骨骼、肌肉发育水平也比较低,表现为典型的"豆芽状"。

## 3 讨论

青少年在青春期生长发育快,营养缺乏不仅妨碍体格发育,还可能影响智力的发育。不平衡的营养会给青少年正常发育带来种种不良影响。要使青少年健康成长,就必须合理膳食,提供科学的营养。同时纠正不良的进餐习惯。如不吃早餐、喜吃零食、饮料、快餐等。膳食中应含有足够的脂肪、维生素C、钙、碳水化合物、蛋白质、B族维生素、维生素A、E,以满足青少年青春期生长发育的需要。

(编辑:兰阳军)

# 妇科腹腔镜手术前后的护理体会

田冬玲,曲美丽 (新疆建设兵团农七师医院,新疆 奎屯 833200)

[关键词] 妇科手术;护理;腹腔镜
[中图分类号] R713 [文献标识码] B [文章编号] 1672-5042(2006)04-0278-02

腹腔镜手术已被大多数病人认可,其优点是创伤小、痛苦轻、住院时间短、恢复快。我院2002年12月至2005年12月开展妇科腹腔镜手术逾1 600例,成功地开展了腹腔镜下子宫全切术、筋膜内子宫全切术、子宫次切术、子宫肌瘤剔除术、卵巢囊肿切除术、卵巢囊肿剥除术及子宫内膜癌根治术。本文对1 600例妇科腹腔镜手术的护理配合,报道如下。

## 1 术前护理

### 1.1 心理护理

腹腔镜手术有中转开腹和术后发生腹腔内出血、输尿管损伤、膀胱损伤、肠瘘等并发症的可能性,病人往往不十分清楚,因此,护士有责任帮助病人及家属全面地认识腹腔镜手术,同时向病人及家属说明医生同样希望手术成功,不发生任何并发症。通过真诚的心理交流,取得病人的信任。一旦发生意外,即可得到病人及家属的理解、配合。

### 1.2 术前准备

1.2.1 皮肤准备 需从腹腔镜的特殊要求和便于中转开腹两方面考虑。备皮范围和开腹手术完全相同。由于腹腔镜手术需在脐部或脐周穿刺,因此,对脐部皮肤准备要求是既要彻底清除脐内污垢,又要保证脐内皮肤完好无损。因此,我们对于拟行腹腔镜手术的体胖患者,提前检查其脐窝深浅和积存污垢的情况,凡脐窝深,污垢结痂成块,及脐窝外口较小者,酌情于备皮前10 min,在脐内置入一肥皂棉球浸泡,待污垢软化后,再用酒精棉棍清除之,清除过程中,手法要轻柔,随时询问患者有无烧灼感。对清除困难者,可再延长浸泡时间,或改用石腊油浸泡。污垢清除后,脐窝外口置一大小松紧适宜的干棉球,

[收稿日期] 2006-03-22 [修回日期] 2006-05-07

维普资讯 http://www.cqvip.com



以保持脐窝内处以较好的通气状态。

1.2.2 胃肠道准备 为减少肠腔积气,嘱病人术前1日要忌食易产气的豆类、奶类食品,术前12 h内禁食、禁饮。术前1日一次口服庆大霉注射液160 000 U,以清洁肠道。次日晚及术日晨给康力捷灌肠剂110 ml清洁灌肠,严格执行术前饮食和肠道准备的护理常规。

## 2 术后护理

腹腔镜手术病人在全麻清醒后有轻微的伤口疼痛,可不使用止痛剂。对个别主诉严重疼痛者,应及时汇报医生,排除意外情况后,遵医嘱给予麻醉性止痛剂。一般术后24~48 h内疼痛即可随胃肠功能的恢复而缓解或消失。部分病人术后出现肩、背的酸痛或不适感,属腹内残留的二氧化碳在膈下积聚所致,一般可以忍受,术后常规吸氧3~6 h,均可自行缓解,不需特殊处理,需向病人加以解释说明。术后24~48 h内,高度重视病人对"腹痛"的主诉。对止痛效果不满意者,不可轻率地臆断是病人"娇气"、"疼痛耐受差。在给予病人充分精神安慰的同时,需详细询问疼痛部位、性质,密切观察腹部有无腹膜刺激体征,防止因盲目使用杜冷丁等止痛剂,掩盖病情变化,延误治疗时机。麻醉清醒后,仍需关注病人,尤其是对于高龄和伴有高血压患者。术后24 h内,若病人有心慌主诉,同时出现脉搏快,面色苍白,即使尚无血压降低,也应报告医生,立即对血压、脉搏、呼吸、神志进行严密监测,注意有无休克的早期征象。同时,积极做好开放外周静脉,氧气吸入,准备止血药品等防治出血的各种准备工作。

(编辑:蒋登金)

# 1259名公务员健康体检结果分析

李欣影 (惠州市中心人民医院体检中心,广东 惠州 516001)

[关键词] 健康;体检;慢性非传染性疾病;健康教育
[中图分类号] R194.3 [文献标识码] B [文章编号] 1672-5042(2006)04-0279-02

健康体检是公务员保健工作的重要内容和有效形式,通过定期体检,可以了解目前公务员中患病率高的疾病和趋势,以便及早采取有效预防和治疗措施,减少疾病的危害。我院于2005年6月1日至7月31日对1 259名公务员进行健康体检,现将体检结果整理分析如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 临床资料

本组资料共1 259人,其中男性1 116人,女性143人。年龄30~39岁78人(6.20%),40~49岁329人(26.13%),50~59岁396(31.45%),60~69岁172人(13.66%),70~79岁231人(18.35%),80~89岁53人(4.21%)。

### 1.2 检查项目

根据保健体检项目要求,本次体检项目包括内科、外科、眼科、耳鼻喉科、口腔科、心电图、胸部正位片、彩超(肝胆脾、双肾输尿管膀胱、前列腺)、乙肝两对半、肝功能、血脂、肾功能、血糖、心酶、血常规、尿常规、肿瘤标志物检查等,女性增加妇科和乳腺等相关检查。

## 2 结果

### 2.1 患病情况

1 259名受检人员,未检出任何疾病者102例,占受检人数的8.10%;发现各类疾病者1 157例,占受检人数的91.90%。其中有856人患两种或两种以上疾病。发现各系统疾病52种,患病率高的前10种疾病见表1,并发现恶性肿瘤2例:肺癌1例,直肠癌1例。

表1 1 259名受检人员中常见10种疾病出现率

| 疾病 | 例数 | 比率(%) |
|---|---|---|
| 高脂血症 | 410 | 32.57 |
| 脂肪肝 | 326 | 25.89 |
| 高血压病 | 288 | 22.88 |
| 痔疮 | 275 | 21.84 |
| 高尿酸血症 | 252 | 20.02 |
| 前列腺肥大 | 226 | 17.95 |
| 冠心病 | 202 | 16.04 |
| 糖尿病 | 164 | 13.03 |
| 肾结石 | 153 | 12.15 |
| 胆囊炎 | 128 | 10.17 |

## 3 讨论

### 3.1 病因分析

体检结果表明,高脂血症、脂肪肝、高血压、冠心病、糖尿病等慢性非传染性疾病已成为危害健康的主要疾病,究其原因有以下几点:①工作紧张、压力大、生活节奏快,激烈的市场竞争和复杂的人际关系,使不少公务员产生心理失衡,导致机体免疫功能紊乱。部分公务员缺乏必要的保健常识,对自身健康不够重视,忙于工作而疏于保健。② 吸烟和大量饮酒、高脂肪、高热量、高盐、高糖、高胆固醇而少维生素、纤维素的饮食习惯;肥胖且不从事运动;加上忧虑、恐惧、烦恼等不良的心理情绪,是导致高血压、高脂血症、脂肪肝、糖尿病发生的危险因素。而

[收稿日期] 2006-04-22 [修回日期] 2006-05-25