

# 快速康复外科应用于甲状腺癌围术期护理的应用研究进展

廖森森

(中山大学附属第七医院普通外科 广东深圳 518118)

摘要: 甲状腺癌是一种很容易出现在头颈部的恶性肿瘤, 目前对于甲状腺癌的治疗还是以手术为主, 在围手术期的治疗过程中要结合科学合理有效的护理干预。快速康复外科理念(FTS)是目前在临床上倡导的一种新的护理思想, 它的推行能够使传统的外科护理方式发生变化, 对患者的术后康复有着重要的作用。文章主要介绍快速康复外科理念的概念和优势, 详细分析快速康复外科用于甲状腺癌围术期各阶段的护理进展, 旨在为临床护理人员提供相应的参考。

关键词: 快速康复外科; 甲状腺癌; 围术期护理; 研究进展

目前, 我国甲状腺癌的发病率逐年升高, 其治疗和护理方式对患者的恢复质量产生直接影响。目前对于甲状腺癌的治疗以手术为主, 但是无论是甲状腺癌还是手术损伤, 都会给患者的身体和精神带来很大的冲击, 还会引起甲状腺激素的变化。为了提高该类患者的外科手术成功率, 加快患者的恢复, 需要对患者进行科学、合理和有效的护理干预。“快速康复”是目前在临床上倡导的一种新的护理思想, 它的推行会对患者的术后恢复起到一定的作用。

## 一、快速康复外科的概念以及优势

### (一) 概念

快速康复外科理念于1997年在丹麦被首次被提出, 其本质是通过术前、术中和术后等三个时期, 统筹规划多种护理手段, 通过麻醉、微创手术、围手术期护理等三个方面协同合作, 来优化围手术期的临床路径, 以期降低围手术期压力和术后并发症, 缩短患者住院天数, 促进患者早日恢复<sup>[1]</sup>。FTS的研究对象为麻醉方式、微创手术、术后镇痛、术后早期肠内营养、早期下床锻炼、积极康复锻炼和心理治疗等方面。FTS注重“以患者为本”的诊治思想, 力求通过多种护理手段的综合运用, 优化对患者的护理质量, 辅助患者进行快速康复<sup>[2]</sup>。

## 二、快速康复外科应用于甲状腺癌围术期的护理进展

### (一) 手术前进行护理

#### 1. 进行针对性健康宣教

患者由于对疾病的认识不足、对手术的畏惧会产生消极的心理感受, 尤其是甲状腺癌患者, 由于其甲状腺激素的变化, 加之担心手术伤口对外在形象的影响, 会使患者的紧张感加重。FTS的概念提倡对甲状腺癌患者的心理护理要在治疗的全过程中进行, 良好有效的心理干预和健康教育能有效地降低患者的焦虑、恐惧等负面情绪, 从而减轻患者的痛苦, 促进其更好地进行治疗, 加快康复。因为FTS的概念和传统的外科护理有很大的不同, 比如: 在术前不进行过长禁食的消化道的准备, 术后提倡及早下床活动能够帮助患者缩短住院时间等。因此, 必须转变护理人员传统的围手术期护理观念, 在展开护理时对患者实施快速康复理念方案的宣教, 以促进医患与护患的良好合作。FTS模式下需要对患者进行

个体化和人性化的健康宣教, 根据患者的实际需要组织健康宣教形式, 打破常规的说教模式, 使患者更容易接受相关的护理方案。

#### 2. 术前消化系统护理

常规手术治疗之前, 需要进行禁食十二小时, 禁饮四小时, 以此来预防注射麻醉后患者呕吐引起的误吸性肺炎或者窒息。然而, 在手术之前禁食过久, 不仅会使患者的主观感觉下降, 而且还会在一定程度上造成患者胰岛素抵抗, 对患者术后恢复产生严重不良影响。美国的麻醉医生建议减少手术前的空腹和禁止饮水时间, 特别是饮用清水的时间。中国有关学者亦推荐手术前六小时内禁止进食固体食物, 术前两小时内禁止进食液体<sup>[3]</sup>。在手术前2小时内, 给患者提供糖水进行能量供应, 这样可以使患者感到相对舒适, 降低手术中产生低血糖等不良反应的概率, 还可以增强患者的免疫功能, 降低手术后的恶心、呕吐等并发症。

#### 3. 术前进行手术体位训练

在甲状腺外科患者中, 通常需要采用高肩背垫高的颈部过伸卧位, 这样才能更好地显示出术前的术野。因此, 有目的地进行术前姿势培训, 有助于患者尽快恢复, 增强患者对姿势的承受能力, 减少患者的不适感。在FTS概念的引导下, 患者可以在住院后, 针对患者的个别状况, 制定1—3天的康复方案, 并附有详细的标准动作和指南, 以供患者和家属借鉴。在训练过程中, 患者要尽可能地将头向后倾, 目的是使患者的颈椎完全显露出来, 并以患者的最大承受力为限度, 采用锻炼与休息相结合的方式, 并逐渐增加每天保持体位的时间<sup>[4]</sup>。

### (二) 手术中进行护理

#### 1. 预防术中低温

在手术中经常会出现的一种情况, 就是身体核心温度在36℃以下, 也就是术中低温。在甲状腺肿瘤的外科治疗过程中, 由于麻醉时间长, 术长时间裸露体表、术中失血以及静脉注射常温液体等都会引起患者体温降低。为了防止术中体温过低, 在FTS基础上进行了手术室护理改进, 在不影响手术效果的前提下适当增加手术室内的温度, 使用通风设施使手术室温度保持在24~26度, 并对输入的液体进行了加温处理, 为患者应用加热带床垫等。部分患者还可以在麻醉前为患者进行25分

钟以上的预热，能够有效预防术中低温产生。

## 2. 限制性补液

在手术期间对患者进行液体注射维持患者生命体征平稳是重要环节，传统手术期间为患者进行大量液体补充来保持血流动力学稳定，但补液量过多往往加重患者心脏压力，使肠胃功能恢复变慢，甚至增加患者术后住院时间，为降低术后并发症风险就需要根据患者的实际需要，在手术中使患者液体补充量比较平衡，通过限制补液的方法，减少由于手术补充液体导致的患者体内液体滞留。进一步改善患者身体组织氧合作用，促进患者伤口尽快恢复，使患者术后住院时间缩短。另外，限制性输液不是单纯地减少液体输入量，而是要在保持人体的有效血液循环及血流动力学的基本平稳的情况下，在科学的术前肠道准备等共同作用的基础上，对补液的速率和总量进行适度的控制，从而减少术后的并发症，提高患者的恢复能力<sup>[5]</sup>。

## 3. 术中手术体位

由于甲状腺手术特殊的头颈部伸展姿势，容易造成颈部脊髓和脊神经根的压迫，损伤韧带和肌肉，造成术中不适、头晕、呕吐等并发症。因此有学者经研究提出，在甲状腺癌手术过程中，患者体位放置的时间应该在麻醉诱导前，这个时候患者清醒，可以和护士合作，促进他们正确摆好姿势，并且按照自己的感受来调整，在术中处于一个舒服的位置<sup>[6]</sup>。在进行手术前，先进行无菌铺巾，然后让患者维持操作姿势，在术中等待冰冻切片报告，或者是缝合切口，或者是在较久的操作过程中，都会让患者暂时回到原来的位置，这样就能减少颈部伸展的次数，从而降低甲状腺癌术后体位综合征的发生率。

### (三) 手术后进行护理

#### 1. 根据患者需要进行镇痛

甲状腺癌患者手术后出现疼痛是最普遍的临床表现，不仅会影响患者的预后，还会导致患者体内的甲状腺激素发生变化<sup>[7]</sup>。缓解疼痛是 FTS 理念的重要环节。进行疼痛护理能减轻患者的压力，使患者能更早地下床运动和尽早进行营养补充。在甲状腺手术后，尽早进行颈部冰敷是一种可行的镇痛方式，通过冰敷可以减缓神经的传导疼痛信号的速度，减少对肌肉的刺激，达到缓解疼痛的目的<sup>[8]</sup>。护理人员还需要通过改变患者对痛苦的误解，提高患者能够承受疼痛的范围，促进患者控制自身疼痛。这就需要为患者讲解通过转移注意力减轻痛苦的具体方法。如果患者疼痛程度比较剧烈，可以遵医嘱采用非甾体类止痛药物，但是阿片类镇痛药物的用量要严格控制，以免出现恶心呕吐等症状，加重患者的病情<sup>[9]</sup>。在此基础上，护士也要主动评价患者疼痛程度，将多种止痛方式进行结合，才能更有效降低患者的痛苦。

#### 2. 术后早期进食和活动

对甲状腺癌患者而言，其饮食及运动方面的控制不

如一般的消化道手术严格，大部分患者在麻醉后，如果生命迹象稳定，可以饮水，可以在病床上做伸展、伸腿、翻身等运动，同时还可以做发音训练；手术后 6 小时内可以吃半流食，起床活动；手术 24 小时开始逐渐向普通饮食转变，可以在安全地区走动和休息。FTS 的概念强调了患者在手术后要注重的是护理和康复训练，在手术之后的第一天就要引导患者进行颈肩的功能锻炼，锻炼需要逐步进行，保证患者不出现不适症状为依据，还要做好患者的心理疏导，以免患者因为害怕伤口的疼痛而拒绝运动。

### 三、结束语

通过对甲状腺癌患者进行 FTS 围手术期的护理，可以使患者获得更好的护理效果，有利于患者的恢复，显著加快患者的康复进程。能够缩短住院时间，从而降低患者住院的医疗负担，增强患者的满意度。同时在临床工作中 FTS 围手术期的管理模式并非完全固定的模板，而是要在循证医学的指导下，进行新理论的学习，解决围术期出现的问题，并与临床实际紧密联系，为患者提供更有有效的护理服务。

#### 参考文献:

- [1] 王辉. 快速康复外科理念在甲状腺癌围术期护理中的应用效果[J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2024, 39(02): 202-204.
- [2] 孙东芹, 赵利文, 袁丽. 舒适护理结合快速康复理念对甲状腺癌根治术患者的影响[J]. 现代养生, 2024, 24(03): 208-211.
- [3] 许丽辉, 郝亚辉, 刘春生. 基于快速康复外科理念的护理措施在甲状腺癌手术患者中的应用[J]. 中国医药指南, 2023, 21(32): 157-160.
- [4] 李莎, 袁丽缘. 甲状腺癌根治术患者围术期采用舒适护理结合快速康复理念干预的效果分析[J]. 现代诊断与治疗, 2023, 34(07): 1085-1088.
- [5] 卢军亚, 王永波, 马于茹. 快速康复理念在甲状腺癌患者甲状腺全切除术围术期中的应用效果分析[J]. 癌症进展, 2023, 21(05): 549-552.
- [6] 朱静. 快速康复外科护理理念在甲状腺癌围术期的护理效果[J]. 中国医药指南, 2022, 20(10): 161-163.
- [7] 唐云, 顾徐丹, 裴艳俊. 舒适护理结合快速康复理念在甲状腺癌根治术患者围术期中的应用效果[J]. 中西医结合护理(中英文), 2022, 8(01): 142-144.
- [8] 韩婷婷, 张维娜, 宋杨, 张馨月, 潘亚娟. 快速康复外科理念在甲状腺癌根治术患者手术室护理中的应用研究[J]. 武警后勤学院学报(医学版), 2021, 30(12): 99-101.
- [9] 许敬玲, 温素珍, 林爱华. 快速康复外科理念在分化型甲状腺癌术后护理的应用[J]. 福建医药杂志, 2021, 43(04): 159-160.