

手术前要做什么？手术室护士为您一一解答

张静

西安工会医院 陕西省西安市 710100

手术对很多人来说是陌生且紧张的经历，不少患者术前容易胡思乱想，产生恐惧、焦虑、失眠等问题。术前做好充分准备，不仅能让手术更顺利，还能减少术后并发症，缓解您的焦虑情绪。作为每天陪伴患者走进手术室的护士，今天就为大家详细梳理术前必做的各项准备，从身心到物品，全方位为您保驾护航。

一、术前沟通：主动配合，消除疑虑

术前沟通是准备工作的第一步，也是最关键的环节之一。医生和护士会主动与您及家属沟通，告知手术的目的、流程、风险及术后注意事项，请您务必认真倾听，有任何疑问或担忧，一定要及时提出，不要藏在心里。过度的心理负担只会影响身体状态，不利于手术开展。

同时，护士会核对您的个人信息、手术部位、手术方式，确认您是否有药物过敏史、既往病史（如高血压、糖尿病、心脏病等）手术史，体内是否有植入物或假体，有无哮喘、凝血异常、慢性基础病等特殊情况，这些信息直接关系到手术安全，务必如实告知，切勿隐瞒。另外，签署手术知情同意书、麻醉知情同意书等文件时，要仔细阅读每一项内容，确认无误后再签字，这是对您自身权益的保障，也是医疗流程中必不可少的一环。

二、术前检查：全面评估，保障安全

术前检查是医生评估您身体状况、判断是否能耐受手术的重要依据，所有检查项目都需按时完成，不可遗漏或拖延。常见的术前检查包括血常规、凝血功能、肝肾功能、传染病筛查、心电图、胸片等，特殊手术还可能需要做 CT、MRI、超声等进一步检查，全方位排查手术隐患。

做检查时请注意：抽血检查需空腹（通常禁食 8-12 小时、禁饮 4-6 小时）；做尿常规检查需留取晨尿，保持尿液清洁；做心电图、胸片时，要去除身上的金属物品（如项链、耳环、手表等），配合医护人员的指令摆放体位。检查结果出来后，要及时交给医生，方便医生进行术前评估。若检查指标存在异常，医护人员会及时干预调理，待身体达标后再安排手术，最大程度规避术中风险。

三、个人准备：干净舒适，避免隐患

个人准备看似简单，却能有效避免手术中的感染风险，为手术顺利进行打下基础，主要包括以下 3 点：

皮肤准备：术前一天或当天，护士会为您进行手术区域的皮肤清洁和备皮（剔除手术区域的毛发），目的是减少皮肤表面的细菌，降低术后感染几率。备皮后请保持皮肤清洁干燥，不要涂抹护肤品、化妆品，避免划伤皮肤，防止皮肤破损引发炎症，影响手术。

衣物与物品准备：手术当天统一穿着病号服。去除所有饰品（项链、戒指、耳环、耳钉、手镯等），避免手术中造成损伤或影响仪器操作；佩戴眼镜、假牙、助听器的患者，术前需取下，交由家属妥善保管。严禁随身携带贵重物品进入手术室，防止丢失。

个人卫生：术前一天可以洗澡、洗头、修剪指甲，保持全身清洁，但要注意保暖，避免着凉感冒；不要涂抹指甲油、美甲、化浓妆，方便术中观察指甲、面色等生命体征变化。女性患者需注意，若月经来潮，务必及时告知医生，医生会根据情况调整手术时间。

四、饮食与作息：科学调理，储备体力

术前饮食和作息的调整，能帮助您储备体力，更好地耐受手术和术后恢复，核心要求如下：饮食方面，常规手术术前 8-12 小时禁食、4-6 小时禁饮，这是为了防止手术中因麻醉导致呕吐，避免呕吐物堵塞气道引发窒息危险。如果是儿童、老年人或体质虚弱的患者，医生会根据具体情况调整禁食禁饮时间，请严格遵循医嘱。术前 3 天饮食以清淡、易消化为主，多吃软烂的粥、面条、蔬菜等食物，避免辛辣、油腻、生冷、产气食物，不要暴饮暴食，减轻肠胃负担。

作息方面，术前几天请保证充足的睡眠，每天睡眠时间不少于 7 小时，避免熬夜、过度劳累；保持情绪稳定，避免紧张、焦虑，可以通过听舒缓的音乐、和家属聊天、深呼吸等方式放松心情。对于过度紧张无法入睡的患者，可及时告知护士，医生会酌情使用助眠药物，充足的睡眠和良好的精神状态，能够有效提升身体耐受力，助力术后快速恢复。

五、其他注意事项：细节到位，万无一失

除了以上几点，还有一些细节需要特别注意：术前请按时服用医生开具的药物，不要自行增减药量或停药，如高血压患者术前需按时服用降压药，糖尿病患者需遵医嘱调整降糖药或胰岛素剂量；长期服用抗凝药物的患者，需提前按医嘱停药，防止术中出血过多。

术前若出现感冒、发烧、咳嗽、腹泻、过敏等不适症状，务必及时告知医生，医生会综合评估身体状态，判断是否需要推迟手术。到达手术室后，配合手术室护士进行术前核对、测量体温、血压、心率等生命体征、更换病号服等准备工作；家属请在指定等候区域停留，不要随意走动、喧哗，以便医生或护士随时沟通术中、术后情况。

其实，术前准备的核心就是“配合”与“细致”，每一项准备都是为了您的手术安全和术后顺利恢复。很多患者会因为不了解手术流程而过度恐慌，其实现代医疗技术成熟完善，术前层层评估、步步准备，都是为了给生命健康保驾护航。

作为手术室护士，我们会全程陪伴在您身边，耐心解答疑问，给予心理安抚，为您提供专业的指导和帮助。请您放松心态，放下思想包袱，充分相信专业的医生和护理团队，积极配合各项准备工作。愿每一位患者都能平稳度过手术，早日摆脱病痛，顺利康复出院！