

胃镜检查安全指南： 术前术后必知要点

◎四川省内江市东兴区人民医院 曾晓玉

提到胃镜，不少人会心里发怵，担心检查过程不舒服，更怕因为自己没做好准备影响结果或带来风险。其实，只要掌握了胃镜前后的注意事项，就能让整个检查过程更顺利、更安全。下面就来详细说说做胃镜前后到底该注意些什么。

做胃镜前，这些准备不能少

禁食禁水8小时：做胃镜前，护士会反复提醒“禁食禁水8小时”——检查前8小时内不能吃任何东西、不能喝水。这是因为胃里若有食物残留，会挡住医生的视线，可能漏看病变甚至误诊；更危险的是，检查时可能引发呕吐，呕吐物进入气管还可能导致窒息或肺炎。如果检查安排在早上，前一天晚上就别再吃喝了；若在下午，按医生指导准备即可。这一步是检查安全准确的关键，一定要严格遵守。

停用抗凝药物：如果你正在吃抗凝药（比如阿司匹林、华法林、利伐沙班等），一定要提前告诉医生。这类药能防止血液凝固，常用于预防心脏病、中风，但做胃镜（尤其是需要活检时）可能增加出血风险，小操作也可能导致出血难止。千万别自己停药！正确做法是提前咨询医生，医生会根据你的情况判断是否停药、停多久，并给出安全方案，配合医生才能确保检查安全。

穿着宽松衣物：检查当天别穿紧身衣（比如高领衣、紧身裤、束腰衣、连体衣），选宽松舒适的衣服（如休闲T恤、运动裤）和平

底鞋更合适。因为做胃镜时需要侧躺，可能还要调整姿势，有时会用镇静剂，紧身衣会限制活动、影响呼吸，还可能让自己不舒服；宽松衣服方便调整姿势，能减少紧张感，万一有分泌物也容易清洗，检查后休息时也更舒服。

取下假牙饰品：做胃镜前一定要取下假牙和饰品（如口腔金属饰品、耳环、项链）。因为胃镜是从口腔伸入的，戴假牙可能因喉咙受刺激引发呕吐，导致假牙松动滑落，甚至堵住气道；饰品若意外脱落，可能勾到器械，影响操作或增加不适。记得主动告诉护士是否戴假牙，按指导妥善保存饰品，这能让检查更安全安心。

做胃镜后，这些细节要注意

别马上开车、操作机械：如果检查时使用了喉部局部麻醉或镇静剂，检查结束后切勿立即开车、操作精密仪器或进行高空作业。这些药物可能导致咽喉部感觉功能暂时减退，出现吞咽反射迟钝、头晕嗜睡等现象，严重时甚至会影响肢体协调性与反应速度。建议检查后至少休息2小时，待药物作用基本消退、身体状态完全恢复后，再从事

上述具有潜在风险的活动。若对恢复时间存在疑虑，可随时咨询主治医师获取专业建议。

别吃热烫、刺激性食物：检查后出现喉咙异物感、轻微疼痛或吞咽不适均属正常现象，这是由于检查过程中胃镜软管对咽喉黏膜产生的短暂刺激所致。通常这种不适会在2~4小时后逐渐缓解。检查结束后的2小时内，建议保持禁食状态，待吞咽反射完全恢复后，可先尝试饮用少量常温清水。若未出现呛咳等异常，再逐步过渡到冷流食，如凉牛奶、稀藕粉等，但需严格避免热烫（超过50℃）、辛辣、过酸及粗糙坚硬的食物，以免刺激受损的咽喉及消化道黏膜。若24小时后仍存在明显吞咽疼痛、呕血等异常症状，请立即联系主治医生。当不适感基本消退后，可遵循“从流食到半流食，再到软食”的渐进原则，逐步恢复正常饮食。

警惕异常症状：如果检查后出现严重腹痛、呕血等异常症状，别大意，一定要及时就医，这可能是需要紧急处理的问题。这些症状可能预示着胃黏膜损伤、消化道穿孔或出血等严重并发症，延误治疗可能导致感染性休克、腹膜炎等更严重后果。就医时建议携带检查报告，向医生详细描述症状出现的时间、程度及伴随表现，以便医生快速诊断并制定治疗方案，必要时可能需要立即住院观察或手术干预。

胃镜检查的安全性和有效性，很大程度上取决于患者对医嘱的配合程度。检查前需严格遵循禁食禁水要求，让胃部保持理想观察状态；检查后注意饮食清淡，避免刺激创口引发不适。此外，若有任何特殊病史或正在服用的药物，务必提前告知医生。遵医嘱做好每一步，才能让胃镜检查既安全又有效哦！😊