

核磁共振为什么这么费时间？

刘明辉

成都市双流区第一人民医院 610200

【中图分类号】R445.2

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2025) 02-102-01

很多人都有过这样的体验：在等待核磁共振（MRI）检查时，时间似乎变得特别漫长。坐在冰冷的小房间里，听着机器发出的各种奇怪的噪声，几分钟仿佛变成了几个小时。那么，究竟是什么原因让这个检查如此耗时呢？

其中一个主要原因是 MRI 扫描的工作原理。MRI 利用强磁场和电磁波来生成人体内部结构的详细图像。为了确保得到高质量的图像，扫描过程需要逐层采集大量数据。这不仅需要精确的排程和调试，还要保持被检查者的稳定性。即使有些检查只需十几分钟，但对于更复杂的部位，如大脑或关节，可能需要四、五十分钟甚至更久。此外，在做扫描之前，技术人员需要对设备进行校准，并且常常需要多次尝试以获得最佳结果。总之，这些操作确保了最终的图像质量，却不可避免地消耗了大量时间。

有关核磁共振的误解

关于 MRI，有一些常见的误解，其中一个就是它被认为是痛苦的或者有辐射。实际上，这种成像技术是无痛的，也不涉及电离辐射，这点和 CT 扫描不同。因此，MRI 被认为是相对安全的成像方法。然而，由于扫描噪声和限制空间，许多人觉得这项检查让人很不舒服。除了心理上需要适应外，暂时的幽闭感和强噪声的确是挑战所在。但这些体验感是相对的，很大程度上取决于个人的心态和准备。

针对一些错误观点，我们可以幽默地说，虽然 MRI 机器的声音酷似在开一场噪音音乐会，但请放心，没有乐手在里面藏着。其中的每一个“锵锵”时刻，都是为捕捉到你身体内部的高清照片而奏响的。

谁适合做核磁共振？

对于许多需要详细诊断的情况，MRI 是无与伦比的工具，尤其适用于软组织的成像。因此，它常用于中枢神经系统病变、脊柱问题、腹腔和盆腔器官的检查。总的来说，医生会根据患者的具体病情来决定是否需要 MRI 检查。

然而，并不是所有人都适合做 MRI。首先，核磁共振对金属极为敏感，因此体内有金属植入物的人，如起搏器或某些金属支架，通常不建议进行此类检查。此外，极少数情况下，对狭小空间感到极度恐惧的患者可能需要其他检查替代。对于孕妇尤其是怀孕初期，对于 MRI 的使用需经过认真评估，尽管其公认不涉及辐射影响，但谨慎对待仍是必要的。

最后，那些担心检查费用的人可以尝试向医生询问这项检查的必要性，更多的知情可以帮助缓解不必要的焦虑。大多数情况下，经过详细讨论后，会发现核磁共振是为了更准确地诊断，而不是为了让你和机器的异响来一场冗长的“独处时光”。

做好心理准备，体验才会更轻松

了解了核磁共振的耗时原因，以及消除一些误解之后，接下来我们来谈谈如何做好心理准备，以便更轻松地应对这段不算短的“静止时光”。

首先，在心理上做好面对噪声的准备。机器声就像平底锅里的爆米花，时不时地一阵炸裂声，其实每个声响都是在记录你的身体信息。许多医院提供耳塞或耳机，有些还播放音乐，让你能够放松心情。有必要的，可以自行携带能够佩戴的舒适耳塞，以减轻噪音带来的不适感。

其次，谈到适应大机器环境的紧迫感，对于一些对幽闭环境敏感的人，提前告知技术人员可以帮助他们给予额外的关照。有时经验丰富的技师会在扫描期间与您通过对讲系统沟通，这样即便在机器内，也会感到有人在关注着您，这种心理支持很有帮助。此外，提前练习几次深呼吸，或使用方便的冥想 app，使身心更为放松，也是不错的准备。

核磁共振的“不速之客”

尽管很多人能顺利接受核磁共振检查，但仍有少数状况可能意外地被“请出”这项检查的候选名单之外。例如那些需要动态观察的医务场景，或者因某些原因无法保证长时间不动的人群，如某些严重晕眩症患者，对这些患者可能需要考虑其他影像学检查方法。

还有，值得注意的是，尽管核磁共振本身不使用辐射，但对于特定检查中使用的造影剂（如含有钆的对比剂），部分患者需要加以留心。那些肾功能较差的人群可能在使用造影剂时会有一定的风险，事先的沟通和评估对于确保检查安全至关重要。

最后，再次提醒，虽然核磁共振似乎是一个长时间的过程，但其提供的详实图像信息对于医疗决策极为重要。理解这一点，带着适当的期望和准备，通常可以让您体验到更加轻松自在的检查过程。而这，也许正是您期待更加精准诊断和适宜治疗的关键一步。

（上接第 101 页）

妇要学会自我管理，积极预防妊娠期糖尿病的发生。让我们共同努力，为孕妇和胎儿的健康保驾护航。

参考文献：

[1] 王轶飞, 赖德英, 陈秀. 5A 护理模式对妊娠期糖尿病患者的影响 [J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 26 (19): 93-96.

[2] 于瑞香. 妊娠期糖尿病待产妇产前自我管理的影响因素及护理对策 [J]. 国际护理学杂志, 2021, 40 (22): 4059-4063.

[3] 王佑招, 钟伟, 邱桂花. 以促进角色适应为目标的全程协同护理对妊娠期糖尿病患者的影响 [J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 27 (21): 108-111.