

快速康复在胃肠外科护理中的应用

陈 涓

(上海市宝山区中西医结合医院, 上海 201900)

【摘 要】胃肠外科作为医院的重要科室之一, 在临床上进行手术治疗过程中, 如何加强快速康复理念在胃肠外科护理过程中的应用, 是关系到提升胃肠外科护理工作质量效率提升的基础。因此, 本文着重研究快速康复在胃肠外科护理之中的应用情况, 对其护理方法以及效果进行系统化分析。

【关键词】胃肠外科; 快速康复; 护理

【中图分类号】R473 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1672-3783 (2020) 10-30-126-01

1 引言

随着医疗事业的不断发展, 我国的现代化医疗水平也在不断的提高, 临床医疗服务质量的提升使得病人的康复工作更为顺利。在胃肠外科的护理上, 加强临床护理, 将快速康复理论知识充分的运用到日常护理干预之中, 从而减轻手术对患者所造成的伤害, 降低术后并发症的发作概率, 实现胃肠外科患者的快速康复。

2 快速康复在胃肠外科护理中的应用情况分析

2.1 术前护理应用情况分析

在对胃肠外科患者进行手术治疗过程前, 需要对患者的身体情况以及实际患病情况进行一个充分的了解, 对患者的患病情况进行全面的评估, 根据评估的结果从而为患者制定一个合适的方案^[1]。在术前护理中, 护理人员需要对患者进行健康宣传, 安抚患者的心理情绪, 保证患者在手术过程中能够保持一个稳定的情绪。对患者进行定期探视, 发放健康手册, 帮助患者了解主刀医师情况, 针对患者提出的问题进行有效解答, 提高患者的前期配合程度, 为后期的手术做足准备。在手术前, 护理人员应该按照医嘱予以患者静脉滴注 5% 葡萄糖 250ml, 以便于患者在手术过程中有足够的糖分供给, 避免出现低血糖等问题影响手术的进行。

心理疏导是术前护理最为重要的阶段, 安抚患者的内心情绪, 对其担心的意外情况进行有效讲解, 结合患者的生理以及心理特征, 选择相应的话题转移患者的注意力, 让患者的身心从对手术的担心上转移开来, 从而实现术前心理的健康。护理人员通过与患者的不断接触和沟通, 让患者消除对医护人员的抵抗情绪, 提升患者的依从性, 从而为手术效果的提升奠定基础^[2]。护理人员应该给与患者相应的饮食营养套餐建议, 对患者的自身患病情况进行充分把握, 为患者良心定做合理的健康方案。在健康方案的设计过程中, 应该按照主刀医生的判断, 对患者的脂肪乳、氨基酸以及葡萄糖等加强摄入, 从而确保肠营养的逐渐吸收, 为患者手术的顺利打下铺垫。

2.2 术中护理的应用情况分析

在进行手术过程中, 为患者开辟静脉通道, 确保输液不受影响。在快速康复理念指导下, 对患者的输血量进行有效把控, 可以快速的解决患者术后排气所需要的时间, 降低术后并发症发生的概率。与此同时, 对患者减少输血量可以帮助患者节省一定的医疗费用, 提高患者的医疗满意度。在术中护理过程中, 对患者的身体反应情况进行有效关注, 如呼吸、面色、血压等,

对异常问题及时上报处理^[3]。

2.3 术后护理的应用情况分析

在手术后, 护理人员按照快速康复理念的指导, 应时刻对患者的体征情况进行检测, 对于异常情况及时上报处理。对患者的伤口愈合情况进行定期观察, 结合患者的自身的身体情况以及其他治疗情况帮助患者进行补液等治疗, 促进患者快速康复。对于患者是否感到身体不适以及疼痛感的强弱情况进行及时咨询并跟踪记录, 注意患者的主观感受, 提高患者在医院的护理满意度。在术后 6 个小时内, 患者需要进行禁食处理, 待 6 个小时过后, 主动帮助患者进行进食, 提醒患者通过喝米汤的方式来让肠胃逐渐适用, 告知患者饮食注意情况^[4]。

3 快速康复护理在胃肠外科中的应用效果分析

通过对快速康复理论的运用, 在术前能够抚平患者的担心和顾虑, 让患者能够积极的配合前期准备工作。在术中可以有有效的帮助患者进行快速康复, 注意对患者的体征进行观察, 降低并发症的发生概率。在术后的疼痛护理过程中, 减轻患者的痛苦, 加快患者的伤口愈合, 为患者节省一定的医疗费用, 从而最终达到提高医疗服务满意度的要求。综合来看, 在肠胃外科中运用快速康复理念进行护理工作有利于患者的快速康复, 具有较高的临床推广意义。

4 结束语

综合全文来看, 借助快速康复理论进行胃肠疾病患者的康复护理工作具有一定的临床意义, 可以快速提高临床治疗效果和康复效果, 减少术后并发症的数显。与此同时, 通过对快速康复理论的运用可以有效提高患者对医疗服务的满意程度, 提高医院在患者心中的名声, 有利于医院的后续发展。

参考文献

- [1] 王惠忠. 我国快速康复外科护理的系统评价 [D]. 山东大学, 2014.
- [2] 吴洁. 快速康复外科护理对胃肠外科手术后病人疼痛及并发症的影响 [J]. 全科护理, 2017, 15(26): 3261-3263.
- [3] 钱志芳. 快速康复理念在胃肠外科手术后患者护理中的应用效果 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2018, 3(36): 76-77.
- [4] 余玲. 快速康复护理在胃肠外科中的应用 [J]. 名医, 2019(03): 209.

慢性咳嗽该如何护理

花 蕾

(西昌市中医医院, 四川 西昌 615000)

【中图分类号】R473.2 **【文献标识码】**A **【文章编号】**1672-3783 (2020) 10-30-126-02

慢性咳嗽在医学上主要定义是以咳嗽为唯一症状, 或者是最主要的症状, 并且症状持续了 8 个星期以上, 胸片检查情况正常, 无法找到病因的一种疾病。慢性咳嗽不仅关系到呼吸系统, 还可能涉及消化道以及心血管, 所以治疗难度比较大。对于慢性咳嗽患者而言, 做好日常护理, 能够很大程度上舒缓病情。下面我们就从饮食、卫生环境和作息以及运动几个方面来谈谈慢性咳嗽应该如何护理。



一 饮食方面

饮食对于任何慢性病患者而言, 都是一个不能够被忽视的护理重点, 而慢性咳嗽患者更应注重饮食, 应该多吃些什么对身体有好处, 能够舒缓病情, 同时也要注意不能吃什么会加重病情。

1 慢性咳嗽患者应该怎样饮食

首先, 患者要注意平时的饮食搭配, 要保障饮食清淡但是又富含营养。要多吃富含蛋白质的食物, 早餐可以吃鸡蛋喝牛奶, 其中, 鸡蛋吃法比较多样, 下面介绍一种比较适合慢性咳嗽患者的吃法:

磕破鸡蛋后, 放入碗中, 不要搅拌, 然后放一勺糖和植物油, 用炖鸡蛋羹的方法炖熟, 趁热食用, 能够有效舒缓咳嗽, 同时鸡蛋的营养成分较高, 能够增强患者体质。

多食用大豆类的食品, 也能够有效补充蛋白质, 只有保障充足的蛋白质供应, 才能够提高患者的体质, 有效对抗疾病。除此之外, 萝卜也是一种对慢性咳嗽患者十分有益的食物, 萝卜宽胸理气, 可以再加上蜂蜜, 润肺止咳, 蜂蜜萝卜搭配, 熬至蜂蜜萝卜汤。如果患者咯痰比较严重, 就不要使用蜂蜜了。

其次, 应该及时补充维生素, 水果中维生素含量比较丰富, 其中, 梨更是慢性咳嗽患者的最佳水果选择, 梨的水分充足, 对于慢性咳嗽有很好的舒缓作用。当然, 慢性咳嗽患者尽量避免生冷食物, 如果觉得直接吃梨比较凉, 可以熬冰糖雪梨茶, 味道较好同时又有一定功效。除了水果之外, 患者还可以服用一些复合维生素片, 也能够起到一定的保健作用。慢性咳嗽患者可以尝试喝大麦茶, 苦荞茶也可以。大麦、味甘、性平、治急性咽喉炎、扁桃体炎、咽喉部脓肿。多喝大麦茶对于慢性咳嗽患者而言是十分有益的。

2 慢性咳嗽患者饮食的禁忌

首先, 不能吃发物。所谓的发物, 其实是指那些吃了之后会让炎症加剧的食物, 在日常生活中, 比较常见的发物有许多, 海鲜类的主要是没有鳞片的鱼如鲈鱼, 蔬菜类的主要有竹笋、芥菜、南瓜、菠菜等, 水果类的主要有桃子、杏、花生、芒果、荔枝、甜瓜等, 这些水果或者是蔬菜会在一定程度上加重病人的炎症, 对于慢性咳嗽患者而言是不可取的。



其次, 辛辣刺激性食物也是坚决不能吃的食物。辛辣刺激的食物首先会对呼吸道系统形成刺激, 同时这些食物往往会伴有较大的油腻性, 会加剧炎症, 十分不利于患者的恢复, 所以, 在日常饮食中, 一定要忌辛辣, 忌生冷。

另外要避免油炸和烧烤类食物。同理, 这些食物也容易引起上火, 不利于患者的恢复。另外, 油炸类食物有比较油腻会影响肠胃的吸收消化功能, 肠胃功能不好对也会加重咳嗽。

最后, 少吃加工食品。这些食品含有高度加工的成分, 营养很少, 所以经常吃加工食品是没有任何好处的。另外, 精制糖含量高的食物, 如糖果, 饼干和果汁, 对血糖含量有破坏性。它们经过高度加工而且不含纤维, 向血液中输送糖, 导致胰岛素水平急剧上升, 血糖水平在短时间下降, 最终也会加重患者的咳嗽症状。

二 卫生环境

首先是要确保空气能够顺畅地流通, 要及时开窗通风, 保证空气新鲜, 另外, 尽量不要在过于潮湿的环境下居住, 因为这种环境往往比较容易滋生细菌, 刺激呼吸道。

其次, 要避免细菌感染, 从外面回来的时候, 一定要洗手, 尽量用抑菌消毒的洗手液进行清洗, 除此之外, 患者要准备好一套自己的餐具, 对患者所居住的房间进行及时清扫, 注意好卫生, 避免细菌的感染。

另外, 一定要少去灰尘较多的地方, 出门带好口罩, 避免吸入灰尘和油烟, 刺激呼吸道。在家中要避免吸二手烟, 患者一定要戒烟, 家属也不要在一个房间内抽烟, 从而减少对患者的呼吸道的刺激。

最后, 对于慢性咳嗽患者而言, 在清洁洗漱上, 可以适当采用冷水来进行, 能够提高人体的耐寒度, 提高免疫力。

三 多做运动

鼓励患者加强身体锻炼, 可以每天坚持慢跑, 最好是在早晨进行晨跑, 空气清新, 能够有效缓解呼吸压力。另外, 鼓励慢性咳嗽患者学习瑜伽或者是其他比较舒缓的运动, 既能够有效调节身体, 还能够舒缓和放松心情。

对于慢性咳嗽患者而言, 要尽量避免剧烈运动, 比如高强度健身活动, 这些会加重病情, 要把握好适度原则, 适当进行运动。

四 做好保暖工作

从中医角度而言, 慢性咳嗽多是患者体内有寒气, 所以对于慢性咳嗽患者来说, 一定要做好保暖工作, 千万不要受凉, 特别是在换季的时候, 更是应该及时加衣服。寒冷的冬季, 如果患者需要外出, 尽量乘车不要骑电动或者摩托车, 气温比较低的时候, 要尽量待在室内, 多运动, 喝姜糖水暖身子, 抵挡寒气入侵身体。

温馨提示: 慢性咳嗽患者有许多都伴随咯痰的症状, 所以家中应该常备一些有助于化痰的药物, 当患者咳嗽发作同时难以把痰咳出来的时候及时服药, 另外, 也能够通过体位引流的方法帮助把痰排出来。