

是缓解期以康复治疗为主,目的是增强病人的体质,提高抗病能力,减少急性发作,从而延缓病情的进展<sup>[4]</sup>。现今医学模式已从生物医学模式向生物—心理—社会医学模式转变。医学的研究对象已不仅仅是疾病而是病人,如何提高慢性病人的生活质量,才是我们今后更需关注的重点。

COPD 患者的康复训练是一项长期、艰苦的工作,在疾病缓解期对病人进行合理有效的健康指导非常重要。帮助患者树立信心,坚持锻炼,防止疾病进一步发展,达到提高生活质量,延长寿命的目的。在进行有氧运动康复治疗训练时,采取循序渐进的方法逐渐加大病人的运动量,指导患者有目的、有计划、科学地进行有氧运动锻炼。适当调整有氧运动的方式,对意志薄弱、依赖性强的患者多给予心理支持,鼓励、帮助患者配合有氧运动康复治疗。

本组资料显示:社区内 COPD 患者经 2 年有氧运动康复治疗,急性发作次数减少,营养状况好转,生命质量改善。有氧运动是一种有效而经济的治疗方法,通过对 COPD 患者进行有氧运动,可以改善肺功能,减少急性发作的次数,减轻其经济负担,延缓病程的进展,提高生活质量,增强患者对康复治疗的信心。

## 参考文献

- [1] 任建萍,薛海,刘云,等.慢性阻塞性肺疾病患者行为及认知状况调查研究[J].中国卫生事业管理,2001,15(2):112.
- [2] 陈萍,赵海涛.COPD 严重程度分级及其治疗[J].中国实用内科杂志,2004,24(2):118.
- [3] 中华医学会.慢性阻塞性肺疾病(COPD)诊治规范(草案)[J].中华结核和呼吸杂志,1997,20(4):199.
- [4] 于润江,陈文彬,赵鸣武,等.慢性阻塞性肺疾病诊治的新观念[J].中国实用内科杂志,1996,16(8):449.

(收稿:2006-03-07)

## 肺移植术后康复期自我护理指导的应用

原少清,曾子芳,潘 瑶\* (广州医学院第一附属医院呼吸疾病研究所胸外科 广州 510120)

**【摘要】** 目的 探索肺移植患者术后康复期自我护理的指导方法。方法 总结分析了 3 例肺移植患者出院前的自我护理指导。结果 3 例患者出院后恢复良好,生活自理,正常的工作。结论 通过对肺移植患者出院前的自我护理指导,使患者掌握更多的自我护理知识,减少并发症,提高生活质量。

**【关键词】** 肺移植;自我护理;康复期

肺移植是治疗终末期肺病的唯一有效的方法。肺移植术后的自我护理是患者长期存活的关键,做好患者出院前的自我护理指导,对提高患者生存质量及延长生命具有重要意义。本文对 3 例肺移植手术病人,实施出院前自我护理指导和康复追踪报道如下。

### 1 临床资料

3 例均男性,分别为 45 岁、63 岁、46 岁。①诊断 双肺慢性多发性先天性肺囊肿;双侧代偿性肺气肿;肺心病;心功能 II 级。行右侧单肺移植术。②COPD 终末期;肺心病,肺动脉高压;前列腺肥大。行右侧单肺移植术。③诊断: COPD 终末期并双侧巨大肺大疱形成。曾行左上肺大疱切除术。左侧单肺移植并右侧肺同期减容术。

### 2 自我护理指导内容

2.1 生理状况的自我护理 ①要掌握基本操作技能:体温、血压、脉搏、体重、血糖、肺活量的测量。告

知排斥反应是肺移植术后特有的现象,急性排斥反应若发现或处理不及时,可致死亡。及时就诊。控制体重在一个相对稳定的水平,因免疫抑制剂的用量与体重有关。教会使用简易血糖仪,定期自我血糖监测。学会使用简易呼吸功能锻炼仪。②要掌握特殊观察技能:定期肺功能检查,了解肺功能恢复的程度。定期检查抗排斥药的血药浓度。③服用抗排斥药物必须严格遵医嘱,定时定量服药,定期复查血药浓度、血象、肝肾功能。④树立自我保护意识、预防和控制感染,建立健康的生活方式,戒烟戒酒。注意家居清洁卫生和个人卫生,防止感冒。⑤改变不良的饮食习惯,尽量进食一些高蛋白、高维生素、营养丰富、易消化的食物。保证有充足的睡眠时间。⑥适当的呼吸功能锻炼和日常活动。指导患者掌握呼吸肌功能锻炼及身体大肌肉群的锻炼方法,恢复患者活动能力,可配合针灸按摩等物理治疗。⑦随访及复查,及时做好治疗效果的跟踪和抗排斥药物的调整。

2.2 心理状况的自我护理 针对患者不同的文化素质、性格特征、心理状态等,做好心理疏导,恰当的心理干预和鼓励,给患者予信心,使患者恢复尽快重返社会的决心。

### 3 结果

通过对 3 例肺移植患者出院前的自我护理指导,掌握更多的自我护理知识,减轻其心理负担,3 例术后康复良好,生理指标稳定,已经重新投入社会生活,生活质量大大提高。

### 4 讨论

4.1 生理护理和心理护理并重 器官移植虽然使患者生命得以延续,但也会使机体丧失或改变某些正常功能,在护理中必须树立整体观念,对患者实施系统化整体护理,既参与器官移植患者的治疗、护理,又帮助患者树立战胜疾病的信心,积极配合治疗,以提高患者生存质量<sup>[1]</sup>。

4.2 充分发挥患者、家属参与护理的主观能动性 心理调节对提高肺移植术后康复期患者的生活质量起至关重要的作用。成功进行肺移植手术后,生命得以延续,但患者存在不同程度的焦虑、抑郁、恐惧等负面情绪。这种情绪严重影响患者后续治疗和生活质量。做好肺移植患者康复期的自我护理指导,最大限度地发挥患者、家属参与护理的主观能动性,使患者通过心理康复教育,情绪渐趋稳定,心理压力减轻,能面对现实,正确对待疾病,体现了康复期的自我护理

指导的重要作用。

4.3 争取社会系统的支持与配合 社会支持包括来自个人或组织给予的精神上和物质上的帮助和支援<sup>[2]</sup>。社会支持低下本身可导致个体产生不良心理体验,如孤独感、无助感,从而使心理健康水平降低<sup>[3]</sup>。特别是患者的家庭,除要承担患者后续治疗的高额医疗费用外,还要在出院后承担照顾患者起居生活的重大责任。患者后续治疗的高额医疗费用出院后严重经济和心理压力。有必要进行这方面的心理辅导。通过康复期自我护理指导和追踪随访,给予关心与安慰,使其认识到家人的关怀与照顾是患者今后高质量生活的前提和保证,家庭与医院是肺移植术后患者永远的支持点。而且,通过康复期自我护理指导,使患者能提前学习和适应将来如何在有限的生活条件下,减少并发症的发生、降低并发症的严重程度,从而使患者树立生活信心,最大限度提高肺移植患者出院后的生活质量。

### 参考文献

- [1] 周霞,缪东梅.肺移植术后免疫抑制治疗的护理[J].护士进修杂志,2004,19(6):548.
- [2] 黄丽,罗健主编.肿瘤心理治疗[M].第1版,北京:人民卫生出版社,2000:75.
- [3] 黄丽,杨延忠.社会支持:肿瘤护理中值得重视的一种理念和方法[J].中华护理杂志,2002,37(8):631.

(收稿:2006-02-27)

## 雌激素治疗老年性阴道炎的效果观察与护理

黄亦武\* (广东医学院附属医院 湛江 524001)

**【提 要】** 目的 观察雌激素治疗老年性阴道炎的疗效及护理。方法 将 113 例老年性阴道炎的围绝经期妇女随机分为研究组 57 例和对照组 56 例,研究组采用尼尔雌醇联合灭滴灵阴道用药治疗,对照组单纯采用灭滴灵治疗,观察两组效果。结果 研究组显效率(痊愈+显效)为 98.3%,高于对照组 71.4%( $p < 0.01$ )。结论 尼尔雌醇联合灭滴灵阴道用药治疗老年性阴道炎是一种效果明显、副作用小、简便实用的方法,值得推广。

**【关键词】** 雌激素;阴道炎;护理

我国已步入老龄社会,而老年人的社区护理机构还比较落后,再加上我国的家庭结构、文化素质等因素,使相当多的老年人独居,另外,老年人对老年相关疾病认识不足,尤其是老年性阴道炎。近年来,老年性阴道炎的发病率有上升的趋势,加之部分老年患者对本病认识不足,致使病情较为严重。本文旨在探讨

老年性阴道炎治疗的有效方法。

### 1 资料与方法

1.1 一般资料 2004 年~2005 年 10 月我院确诊老年性阴道炎 113 例,年龄 46~65(48.8±5.5)岁。均符合老年性阴道炎的诊断标准<sup>[1]</sup>。随机分为两组,研究组 57 例,采用尼尔雌醇联合灭滴灵治疗,对照组 56