

健康宣教丛书



# 外科疾病

WAIKE JIBING JIANKANG DUBEN

# 健康读本

吴蓓雯 钱培芬 主编

下肢静脉曲张如何自我护理  
手术前您的心理调试好了吗  
如何尽早发现肝癌  
何为饭后六不急  
如何知道得了痔疮  
怎样预防结肠癌  
乳腺癌会遗传给下一代吗  
哪些因素易引起小儿烧伤  
什么是排斥  
烧伤患者有何忌口  
甲亢的病因及机制是什么  
.....

W 世界图书出版公司

您知道吗



健康宣教丛书

# HEALTH

## 外科疾病

WAIKE JIBING JIANKANG DUBEN

吴蓓雯 钱培芬 主编

## 健康读本



世界图书出版公司  
上海·西安·北京·广州

## 图书在版编目(CIP)数据

外科疾病健康读本/吴蓓雯,钱培芬主编. —上海:  
上海世界图书出版公司, 2006. 7

(健康宣教丛书)

ISBN 7-5062-8064-7

I. 外... II. ①吴... ②钱... III. 外科学:  
护理学—手册 IV. R473.6-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2006)第 024321 号

## 外科疾病健康读本

吴蓓雯 钱培芬 主编

---

上海世界图书出版公司出版发行

上海市尚文路 185 号 B 楼

邮政编码 200010

南京展望文化发展有限公司排版

上海场南印刷厂印刷

如发现印装质量问题,请与印刷厂联系

电话: 021-56680797

各地新华书店经销

---

开本: 890×1240 1/32 印张: 6.75 字数: 145 000

2006 年 7 月第 1 版 2006 年 7 月第 1 次印刷

印数: 1—8 000

ISBN 7-5062-8064-7 / R·142

定价: 22.80 元

<http://www.wpcsh.com.cn>

## 编写人员名单

主 编：吴蓓雯 钱培芬

副主编：施晓群 龚政枫

参编人员：方 琼 张世瑜 查庆华 熊少洁

刘丽莉 倪 娜 陆 峥 陶似鸿

胡琰霞 张 静 颜惠萍 彭晓琼

黄雅珍 徐 萍 顾秋莹 韦 琳

刘诗光 张 筠 袁韵玉 张 洁

陈 琦 张蓓蓓 潘淑丹 丁尔其

张齐蓉 栾印蔚 孙霞群 彭彩虹

潘文冲 吴晓燕 施慧琴 周 赞

方丽莉 张 寅 陈雅琴 周 洁

骆智臻 王春兰 李文慧 朱 圆

绘 图：彭 亮



# 序

马克思认为,健康是人的第一权利,是人类生存的第一前提,也是历史发展的第一前提。我国宪法明确规定,维护公民健康,是公民的基本权利之一。在经济和科技快速发展的 21 世纪,人们比任何时候都更加关注自身的健康,各国政府和科学家都在投巨资和精力研究健康问题。可见,关注身体健康是人类可持续发展的永恒话题。

健康教育在卫生保健总体战略中的地位受到了全世界的瞩目,开展健康教育势在必行。由于个人的健康意识和其生活背景有密切的关系,所以通过健康信息的传播,帮助并指导人们建立有利于健康的行为生活方式,使人们在面临健康与疾病的预防、治疗、康复等问题时,有能力作出行为选择,自愿采纳有利于健康的行为方式,消除或减轻其面临的危险因素,达到健康的相关行为,从而增进健康。要完成这一任务,需要广大医护工作者广泛开展健康教育,领域扩展到医院外的社区、家庭和个人。

“健康宣教丛书”所有作者均为长期工作在临床第一线、具有丰富临床经验和理论水平的高级护理工作人员。采用科普教育的方式,按系统分类,深入浅出地进行阐述,图文并茂,通俗易懂,易被广大读者掌握。

本系列丛书由内科、外科、妇科、儿科、老年科、感染科、门急诊、肿瘤科、烧伤科、骨科等 10 部分组成,它涵盖了各系统疾病全方位的健康知识,诸如一种疾病的内、外科诊疗知识和健康需求保健知识,一种疾

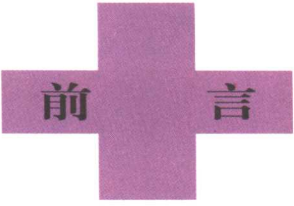
病在不同年龄阶段的治疗特点及保健重点等,如肾炎,在儿童时期、成人期及老年期的保健略有不同,分别在儿科、内科及老年科有不同的表现,等等。该系列丛书不仅可指导人们如何预防疾病,而且能够指导护士如何开展病房健康教育,还能帮助不同年龄段的读者获得各自需求的健康保健知识。该系列丛书具有很强的科学性、实用性和可读性,不但可作为护理专业人员的工具书,还可作为在校护理学专业学生的辅助材料,也是广大读者的健康生活指南。

本书体现了作者丰富的理论知识和临床经验,真诚的将自己所掌握的健康保健知识奉献给广大热爱生活和寻求健康保健知识的读者的热切心情,让人们好好善待生命,热爱生活。

“健康宣教丛书”的出版在不久的将来如能为每一位读者提供健康保健的指导,能得到读者的欢迎,这是工作在临床第一线的广大护理人员所期盼的,也是最感欣慰的。

袁克俭

2006年4月



# 前 言

随着现代外科学的迅猛发展,外科疾病的护理理念和健康指导已不断更新,尤其是近年来新的治疗技术和手段的普遍开展,使外科护理也得到了不断拓展。健康教育是疾病治疗和护理的重要一环,它促使人们采用有利于健康的行为,消除或降低危险因素,降低发病率、伤残率和死亡率,从而提高生活质量。

本书编者均有丰富的临床工作经验并长期承担护理教学工作,撰写中力争从外科临床及健康教育的实际出发,内容翔实、实用性强,将临床中经常困惑患者的问题一一阐明。不仅有助于患者了解疾病,配合医护工作,也适合于广大护理工作者参考。

由于医学发展迅速及编者学识水平有限,书中不足之处,敬请读者批评指正。

本书的编写得到了上海交通大学医学院附属瑞金医院领导的关心和支持,特此表示衷心的感谢!

吴蓓雯

2006年4月

# 目录



## Contents

### 1

#### 普外科健康宣教

- 1 手术前您的心理调适好了吗 / 2
- 2 您的身体是否能够耐受即将到来的手术 / 2
- 3 手术前您为什么要避免频繁出入公共场所 / 2
- 4 手术前常规准备 / 3
- 5 手术日早晨您该做些什么 / 4
- 6 手术日早晨您会经历什么 / 5
- 7 手术当日您会得到哪些监测 / 5
- 8 您该怎样面对手术后的疼痛 / 5
- 9 手术后恶心、呕吐该怎么办 / 6
- 10 手术后口干舌燥该怎样应付 / 6
- 11 手术后何时能活动 / 6
- 12 手术后该怎样刷牙 / 7
- 13 手术后该如何排尿 / 7
- 14 手术后进食该如何安排 / 7
- 15 手术后发热是否正常 / 7
- 16 手术后该怎样沐浴 / 8



# 1

## 普外科健康宣教

- 17 手术后并发症该怎样护理 / 8
- 18 甲状腺是什么样的器官 / 9
- 19 甲状腺常见疾病有哪些 / 9
- 20 出现哪些症状应考虑甲状腺疾病 / 9
- 21 甲状腺肿大可见于哪些疾病 / 10
- 22 甲状腺功能亢进的发病原因及机制是什么 / 10
- 23 出现哪些症状需要警惕发生甲状腺功能亢进 / 10
- 24 甲状腺功能亢进不治疗会带来哪些后果 / 11
- 25 甲状腺功能亢进和突眼有什么关系 / 11
- 26 甲状腺功能亢进伴突眼时要注意什么 / 11
- 27 如何治疗和预防甲状腺功能亢进复发 / 12
- 28 甲状腺功能亢进及甲状腺功能减退患者长期服用西药有何影响 / 12
- 29 甲状腺功能亢进长期不愈,会出现哪些并发症 / 12
- 30 什么情况下不宜用手术治疗甲状腺功能亢进 / 13
- 31 哪些甲状腺功能亢进患者需要手术治疗 / 13
- 32 甲状腺功能亢进患者饮食上有哪些注意点 / 14
- 33 甲状腺功能亢进患者手术前为什么要服用碘剂 / 14
- 34 甲状腺功能亢进患者手术前如何服用碘剂 / 14

# 1

## 普外科健康宣教

- 35 如何预防甲状腺功能减退症的发生 / 15
- 36 甲状腺功能减退症患者需要注意哪些事项 / 15
- 37 什么是甲状腺腺瘤或甲状腺囊肿 / 15
- 38 患有甲状腺肿瘤饮食应注意什么 / 16
- 39 甲状腺腺瘤一定需要手术吗 / 16
- 40 怎样预防甲状腺肿瘤 / 16
- 41 什么是单纯性甲状腺肿 / 16
- 42 哪些情况下单纯性甲状腺肿患者需要手术 / 17
- 43 如何预防单纯性甲状腺肿 / 17
- 44 甲状腺手术前需做哪些准备 / 17
- 45 甲状腺手术可能会出现哪些并发症 / 18
- 46 甲状腺手术后可以吃哪些食物 / 18
- 47 什么是甲状腺危象 / 19
- 48 甲状腺手术后要注意些什么 / 19
- 49 甲状腺手术出院后还需注意哪些事项 / 19
- 50 为什么会发生下肢静脉曲张 / 20
- 51 什么是静脉曲张 / 20
- 52 下肢静脉曲张有哪些表现 / 20
- 53 下肢静脉曲张有哪些治疗方法 / 20
- 54 如果长期静脉曲张不治疗可能会造成哪些后果 / 21
- 55 下肢静脉曲张手术前需注意哪些事项 / 21
- 56 下肢静脉曲张发生患肢肿痛应如何护理 / 21
- 57 下肢静脉曲张患者肢体发生溃疡应如何处理 / 22

# 1

## 普外科健康宣教

- 58 下肢静脉曲张该如何自我护理 / 23
- 59 如何预防四肢血管疾病 / 23
- 60 肝癌的发病原因有哪些 / 24
- 61 如何预防肝癌的发生 / 25
- 62 肝硬化患者出现什么情况时应怀疑肝癌发生 / 25
- 63 乙型肝炎、肝硬化与肝癌有关吗 / 25
- 64 如何早期发现肝癌 / 26
- 65 肝癌患者出现哪些表现应警惕发生肝性脑病 / 26
- 66 肝癌患者如何进行自我护理 / 26
- 67 AFP 检查阳性,意味着患上肝癌了吗 / 27
- 68 为什么肝硬化门脉高压患者容易发生上消化道出血 / 27
- 69 如何预防门脉高压症患者发生消化道出血 / 27
- 70 食管胃底静脉曲张破裂的介入治疗有哪些,疗效如何 / 28
- 71 肝硬化门静脉高压症大出血的外科治疗情况怎样 / 29
- 72 哪些食管曲张静脉破裂大出血患者需要手术 / 29
- 73 肝硬化门脉高压患者可行预防性手术治疗吗 / 29
- 74 门脉高压症患者发生呕血时,最应注意什么 / 30
- 75 胆道系统由哪些器官、组织组成 / 30
- 76 胆汁怎样工作 / 30
- 77 胆道系统疾病有哪些 / 30

# 1

## 普外科健康宣教

- 78 胆道系统手术前会经历什么 / 31
- 79 胆道手术后的 T 管该怎样护理 / 31
- 80 ERCP 是什么 / 32
- 81 不开腹腔的胆道系统手术——腹腔镜手术 / 32
- 82 没有胆囊该如何进食 / 32
- 83 有黄疸该怎么办 / 32
- 84 胆囊切除后还会有结石吗 / 33
- 85 PTCD 是什么 / 33
- 86 胃在我们身体的哪个位置 / 33
- 87 胃是怎样消化食物的 / 33
- 88 何为饭后六不急 / 34
- 89 如何针对四季变化关注自己的胃 / 35
- 90 吸烟、饮酒对胃有什么刺激 / 35
- 91 胃有哪些肿瘤, 其中哪些是良性的, 哪些是恶性的 / 36
- 92 何为十二指肠憩室 / 36
- 93 当您得了胃溃疡时将如何治疗 / 36
- 94 在胃部手术前必须完成哪些必要的检查及化验 / 36
- 95 手术前一日护理人员会为您做好哪些准备工作呢 / 37
- 96 口服导泻药物——“硫酸镁”该如何正确服用 / 37
- 97 当您得知需要手术时, 如何调试自己的心理状态 / 38
- 98 手术后放置胃管的原因 / 38
- 99 手术后要多长时间才能拔除胃管进食 / 38
- 100 胃管拔除后饮食的要求及注意事项 / 38



# 1

## 普外科健康宣教

- 101 手术以后,应如何防止各种身体上的导管滑出 / 39
- 102 胃部手术切口多久可以接触水 / 39
- 103 手术切口出现什么情况时需要就医 / 39
- 104 手术以后,您应在护士和医生指导下,怎样进行床上活动 / 40
- 105 什么是“倾倒综合征”,手术后该如何预防和处理 / 41
- 106 出院后怎样合理安排自己的饮食 / 41
- 107 哪些食物对恢复是有利的,哪些是有害的 / 41
- 108 为何手术后要强调饮食上少食多餐的目的 / 42
- 109 肛肠病患者该保持怎样健康的生活方式 / 42
- 110 如何知道得了痔疮 / 43
- 111 如何区分直肠癌与痔疮 / 43
- 112 什么是结肠癌 / 44
- 113 结肠癌的病因是什么 / 44
- 114 为何我国近年来结肠癌患者日益增多 / 45
- 115 怎样早期发现结肠癌 / 45
- 116 右半结肠癌和左半结肠癌有哪些区别 / 45
- 117 哪些检查可以帮助查明是否得了结肠癌 / 46
- 118 直肠癌手术之前怎样饮食 / 46
- 119 医生为何关注结直肠癌手术后患者有无“排气” / 46

# 1

## 普外科健康宣教

- 120 如何促使结直肠癌患者手术后排气 / 47
- 121 结直肠癌手术后饮食要注意什么 / 47
- 122 什么是人工肛门 / 48
- 123 怎样做好人工肛门的自我护理 / 48
- 124 怎样使用人工肛门袋 / 49
- 125 怎样预防结肠癌 / 49
- 126 多喝牛奶对预防大肠癌有好处吗 / 49
- 127 怎样做好结肠癌患者的饮食调理 / 50
- 128 “问号”形腹痛提示得了什么病 / 50
- 129 如何预防急性阑尾炎 / 51
- 130 急性阑尾炎可能会引起什么病症 / 51
- 131 乳房的位置 / 51
- 132 正常乳房摸起来是什么感觉 / 51
- 133 乳腺癌有哪些高危因素 / 52
- 134 哪些人易患乳腺癌 / 52
- 135 乳腺癌常见症状有哪些 / 53
- 136 乳腺癌的几种治疗方法 / 54
- 137 乳腺癌手术后有哪些并发症 / 54
- 138 乳腺癌手术后患侧上肢该如何锻炼 / 55
- 139 年轻女性是否更易患乳腺癌 / 56
- 140 乳腺小叶增生是乳腺癌的前期病变吗 / 56
- 141 乳腺癌会遗传给下一代吗 / 56
- 142 乳腺癌的预后与年龄有关吗 / 57
- 143 妊娠乳腺癌的预后如何呢 / 57
- 144 如何进行乳房自我检查 / 57
- 145 如何从饮食上杜绝乳腺癌 / 58
- 146 乳腺癌手术后如何随访 / 59
- 147 乳腺癌手术后随访检查些什么 / 60

# 1

## 普外科健康宣教

- 148 何为急性乳腺炎 / 60
- 149 怎么会发生急性乳腺炎 / 60
- 150 如何区分乳腺炎和炎性乳腺癌 / 61
- 151 什么是乳管内乳头状瘤 / 61
- 152 什么是乳房平滑肌瘤 / 61
- 153 何谓乳腺囊肿 / 61
- 154 什么是乳腺增生 / 61
- 155 什么是炎症性的乳房肿块 / 62
- 156 什么是增生性的乳房肿块 / 62
- 157 什么是乳腺纤维腺瘤的肿块 / 62
- 158 什么是急性胰腺炎 / 63
- 159 急性胰腺炎的发生原因有哪些 / 63
- 160 胰腺炎是吃出来的吗 / 63
- 161 得了胆结石,会导致胰腺炎吗 / 63
- 162 病毒感染会导致胰腺炎吗 / 64
- 163 出现哪些不适高度提醒您可能患了胰腺炎 / 64
- 164 胰腺炎到底有多严重 / 64
- 165 胰腺炎患者为什么要用生大黄 / 64
- 166 胰腺炎患者为什么要敷皮硝 / 64
- 167 胰腺炎患者为什么要禁食 / 65
- 168 胰腺炎患者为什么要给予胃肠减压 / 65
- 169 手术后为什么要在床上翻身拍背 / 65
- 170 手术后为什么要留置导尿管 / 65
- 171 导尿管什么时候可以拔除 / 65
- 172 手术以后腹腔内会放很多管子吗 / 65
- 173 腹腔内的管子什么时候可以拔除 / 66
- 174 空肠管内滴入的营养液有哪些 / 66

# 1

## 普外科健康宣教

- 175 空肠管内滴入的营养液可以自己制作吗 / 66
- 176 手术后为什么要用生长激素 / 66
- 177 有的胰腺炎患者需要再次手术吗 / 66
- 178 低脂流质有哪些 / 67
- 179 低脂半流质有哪些 / 67
- 180 低脂普食有哪些 / 67
- 181 哪些食物胰腺炎患者绝对不能吃 / 67
- 182 胰腺炎患者出院后一定要戒烟酒吗 / 67
- 183 胰腺炎患者出院后,以后再也不能吃油腻的食物吗 / 67
- 184 出院后还需要服药吗 / 68
- 185 出院后多久要来复诊 / 68
- 186 出院后还能运动和工作吗 / 68
- 187 胰腺炎会复发吗 / 68

# 2

## 器官移植健康宣教

- 188 世界器官移植的进展与现状 / 70
- 189 中国器官移植的进展与现状 / 70
- 190 肾脏的解剖结构和功能有哪些 / 71
- 191 肾脏是如何工作的 / 72
- 192 如何照料肾脏 / 73
- 193 为何要进行肾脏移植 / 74
- 194 什么样的患者适合做肾移植 / 74
- 195 什么样的患者不适合做肾移植 / 75
- 196 年龄对移植有限制吗 / 75
- 197 移植一个肾脏可以维持正常生活吗 / 75
- 198 是否考虑肾移植 / 75
- 199 怎样与肾移植医生们取得联系 / 76

## 2

### 器官移植健康宣教

- 200 如何进行手术前评估 / 76
- 201 如何寻找肾源 / 76
- 202 怎样调整肾移植前的心理状态 / 77
- 203 手术步骤及移植肾的部位 / 78
- 204 手术后如何进行护理和自我观察 / 78
- 205 肝脏的结构是怎样的 / 80
- 206 肝脏的功能有哪些 / 80
- 207 为何要进行肝脏移植 / 81
- 208 什么人适合做肝移植 / 81
- 209 什么人不适合做肝移植 / 81
- 210 您是否考虑肝移植 / 82
- 211 您应该与哪些医生取得联系 / 82
- 212 如何进行手术前评估 / 82
- 213 如何寻找供肝 / 83
- 214 怎样调整移植前的心理状态 / 83
- 215 什么是肝移植的替代疗法 / 84
- 216 肝移植的手术方式分为哪几种 / 84
- 217 手术后需要注意哪些问题 / 85
- 218 什么是排斥 / 87
- 219 超急性排斥反应 / 87
- 220 加速性排斥反应 / 88
- 221 急性排斥反应 / 88
- 222 慢性排斥反应 / 88
- 223 怎样观察排斥信号 / 89
- 224 如何预防排斥反应 / 89
- 225 类固醇激素有哪些不良反应 / 90
- 226 骁悉(简称 MMF)有哪些不良反应 / 90
- 227 环孢素(简称 CsA)有哪些不良反应 / 91