

国家示范性建设骨干高职院校项目成果
福建省医药护理职业教育集团规划教材

内科护理

主编 叶毅敏 汪 勤

（护理专业适用）

高等教育出版社

国家示范性建设骨干高职院校项目成果
福建省医药护理职业教育集团规划教材

内科护理

Neike Huli

(护理专业适用)

主 编 叶毅敏 汪 勤

副主编 陈芬菲 刘江红

编 委 (按姓氏汉语拼音排序)

陈芬菲 泉州医学高等专科学校

梁茹冰 泉州医学高等专科学校

刘阿婷 泉州医学高等专科学校

刘江红 福建卫生职业技术学院

吕一婷 厦门医学高等专科学校

马桂芳 解放军第一七五医院

汤 利 泉州市第一医院

汪 勤 漳州卫生职业学院

王郑矜 漳州卫生职业学院

叶毅敏 泉州医学高等专科学校

张清华 解放军第一七五医院

曾 巍 泉州医学高等专科学校

郑 渊 泉州医学高等专科学校

内容简介

本教材是福建省高职高专教育“十二五”规划教材,亦是国家示范性建设骨干高职院校项目成果教材之一。

内科护理是高职高专护理、助产专业的主干课程之一,是关于认识疾病及其预防、治疗、护理措施,以及促进康复、增进健康的一门专业必修课。本教材以护理程序为框架进行编写,内容涵盖呼吸系统、循环系统、消化系统、泌尿系统、血液及造血系统、内分泌系统、风湿性疾病、神经系统等内科常见病、多发病患者的护理。在每章的常见病中,选取常见病例作为代表,以学习情境导入,引发学生的护理临床思维,章后设有讨论角,以便于师生共同讨论病例,引导学生理解和运用新知识,力求增强职业岗位能力,突出护理理念,同时注重教材结构整体优化及新知识、新技术的补充。

本教材适用于全国高职高专院校护理、助产专业学生,也可以作为在职护士继续教育及临床相关人员的参考用书。

图书在版编目(CIP)数据

内科护理 / 叶毅敏, 汪勤主编. — 北京: 高等教育出版社, 2014.4

ISBN 978-7-04-033931-4

I. ①内… II. ①叶… ②汪… III. ①内科学—护理学—高等职业教育—教材 IV. ①R473.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2014) 第 039995 号

策划编辑 夏 宇
责任编辑 胡美萍

责任编辑 夏 宇
责任印制 刘思涵

封面设计 李小璐

版式设计 童 丹

出版发行 高等教育出版社
社 址 北京市西城区德外大街4号
邮政编码 100120
印 刷 煤炭工业出版社印刷厂
开 本 787mm×1092mm 1/16
印 张 22.25
字 数 510千字
购书热线 010-58581118

咨询电话 400-810-0598
网 址 <http://www.hep.edu.cn>
<http://www.hep.com.cn>
网上订购 <http://www.landaco.com>
<http://www.landaco.com.cn>
版 次 2014年4月第1版
印 次 2014年4月第1次印刷
定 价 38.00元

本书如有缺页、倒页、脱页等质量问题,请到所购图书销售部门联系调换
版权所有 侵权必究
物 料 号 33931-00

随着医学教育的不断深入，教学资源特别是教材的使用与新形势下卫生职业教育教学不相适应的矛盾日益突出，新一轮课程改革与教学资源库建设工作迫在眉睫。

泉州医学高等专科学校作为国家示范性建设骨干高职院校和福建省示范性高职院校立项建设单位及福建省医药护理职业教育集团龙头单位，顺应高等卫生职业教育教学改革的新形势和新要求，积极承担福建省医药卫生大类高职高专教材编写任务。在省教育厅、卫生厅的指导下，与兄弟院校、医院、企业合作，大力开展护理、药学、临床医学等专业课程改革与教材建设工作，相关系列教材将陆续编写出版。

高等职业教育护理专业课程系列教材的编写是遵照教高〔2006〕16号文件精神，全面贯彻党的教育方针，以服务为宗旨，以就业为导向，走产学结合发展道路，加大课程建设与改革力度，增强学生的职业能力。教材凸显“校院合作，工学结合”，组织省内各兄弟院校专业带头人、骨干教师及来自临床一线的护理专家，在充分调研的基础上对典型护理岗位（群）的工作任务进行深入分析，以真实的临床护理工作任务及其工作过程为依据，确定学生必须掌握和具备的知识点、基本技能和职业素养，树立“以人的健康为中心”的整体护理理念，形成具有高等职业教育特色的护理专业课程体系。

本套教材适用于全日制高职高专护理、助产等专业学生学习。其目标是将学生培养成为：掌握现代护理学以及相关学科的理论及技能；基础扎实，具有过硬的护理实践技能和处理实际问题的能力；有较强的自学能力，独立分析、解决问题的能力；德、智、体、美全面发展的高素质技能型人才。

本套教材在编写过程中突出以下特点：① 坚持“三基”、“五性”、“三贴近”原则。“三基”即：基本理论、基本知识、基本技能；“五性”即：思想性、科学性、先进性、启发性和适用性；“三贴近”是：贴近国家护士执业资格考试；贴近教师的教学要求；贴近学生的自主学习。② 专业课程以案例或问题导入，突出护理临床岗位职业能力的训练，理论知识的选取紧紧围绕临床护理工作任务完成需要进行，以临床护理工作任务为中心整合理论与实践。③ 能满足学生未来职业活动所需的最基本、最常用的理论知识。④ 与同类教材相比，本套教材章节结构突破传统教材框架，重新整合细化教材内容，由“学习目标”、“临床案例”、“知识链接”、“讨论角”、“选读模块”等栏目组成，是一套基于临床护理工作过程、以临床护理工作任务为中心的创新教材。

尽管我们已在主观上尽了自己的努力，但受各种因素的制约，仍不可避免存在着诸多不足。因此，我们期望得到大家的批评指正，使这套教材在教学过程中得到不断完善。本套教材的编写出版得到了各兄弟院校、医院、企业、行业协会的大力支持与帮助，在此谨代表主持单位致以最诚挚的谢意！

全国高职高专医药类专业教学资源建设专家委员会 副主任委员

全国卫生职业教育教材建设指导委员会 副主任委员

泉州医学高等专科学校校长、主任医师

朱世泽 教授

二〇一二年一月

前言

为适应高职护理专业教育教学改革的需要,培养面向基层、面向医疗卫生事业第一线的实用技能型护理人才,根据《教育部关于全面提高高等职业教育教学质量的若干意见》(教高〔2006〕16号),在福建省教育厅统一部署、高等教育出版社的鼎力支持下,我们编写了福建省医药护理职业教育集团规划教材——《内科护理》。

内科护理是高职高专护理、助产专业的主干课程之一,是关于认识疾病及其预防和治疗、护理病人、促进康复、增进健康的学科。内科护理所阐述的内容在临床护理学的理论和实践中具有普遍意义,它既是临床各科护理学的基础,又与各科有着密切联系,主要包括内科常见疾病的病因、发病机制、临床表现、诊断要点、治疗要点、护理诊断和护理措施等基本内容。课程的主要任务是使学生获得初步诊断、治疗护理内科常见疾病的基本理论、基本知识、基本技能,为从事相关各护理专业奠定必要的基础。

本教材紧紧围绕高职护理专业人才培养目标,在现代护理观的指导下,按临床护理工作过程进行编写。理论知识以“实用、够用、管用”为主,同时兼顾执业护士考试要求,精选、优化、序化教学内容。在每章的常见病中,选取几个常见病例作为代表,以学习情境导入,引发学生的护理临床思维,后设有讨论角,以便于师生共同讨论病例,引导学生理解和运用新知识。在教材的编写中,坚持“三基”(基本知识、基本技能、基本理论)、“五性”(思想性、科学性、先进性、启发性、适用性)的原则,力求增强职业岗位能力,突出护理理念,同时注重教材结构整体优化及新知识、新技术的补充。

本教材以护理程序为框架进行编写,内容涵盖呼吸系统、循环系统、消化系统、泌尿

系统、血液及造血系统、内分泌系统、风湿性疾病、神经系统等内科常见病、多发病患者的护理。适用于全国高职高专院校护理、助产专业学生，也可以作为在职护士继续教育及临床相关人员的参考用书。

由于编者水平有限，加之时间仓促，书中难免有疏漏之处，敬请广大师生和读者不吝指教。

编 者

2013年12月

绪 论 | 1

第一章 呼吸系统疾病患者的护理 | 5

- 第一节 急性支气管炎患者的护理 5
- 第二节 肺炎患者的护理 7
- 第三节 支气管扩张患者的护理 15
- 第四节 慢性阻塞性肺疾病患者的
护理 20
- 第五节 支气管哮喘患者的护理 26
- 第六节 慢性肺源性心脏病患者的
护理 32
- 第七节 支气管肺癌患者的护理 36
- 第八节 肺结核患者的护理 44
- 第九节 呼吸衰竭患者的护理 55

第二章 循环系统 疾病患者的护理 | 66

- 第一节 心力衰竭患者的护理 66
- 第二节 心律失常患者的护理 77
- 第三节 原发性高血压患者的
护理 96
- 第四节 冠状动脉粥样硬化性心脏病
患者的护理 104
- 第五节 心脏瓣膜病患者的护理 123
- 第六节 感染性心内膜炎患者的
护理 128
- 第七节 心肌疾病患者的护理 131
- 第八节 心包炎患者的护理 137

第三章 消化系统疾 病患者的护理 149

- 第一节 慢性胃炎患者的护理 149
- 第二节 消化性溃疡患者的护理 153
- 第三节 溃疡性结肠炎患者的
护理 161
- 第四节 肝硬化患者的护理 167
- 第五节 肝性脑病患者的护理 176
- 第六节 急性胰腺炎患者的护理 183
- 第七节 上消化道大出血患者的护理 188
- 第八节 慢性便秘患者的护理 195

第四章 泌尿系统疾病患者的护理 203

- 第一节 慢性肾小球肾炎患者的护理 203
- 第二节 肾病综合征患者的护理 206
- 第三节 尿路感染患者的护理 211
- 第四节 慢性肾衰竭患者的护理 216
- 第五节 泌尿系统常见诊疗技术及
护理 223

第五章 血液及造血系统 疾病患者的护理 230

- 第一节 缺铁性贫血患者的护理 230

- 第二节 巨幼细胞贫血患者的护理 234
- 第三节 再生障碍性贫血患者的
护理 238
- 第四节 特发性血小板减少性紫癜患者
的护理 242
- 第五节 血友病患者的护理 245
- 第六节 白血病患者护理 248
- 第七节 造血干细胞移植术的护理 258

第六章 内分泌及代谢性 疾病患者的护理 263

- 第一节 甲状腺功能亢进症患者的
护理 263
- 第二节 甲状腺功能减退症患者的
护理 271
- 第三节 库欣综合征患者的护理 275
- 第四节 糖尿病患者的护理 278
- 第五节 痛风患者的护理 287

第七章 风湿性疾病患者的护理 293

- 第一节 系统性红斑狼疮患者的
护理 293
- 第二节 类风湿关节炎患者的护理 300

第八章
神经系统
疾病患者的护理 | 309

- 第一节 脑血管疾病概述 309
第二节 短暂性脑缺血发作患者的
护理 311
第三节 脑梗死患者的护理 313
第四节 脑出血患者的护理 319
第五节 蛛网膜下隙出血患者的
护理 323

- 第六节 癫痫患者的护理 327
第七节 三叉神经痛患者的护理 332
第八节 急性炎症性脱髓鞘性多发性神
经病患者的护理 334
第九节 帕金森病患者的护理 336

参考文献 | 342

内科护理 (medical nursing) 是认识和研究内科疾病患者的生物、心理和社会等方面的特点, 运用护理程序的方法诊断和处理患者的健康问题, 以达到促进和保持患者健康的一门临床护理学科。内科护理学所阐述的内容在临床护理学的理论和实践中具有普遍意义, 是临床各科护理的基础。它与各门临床护理课程, 其中包括新兴的社区护理学、老年护理学均有密切的关系。

一、内科护理的内容和结构

内科护理的知识涉及范围广, 内容丰富, 知识体系的整体性强。本教材共分九个部分, 分别为绪论、呼吸、循环、消化、泌尿、血液、内分泌、风湿、神经系统疾病患者的护理。

本教材的基本编写结构除绪论外, 其余各章直接进入具体疾病患者的护理, 省去了同类教材中各系统常见症状护理的这一部分内容, 避免与健康评估的症状护理内容重复, 而将具体症状的护理措施分解到疾病的护理措施中, 减少课本篇幅。在每个疾病的编写中首先为学习目标, 对该节的学习要求给予提示。每章挑选1~2个多发病在节前设置学习情境, 节后设置讨论角, 有利于学生临床思维能力的培养。疾病的护理内容以护理程序为框架编写。其中泌尿系统、血液系统疾病的护理的最后一节为该系统常用诊疗技术的护理。

二、内科护理的进展

（一）影响因素

1. 人口老龄化进程加速 世界卫生组织（WHO）规定，65岁以上为老年人，欧美及发达国家采用了这一标准。我国根据国人的平均寿命、身体状况、退休年龄以及社会经济发展水平等多方面因素，规定60岁以上为老年人。随着医疗卫生事业的发展和人们生活水平的提高，人类平均寿命普遍延长，老龄化成为许多国家人口发展的共同趋势，我国也面临着人口老龄化的“银色浪潮”冲击。据第六次全国人口普查的资料显示，全国现有总人口13.397亿人，其中60岁及以上老年人口有1.776亿人，占13.26%，65岁及以上老年人口有1.188亿人，占全国人口的8.87%；我国的老年人口绝对数居世界第一，并且已在1999年10月进入老年型社会。在今后的几十年中，我国的老年人口占总人口的比例还将呈上升趋势。

2. 疾病谱的变化 从疾病构成来看，原来对人类威胁最大的传染病、寄生虫病和营养不良等躯体疾病已得到有效控制和根除，而与生活方式和环境因素密切相关的疾病如心脑血管疾病、恶性肿瘤、糖尿病等呈逐年上升趋势，病毒性肝炎、艾滋病等的感染率和发病率也呈上升趋势，成为影响人类健康的主要因素。

3. 医学的快速发展 近年来，科技水平的飞速发展，分子生物学、计算机技术、信息交流技术等先进科技在医学领域的广泛应用，极大地推动了临床医学的进步。很多全新的高科技检查手段、治疗方法、监测系统、仪器设备相继涌现，科学技术更新速度前所未有的。面对新技术、新设备、新手段、新方法给患者带来的新反应和新问题，需要内科护理人员不断更新知识，掌握与现代护理相关的科学技术、手段与方法，并探索全新的护理方法和处理手段。

（二）内科护理的发展趋势

社会需求的扩展和现代医学的进步，生物-心理-社会医学模式和现代护理观的形成，促进了内科护理学的不断发展。

1. 关注心理、社会因素对患者的影响 以往的生物医学模式着重对某一种疾病的诊断和治疗，而不太重视与疾病有关的心理因素和社会因素。目前心理因素和社会因素被认为是决定人体健康的重要因素。一些与心理、社会因素密切相关的疾病，如心血管病、恶性肿瘤等，当其心理、社会因素恶劣，死亡率也显著地增加。因此，在内科护理工作中，心理及社会护理至关重要。护理人员应关心、关爱患者，针对患者不同的心理反应，做好心理疏导和精神调适，同时注意了解患者的社会支持情况，如工作单位、同事、朋友、社会团体对患者的支持程度，积极调动这些支持系统促进患者康复，使患者保持良好的精神状态，以利于治疗和康复。

2. 健康教育是内科护理的重要组成部分 研究显示，现代人类的疾病大约50%与生活方式和行为有关。许多内科疾病具有病程长、带病生存等特点，因此教会患者出院后的自我管理（自我护理）非常重要。健康教育是一种以增进健康为目标的有目的、有计划、有步骤、有评估的卫生教育活动。它指导人们改变不良生活行为，处理疾病后遗留症状和缓解后遗症的痛苦和不适，帮助人们建立康复信心和科学的生活方式，从而达到预防疾病、

促进康复的作用。它可以提高人们维护健康的意识和水平,达到提高生活质量的效果,使身心全方位获得最佳状态。临床内科护理需要自始至终自觉地将健康教育有机地融入实际工作中,从医院到社会,从社会到家庭开展健康教育,为人类的健康做出更大的贡献。

3. 护理工作的场所从医院扩展到社区和家庭 随着人口老龄化进程的加速,慢性病在疾病谱中所占比例增大,大力发展社区服务及家庭医疗服务已成为广大人民群众迫切需要。它不仅方便了服务对象,而且有效地利用了卫生资源,节省了医疗费用,人民群众看病难、看病贵的问题得到根本解决。这就要求内科护理人员除了具备精湛的专业护理能力外,还必须具有广博的人文社会科学知识、敏锐地发现问题的能力 & 良好的沟通能力,以适应现代护理多元化、家庭化、社区化的需要。

三、内科护理的学习目的和方法

内科护理学的学习目的是通过学习,在毕业时,学生能较为全面和系统地获得内科常见病、多发病防治和护理的基础理论、基本知识和基本技能,具备一定的对内科患者实施整体护理的能力,以及对内科常见危重急病的配合抢救能力。同时通过护理教育,大专学生毕业时应具备通科临床护理的基本能力,通过国家护士职业资格考试,获得护理执业资格证书,经注册,成为合格的注册护士,才能从事护理专业工作。要打好这个基础,护理专业的学生就必须学好临床专业课,特别是内科护理这门临床专业课的核心课程。

(一) 有整体观念

随着医学模式从“生物医学模式”向“生物-心理-社会医学模式”的转化,整体护理观的形成,护理人员在护理患者时,应考虑到人体的局部病变实际上是整体病变的局部表现。在学习疾病护理时不仅要着眼于局部病变,还要更多地考虑其与身体其他系统以及外部环境的关系。不仅仅要注意影响人群健康的生物学因素,同时也要注意心理和社会因素;不仅仅限于防御措施和药物的使用,更重要的是平日身心的保健和治疗中的心理治疗。护理工作要由防病治病扩展到对人群的健康监护以及改善身心健康的方向发展。因此,学习时应树立为人类的健康服务的远大理想与信念,护理应满足人的生理、心理、社会、精神、成长与发展等各个层面的需要,即提供全方位的整体护理。

(二) 重视理论联系实际

内科护理学课程的教学可分为系统学习和毕业实习两个阶段。系统学习包括按照教学大纲所规定的课堂教学学习和配合课堂教学进行的临床见习。毕业实习阶段要求学生在临床教师指导下,实施对内科疾病患者的整体护理,将从书本上所学的理论、知识和技能运用于实践之中,来解决护理实践中的实际问题,并从实践中验证书本知识,从而对知识进行巩固和再认识。经过实践-认识-再实践-再认识的过程,不断总结经验教训,从而进一步提高自己的知识水平,以及发现问题、分析问题和解决问题的能力。

(叶毅敏)

思考题

1. 内科护理的概念和内涵是什么?
2. 内科护理的学习方法有哪些?

第一节 急性支气管炎患者的护理

学习目标

1. 能够描述急性支气管炎的概念及临床特点。
2. 能运用护理程序，对患者进行健康史资料采集，明确护理诊断、确定护理目标，制定和实施护理计划并对护理效果进行总结和评价。

急性支气管炎是由生物、物理、化学刺激或过敏等因素引起的气管、支气管黏膜的急性炎症。本病全年皆可发病，但寒冷季节或气候突变时多发。

【病因及发病机制】

1. 感染 导致急性支气管炎的主要原因为上呼吸道感染的蔓延，感染可由病毒或细菌引起，亦可为衣原体和支原体感染。
2. 物理、化学性刺激 如过冷空气、粉尘、刺激性气体或烟雾的吸入使气管-支气管黏膜受到急性刺激和损伤，引起炎症反应。
3. 过敏反应 吸入花粉、有机粉尘、真菌孢子等致敏原，或对细菌蛋白质过敏，均可引起支气管炎症反应。

【护理评估】

（一）健康史

主要询问有无上呼吸道感染史，有无理化因素的刺激，有无过敏因素存在等。

（二）身体状况

全身症状一般较轻。可有发热，38℃左右，多于3~5日降至正常。咳嗽、咳痰为最常见的症状，常为阵发性咳嗽，先为干咳或少量黏液性痰，随后可转为黏液脓性或脓性痰液，痰量增多，咳嗽加剧，偶可痰中带血。咳嗽、咳痰可延续2~3周才消失，如迁延不愈，则可演变为慢性支气管炎。呼吸音常正常，两肺可听到散在干、湿性啰音。

（三）辅助检查

1. 血常规 病毒感染者白细胞正常或偏低，淋巴细胞比例升高；细菌感染者白细胞计数和中性粒细胞增高，可有核左移现象。
2. 病原学检查 痰培养可发现致病菌，做细菌药物敏感试验，可指导临床用药。
3. 胸部X线检查 多无异常改变或仅有肺纹理增粗。

（四）心理社会状况

患者因咳嗽、咳痰，引起胸痛或影响睡眠，可有焦虑感。

【护理诊断及合作性问题】

1. 舒适的改变 与鼻塞、流涕、咽痛、头痛有关。
2. 体温过高 与病毒和（或）细菌感染有关。
3. 清理呼吸道无效 与呼吸道感染、痰液黏稠有关。
4. 睡眠型态紊乱 与剧烈咳嗽、咳痰影响休息有关。

【计划与实施】

（一）治疗原则

1. 对症治疗 咳嗽无痰或少痰，可用右美沙芬、喷托维林（咳必清）镇咳。咳嗽有痰而不易咳出，可选用盐酸氨溴索、溴己新（必嗽平）、桃金娘油提取物化痰；也可雾化帮助祛痰。支气管痉挛者，可用平喘药如茶碱类、 β_2 受体激动剂等。
2. 抗菌药物治疗 细菌感染者，首选新大环内酯类、青霉素类，亦可选用头孢菌素类或喹诺酮类药物。少数患者需根据病原体培养结果指导用药。
3. 一般治疗 多休息，多饮水，避免劳累。

（二）护理目标

1. 患者主诉不适感减轻或消失。
2. 患者的体温恢复正常范围。
3. 能有效咳嗽和咳痰，呼吸道通畅。
4. 患者咳嗽缓解，能保证每天有足够的睡眠时间。

（三）护理措施

1. 一般护理 补充足够的热量，给予清淡易消化、富含营养的食物，多饮水。嘱患者

适当卧床休息，特别是在发热期间。部分患者往往因剧烈咳嗽而影响正常的睡眠，可给患者提供容易入睡的休息环境，保持病室适当的温度和湿度，注意空气流通，周围环境安静，关闭门窗。指导患者运用促进睡眠的方式，如睡前泡脚、听音乐等。必要时遵医嘱给予镇咳、祛痰或镇静药物。

2. 病情观察 注意疾病症状、体征及血常规和 X 线胸片改变。警惕并发症，如耳痛、耳鸣、听力减退，如发热、头痛剧烈、伴鼻窦有压痛等，应及时就诊。

3. 对症护理

(1) 高热护理：密切监测体温，体温超过 37.5°C ，应每4h测体温1次。注意观察体温过高的早期症状和体征，体温突然升高或骤降时，应随时测量和记录，并及时报告医师。体温高于 39°C 时，应采取物理降温，如在额头上冷敷湿毛巾、温水擦浴、酒精擦拭、冰水灌肠等。如降温效果不好可遵医嘱选用适当的解热剂进行降温。患者出汗后应及时更换衣服和被褥，保持皮肤的清洁和干燥，并注意保暖。鼓励多饮水。

(2) 保持呼吸道通畅：清除气管、支气管内分泌物，减少痰液在气管、支气管内的聚积。指导患者采取舒适的体位，运用深呼吸进行有效咳嗽。注意咳痰情况，如痰的颜色、性状、量、气味及咳嗽的频率及程度。如痰液较多且黏稠，可嘱患者多饮水，或遵医嘱给予雾化吸入治疗，以湿润气道、利于痰液排出。

4. 用药护理 应根据医嘱选用药物，并告知患者药物的作用、可能发生的副作用和服药的注意事项。对于应用解热镇痛药者注意避免大量出汗引起虚脱等。

5. 心理护理 患者一般无明显心理负担。但咳嗽较剧烈，加之伴有发热，可能会影响患者的休息、睡眠，进而影响工作和学习，使患者产生急于缓解咳嗽等症状的焦虑情绪。护理人员应与患者进行耐心、细致的沟通，通过对病情的客观评价，解答患者的心理顾虑，去除不良心理反应，建立治疗疾病的信心。

(四) 健康教育

1. 疾病知识指导 指导患者和家属了解疾病的诱发因素及本病的有关知识。机体免疫力低下、易咳嗽咳痰的患者，在寒冷季节或气候骤然变化时，应注意保暖，外出时可戴口罩，避免寒冷空气对气管、支气管的刺激。积极预防和治疗上呼吸道感染，症状改变或加重时应及时就诊。

2. 生活指导 平时应加强耐寒锻炼，增强体质，提高机体免疫力。生活要有规律，避免过度劳累。保持室内空气新鲜、阳光充足。少去人群密集的公共场所。戒烟酒。

第二节 肺炎患者的护理

学习情境

患者小郑，25岁。诉昨日上午起突发寒战、高热、伴头痛、乏力，周身酸痛，食欲不振。今晨起又出现咳嗽、气急和右上胸痛，并咯出少量带血丝的痰液。前天曾淋过冷