



医学小百科

YIXUEXIAOBAIKE

护理 HULI

钱信忠 主编



天津科学技术出版社

R

医学小百科

YIXUEXIAOBAIKE

钱信忠 主编



天津科学技术出版社

责任编辑 于伯海

医学小百科
护 理

钱信忠 主编

•

天津科学技术出版社出版

天津市赤峰道130号

天津新华印刷三厂印刷

新华书店天津发行所发行

•

开本 787×1092毫米 1/32 印张9.25 插页2 字数139 000

1990年4月第1版

1990年4月第1次印刷

印数1-4 150

ISBN 7-5308-0439-1/R·139 定价: 5.35元

医学小百科

主 编

钱信忠

副主编

• 李宗浩 陈清森

编 委

郎景和 曾宝忠

蔡景峰 卢伟成

戴淑凤 陈金铨

顾 问

(按姓氏笔划为序)

王琇瑛 邓家栋

叶恭绍 任应秋

朱宪彝 严仁英

吴阶平 吴宗璘

吴恒兴 宋鸿钊

张孝骞 张香桐

钟惠澜 哈荔田

高士其 陶桓乐

黄家驷 谢少文

薛沁冰

前 言

医学科学的崇高使命，在于它为人类的健康做出贡献。医学科学的发展，对社会、家庭和个人都产生着一定的影响。它是一门与人民生产、生活、学习、健康息息相关的科学。

为了反映我国医学科学技术水平，1978年开始编纂我国第一部医学百科全书，现已陆续问世。党的十一届三中全会以来，各条战线都取得了很大成绩，医药卫生事业也迅速发展。为把医学知识普及到城乡，为广大人民群众的健康服务，建设社会主义物质、精神文明，我们特地编纂了这套通俗、普及的《医学小百科》。

《医学小百科》的编委和作者大部分是年富力强的中年技术骨干，同时聘请了国内著名专家担任顾问和主审，以保证全书的质量。

《医学小百科》的出版，得到了社会各界的支持，天津科学技术出版社也做出了很大的努力，值此出版之际，仅致谢忱。

由于编辑、出版时间匆促，不足之处在所难免，敬希读者不吝指正，以期日臻完善。

《医学小百科》编委会

医 学 小 百 科

护 理

主 审

王琇琰 中华护理学会副理事长、副教授

李学增 中华护理学会秘书长、副编审

作 者

(按姓氏笔划为序)

王 嵩	孔竞雄	左文华	刘永兰	李学增
陆以佳	陈宝珠	陈紫瀛	易品萍	岳来发
胡为炬	袁展文	谈媛声	徐庆英	屠丽君
梁曼华	谢德莉	虞文远	熊志忠	

目 录

怎样给病人准备一个舒适有益的环境？	(1)
传染病人的房间、被褥、食具应该怎样消毒？	(4)
病人怎样躺卧才舒适，正确的卧位有哪些？	(4)
洗澡、洗头有什么好处，卧床病人怎样洗澡、洗头？	(5)
洗手对预防疾病有什么意义？	(7)
什么叫褥疮，它是怎样形成的？	(8)
长期卧床病人怎样预防褥疮，发生了褥疮怎么办？	(10)
有了头虱怎么办？	(12)
经常便秘怎么办？	(13)
热敷、冷敷有什么作用，怎样使用冰袋及热水袋？	(14)
正常体温是多少，怎样正确测量体温？	(16)
怎样正确测量血压？	(17)
生病的人为什么要注意口腔卫生，怎样做口腔护理？	(19)
家庭小药箱应放哪些药品，保存时应注意些什么？	(20)
服用药物前对药物要作哪些检查？	(21)
药物的服用方法、时间和次数对治疗疾病的效果有什么 影响？	(22)
服用催眠药应注意些什么？	(23)
老年人吃药要减量吗？	(24)
为什么有一些药不能同时服用？	(25)
为什么要合理用药和停药？	(26)
煎中药汤剂应注意哪些事项？	(27)
为什么注射青霉素要做过敏试验？	(28)

维生素类药物用之不当有哪些害处？	(29)
吃药要忌口吗？	(30)
抗生素类药物对人体有哪些危害？	(30)
家庭中消毒食具和水果用哪些消毒剂？	(31)
婴幼儿腹泻如何护理？	(32)
小儿得了尿布皮炎怎么办？	(33)
小儿患了湿疹应如何护理？	(34)
小儿发热时家长应注意些什么？	(36)
小儿高热惊厥时怎样进行紧急处理？	(37)
给小儿喂药为什么不能捏鼻子？	(38)
小儿得了肺炎要注意些什么问题？	(39)
怎样给小儿吃打蛔虫药？	(40)
如何防治蛲虫病？	(41)
流行性腮腺炎患儿应怎样护理？	(43)
怎样护理麻疹患儿？	(44)
怎样防治佝偻病？	(46)
小儿便秘如何纠正？	(48)
体格锻炼为什么要从小做起？	(48)
患肾炎的小孩为什么要注意休息，在什么情况下可以考虑复学？	(50)
小孩在什么情况下容易得急性肾炎，患过肾炎的小孩在家要注意什么？	(51)
肾病综合征小孩的饮食怎样调配？	(52)
肾病综合征小孩服用激素要注意什么？	(53)
为什么双氢克尿塞与氨苯蝶啶要合用？	(55)
家中有感冒病人应怎么办？	(56)
怎样才能防止哮喘病发作，哮喘持续状态时怎样处理？	(56)
怎样为慢性气管炎病人创造良好的家庭条件？	(57)

在家里如何正确选用祛痰药和止咳药？	(58)
慢性气管炎病人为什么要禁止吸烟？	(59)
肺气肿病人怎样进行锻炼	(59)
禁烟酒对肺心病人有什么好处	(61)
在家中应怎样照料老年肺心病人？	(62)
结核病人在家里是否需要隔离，咯血时怎么办？	(63)
开放性肺结核病人的痰在家如何处理？	(64)
为什么合理用药是肺结核病治愈的关键？	(65)
溃疡病病人应怎样调理饮食？	(65)
吃东西发噎应如何处理？	(66)
上腹部突然剧痛怎么办？	(67)
长期腹泻病人要注意什么？	(68)
家中有了肝炎病人怎样消毒隔离？	(69)
为什么说休息是肝炎病人康复的重要条件？	(71)
胃肠神经官能症的病人要注意什么？	(72)
糖尿病人自己怎样注射胰岛素，注射时应注意些什么？	(73)
糖尿病人怎样调节和控制饮食？	(75)
糖尿病人如何检查自己的尿糖？	(77)
为什么糖尿病人会发生低血糖，应注意些什么？	(78)
甲状腺机能亢进病人怎样选择饮食，服药时应注意些什么？	(80)
突眼性甲亢病人在家应注意什么？	(81)
妇女怎样才能防止泌尿系感染？	(82)
贫血病人在家中应注意哪些问题？	(83)
精神病人拒绝吃东西怎么办？	(84)
如何观察有自杀企图的精神病人？	(86)
怎样护理发生睡眠障碍的精神病人？	(87)
什么是正确的约束精神病人？	(89)

得了嘴歪病怎么办？	(92)
偏瘫病人怎样进行锻炼？	(93)
如何观察和照顾癫痫病人？	(95)
情绪激动对心脏病及高血压病人有什么影响？	(97)
心脏病及高血压病人怎样保持正常情绪？	(98)
心脏病病人如何合理安排工作和休息？	(99)
冠心病人家中应备哪些药物？	(100)
冠心病人在家里怎样计划饮食？	(101)
心力衰竭病人出院后在家要注意些什么？	(102)
心力衰竭病人为什么要吃低盐饮食，怎样准备低盐	

饮食？	(103)
心力衰竭病人服用洋地黄制剂时应注意什么？	(104)
高血压病人在饮食方面应注意什么？	(106)
高血压病人在活动方面应注意什么？	(107)
高血压病人服用降压药时要注意什么，为什么要长期坚持服	
药？	(108)
心血管病人为什么大便时不宜用力？	(110)
心绞痛病人在家发作时怎么办，如何防止发作？	(111)
急性心肌梗塞病人恢复后如何防止复发？	(112)
心脏病妇女怀孕后应怎么办？	(113)
什么叫心电监护，常用心电监护方法有哪些种？	(114)
安装人工心脏起搏器的病人应注意什么？	(116)
什么叫清洁、消毒、灭菌？	(117)
家庭可行的灭菌方法有哪些？	(117)
什么叫感染，有哪些方法能预防感染？	(119)
皮肤发生伤口后怎样进行最初的处理？	(120)
手术前为什么要擦澡、洗头、剃毛？	(122)
怎样才能减轻切口疤痕的痛苦？	(123)

哪些病人不宜喝牛奶？	(124)
胃肠手术后病人为什么要早下床活动？	(125)
做了人工肛门后怎样自我管理？	(126)
怎样预防甲沟炎？	(127)
趾甲内嵌怎么办？	(128)
长了黑痣要不要切除？	(129)
昆虫蜇伤后怎么办？	(130)
治疗闪腰、岔气有什么妙法？	(131)
怎样巧用毛巾包扎伤口？	(132)
打封闭针应注意什么？	(134)
烫伤后的水泡要挑破吗？	(135)
哪些胸痛可能是外科疾病？	(136)
头部被击伤后应注意什么？	(137)
脑震荡后怎么办？	(138)
脑损伤后瞳孔有哪些变化？	(139)
为什么脑损伤病人高烧用退热药不管用？	(140)
脑外伤后鼻腔、耳道流血怎么办？	(141)
治疗冻疮有什么小验方？	(142)
肛门裂口为什么不容易愈合？	(143)
为什么急腹症不能滥用止痛剂和热水袋？	(144)
手术后病人为什么常发生排尿困难，怎么解决？	(145)
疝气手术后护理上应注意什么？	(145)
手指截伤了怎么办？	(146)
肘关节损伤后能按摩和揉捏吗？	(147)
股骨颈骨折行三翼钉内固定手术后，在家里应如何护理？	(147)
如何使用腋拐？	(150)
断肢（指、趾）应如何保护和转运？	(151)
截肢手术后肢体残端应怎样做功能锻炼？	(152)

四肢骨折应用石膏后应如何观察和护理？	(153)
抢救和转送脊柱损伤病人应注意哪些问题？	(155)
家里有截瘫病人怎么办？	(156)
什么情况下需要安置尿管，安置后在家要注意些什么？	(158)
颈椎骨刺在家中应如何作牵引？	(159)
长期在家中卧床的病人应预防什么畸形？	(160)
肿瘤病人化疗时应注意些什么？	(161)
放射治疗中如何保护照射部位的皮肤，发生了放射性皮炎怎 么办？	(162)
肿瘤病人为什么要保持身心愉快？	(163)
消化道肿瘤病人的饮食如何调理？	(165)
肺癌病人为什么要检查痰，痰标本应怎样收集？	(166)
肿瘤病人服用中药时应注意些什么？	(167)
为什么女婴应尽早穿封裆裤？	(168)
女阴发痒怎么办？	(169)
经期卫生包括哪些内容？	(170)
如何配合医生进行妇科检查？	(172)
葡萄胎手术后应注意些什么？	(173)
轻度子宫脱垂如何进行自我护理？	(174)
怎样对待妇女更年期的生理变化？	(175)
安避孕环后应注意些什么？	(177)
人工流产后有什么护理要求？	(178)
为什么产前必须定时检查？	(180)
怎样正确对待早期妊娠反应？	(181)
为什么说产前营养比产后营养还重要？	(182)
怎样数胎动？	(184)
孕妇小腿“青筋毕露”怎么办？	(186)

分娩时怎样配合监护？	(187)
临产前给产妇吃点什么最相宜？	(189)
分娩时如何配合接生？	(191)
会阴缝合处如何护理？	(193)
产后排尿困难怎么办？	(194)
产褥期有什么卫生要求？	(196)
在家发生产后中暑怎么办？	(197)
怎样给新生儿洗澡？	(198)
怎样防止新生儿红臀？	(200)
新生儿服装有什么卫生要求？	(202)
新生儿接种卡介苗后观察什么？	(203)
怎样开发月娃娃的智力？	(204)
如何在家带早产婴？	(205)
新生儿患病时有什么表现？	(206)
什么是产褥体操？	(208)
口臭是怎么回事，怎样防治？	(211)
如何选择牙刷和牙膏？	(212)
刷牙有什么学问？	(214)
牙齿酸痛是怎么回事？	(217)
怎样预防龋齿？	(218)
拔牙后应注意什么？	(220)
假牙有几种，拔牙后何时镶牙最合适？	(221)
怎样使用假牙？	(223)
颞下颌关节脱位怎么办？	(224)
唇、腭裂患儿如何喂养？	(227)
患“鹅口疮”如何进行家庭护理？	(228)
牙缝食物嵌塞怎么办？	(229)
怎样保护乳牙？	(231)

孕妇营养与乳牙的发育有什么关系？	(233)
牙龈经常出血是怎么回事？	(234)
为什么要保护好“六龄牙”？	(236)
耳部滴药有什么诀窍？	(237)
应当怎样保护鼓膜？	(238)
如何照料美尼尔氏病患者？	(239)
为什么不能拔鼻毛？	(241)
经常流脓鼻涕怎么办？	(242)
在家发生鼻出血怎么办？	(243)
得了臭鼻症怎么办？	(244)
孩子的鼻腔有了异物怎么办？	(246)
如何正确滴鼻药？	(247)
对扁桃体摘除术病人怎样进行家庭护理？	(248)
家里怎样照顾气管切开术病人？	(250)
鼻外伤后应注意哪些问题？	(252)
心身性失音与情绪有什么关系？	(253)
怎样处理角膜异物？	(254)
眼睛被强酸强碱烧伤如何自救和互救？	(255)
倒睫手术后怎样进行家庭护理？	(256)
家中有人得了“红眼病”怎么办？	(257)
怎样正确使用眼药水和眼药膏？	(257)
怎样拔火罐？	(258)
怎样刮痧？	(260)
怎样为小儿捏脊？	(261)
怎样作艾灸，如何护理？	(262)
怎样做中医口腔护理？	(263)
中医怎样护理呕吐病人？	(264)
中医怎样护理高热病人？	(266)

中医对中风病人怎样进行家庭护理？	(268)
中医怎样给肝炎病人调理饮食？	(270)
冠心病的中医护理是什么？	(271)
头痛的中医护理是什么？	(273)
中医怎样调配肺癌病人的饮食？	(274)
血栓闭塞性脉管炎病人怎样护理才适宜？	(276)
中医在家里怎样护理肺炎病儿？	(277)

怎样给病人准备一个舒适有益的环境？

俗语说：“三分治七分养”。对长期卧床的病人来说，准备一个好的休养环境，则更是治疗疾病、促进康复的必要条件之一。休养环境要从清洁、通风、采光、温湿度及预防噪音几个方面来考虑。

生病的人最好和健康的人分住。如果不是传染病，又需要有人陪住，两床的间隔距离也至少有1米。房间要清洁、朴素，除必要的物品外，不要放其他摆设，以便于室内的清洁、消毒。桌上、窗台上可摆些花，使病人看着舒适，病人喜欢的书、玩具或装饰，放在他能够拿到的地方。床要根据病情选择，如果是木板床或铁条床屉，就要垫厚的棉褥或塑料海棉垫。可以在床尾栏杆处拉一个长带子，病人拉住带子自己起坐，既省力又稳妥。椅子用带扶手的较好，两臂可有扶托。枕头、被褥要经常翻晒，进行日光消毒。

阳光使人感到温暖舒适，同时紫外线有杀菌作用，所以病人住的房子要向阳。紫外线的波长是 $1800\sim 4100\text{\AA}$ ，但杀菌作用最强的是 $2500\sim 2600\text{\AA}$ ， $3000\text{\AA}$ 以上的光没有杀菌作用。普通玻璃只能透过 $3000\text{\AA}$ 以上的光，所以，有条件时，要经常扶病人到室外晒太阳。室内的灯光也要调节好，在昏暗的光线下近距离看书，容易使眼睛疲劳而导致头痛，太亮的灯光又影响病人休息。所以除屋顶吊灯外，还应有小台灯或地灯。

由于病人的呼吸、出汗、排泄或伤口脓液等的污染，病人住的屋中，空气里会有不少细菌，二氧化碳的含量也会增高。所以，定时开窗通风换气是很重要的。夏天要全天开窗，冬天也要在上、下午各开1次，每次20分钟左右窗户和门对开，或窗和窗对开时，病人不可睡在风口上，避免直吹，否则汗液迅速蒸发可产生冷感，引起感冒。

一般认为，室内最适宜的温度是 $18\sim 22^{\circ}\text{C}$ ，如超过 27°C ，病人就会感到不舒适。新生儿、老年及虚弱的病人，室温要稍高一些；患哮喘、高血压的病人室温应低一些。温度过高使人烦躁、脱水，同时身体的呼吸及循环系统的功能都要加快。有条件时注意室内的湿度，保持在 $50\sim 70\%$ 比较合宜。冬季生火炉时，可在炉子上或暖气片上加水盆、水壶，使水气蒸发，以增加湿度。

吵闹的噪音对人的神经系统、消化系统及循环系统都能形成恶性刺激。噪音可以使大脑皮层的抑制与平衡状态失调，引起头晕耳鸣；噪音刺激可导致植物神经系统紊乱，引起心跳、血压升高、情绪激动；长时间的噪音也可引起听力减退，都要避免。

细菌是附着在尘埃上的，所以要经常打扫，但不能用干扫帚扫地，因为容易引起尘土飞扬；而应用湿墩布拖地，湿布擦家具。

传染病人的房间、被褥、食具应该怎样消毒。

不同的传染病有不同的传染方法。常见的麻疹、百日咳、水痘、猩红热、肺炎、开放性肺结核等属于呼吸道传染病，是由病人的鼻咽分泌物及呼吸、咳嗽、打喷嚏时喷出的