

实用临床

王宝珠 主编

整体护理健康教育指南

SHIYONGLINCHUANGZHENGTIHULIJIANKANGJIAOYUZHINAN



山西科学技术出版社

实用临床整体护理健康教育指南

名誉主编 李俊峰

顾问 周 然 杜永成

王 斌 陈 筠

主 编 王宝珠

执行副主编 张月明

副 主 编 张红梅 张宝玲

编 委(按姓氏笔画为序)

王宝珠 闫 欣 任玉珍 任 萍

任梅惠 李 群 李秀芳 何 红

吴 娟 余秀琴 赵玉梅 张文光

张月明 张红梅 张宝玲 郭湛英

黄 华 黄雅玲 麻文萍 彭菊意

韩春玲 蔺彦丽 魏秀英 魏绍辉

山西科学技术出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

实用临床整体护理健康教育指南/王宝珠主编. —太原: 山西科学技术出版社, 2002. 7

ISBN 7—5377—2014—2

I. 实. . . II. 王. . . III. ①护理学—指南②康复—指南 IV. R4—62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 035143 号

实用临床整体护理健康教育指南

作 者: 王宝珠 主编

出版发行: 山西科学技术出版社

社 址: 太原市建设南路 15 号

编辑部电话: 0351—4922073

发行部电话: 0351—4922121

E-mail: cbszzc 2643@sina.com

印 刷: 太原新华印刷厂

开 本: 850×1168

字 数: 389 千字

印 张: 15.5

版 次: 2002 年 8 月第一版

2002 年 8 月第一次印刷

印 数: 1—5000 册

书 号: ISBN 7—5377—2014—2/R·751

定 价: 22.00 元



如发现印、装质量问题, 影响阅读, 请与发行部联系调换。

前 言

随着生物医学模式向生物—心理—社会医学模式的转变,护理工作由以疾病为中心转向以人为中心、以人的健康为中心的护理新模式,如何才能使病人真正享受到主动全面连续的身心整体护理,体现医院高水准的保健服务,健康教育占有十分重要的内容。

健康教育是通过信息传播和行为干预,帮助人 and 群众掌握卫生保健知识,树立健康观念,自愿采纳有利于健康的行为和生活方式的教育活动与过程。在临床护理工作中,由于多少年来,护理人员沿袭传统的工作模式,注重日常护理及治疗工作的完成,忽视了对病人进行健康教育,这样,既影响了为病人提供高水平的护理服务,也妨碍了护理学的发展。系统化整体护理开展以来,健康教育开展的必要性已为广大护理人员认同,但由于绝大多数护理人员没有接受过较系统、规范的健康教育方面的课程训练,在实践中缺乏相应的理论指导等。基于此项原因,我们编写该书,意欲为广大护理人员在临床护理工作中开展健康教育时提供一点帮助。

我们本着实用、科学的原则,根据不同科别选择典型疾病进行阐述,疾病按病因讲解、临床表现、介绍治疗、一般宣教、特殊指导、康复指导等六个方面进行介绍,力求简明、实用。

由于编者水平有限,缺点与错误在所难免,欢迎读者批评指正。

呼吸科常见疾病健康教育

急性上呼吸道感染·····	(2)
急性气管—支气管炎·····	(3)
慢性阻塞性肺气肿·····	(4)
慢性肺源性心脏病·····	(6)
支气管哮喘·····	(7)
支气管扩张症·····	(9)
肺炎球菌肺炎·····	(10)
呼吸衰竭·····	(11)
肺脓肿·····	(12)
矽肺·····	(13)
自发性气胸·····	(15)

消化科常见疾病健康教育

急性胃炎·····	(17)
消化性溃疡·····	(19)
溃疡性结肠炎·····	(22)
肝硬化腹水·····	(24)
上消化道出血·····	(27)
肝性脑病·····	(29)
急性胰腺炎·····	(31)

血液科常见疾病健康教育

缺铁性贫血·····	(34)
溶血性贫血·····	(36)
巨幼细胞性贫血·····	(38)
白血病·····	(40)



再生障碍性贫血	(44)
过敏性紫癜	(45)
血友病	(47)
淋巴瘤	(49)
弥漫性血管内凝血	(51)

风湿科常见疾病健康教育

系统性红斑狼疮	(54)
风湿热	(56)
类风湿性关节炎	(57)
瑞特综合征	(58)
成人斯蒂尔病	(60)
硬皮病	(61)
结节性多动脉炎	(62)
骨性关节炎	(64)
牛皮癣关节炎	(65)
特发性炎症性肌病	(66)
痛风	(67)
感染性关节炎	(68)
韦格纳肉芽肿	(69)
过敏性血管炎	(71)
强直性脊柱炎	(72)

神经科常见疾病健康教育

重症肌无力	(73)
周期性瘫痪	(76)
运动神经元病	(78)
高血压脑病	(81)

癫痫	(82)
脑出血	(84)
蛛网膜下腔出血	(87)
脑梗死	(89)
短暂性脑缺血发作	(91)
急性炎症性脱髓鞘性多发性神经病	(92)
急性脊髓炎	(95)
颅内肿瘤	(96)
颅脑损伤	(98)
颅内动脉瘤	(101)
颅内血管畸形	(102)
高血压性脑出血	(103)
椎管内肿瘤	(104)

普通外科常见疾病健康教育

甲状腺功能亢进症	(106)
甲状腺腺瘤	(109)
急性乳腺炎	(110)
乳房纤维腺瘤	(112)
乳腺癌	(113)
腹股沟疝	(116)
胃十二指肠溃疡	(118)
胃癌	(120)
急性阑尾炎	(122)
肠梗阻	(124)
肠系膜上动脉栓塞	(128)
结肠癌	(129)
直肠癌	(132)



直肠肛管周围脓肿	(134)
痔	(136)
细菌性肝脓肿	(139)
原发性肝癌	(141)
门静脉高压征	(143)
急性结石性胆囊炎	(146)
急性胰腺炎	(148)
下肢静脉曲张	(151)
深静脉血栓形成	(153)

心、胸科常见疾病健康教育

肋骨骨折	(157)
气胸	(159)
血胸	(161)
脓胸	(163)
纵膈肿瘤	(164)
肺癌	(166)
食管癌	(168)
动脉导管未闭	(171)
房、室间隔缺损	(173)
法乐氏三联症	(176)
风湿性心脏病	(178)
冠心病	(180)

泌尿科常见疾病健康教育

原发性醛固酮增多症	(184)
皮质醇症	(186)
前列腺增生	(189)

肾积水	(191)
肾结石	(193)
肾肿瘤	(197)
膀胱肿瘤	(199)
精索静脉曲张	(202)
尿道下裂	(204)

骨科常见疾病健康教育

骨折	(207)
脊柱骨折	(215)
骨盆骨折	(218)
关节脱位	(222)
外伤性截瘫	(225)
骨筋膜室综合征	(229)
脂肪栓塞综合征	(232)
颈椎病	(235)
腰椎间盘突出症	(240)
骨与关节结核	(246)
骨髓炎	(249)
骨肿瘤	(255)

整形科常见疾病健康教育

瘢痕病变的防治	(260)
皮肤软组织扩张术的临床应用	(263)
烧伤	(265)
电烧伤	(273)
巨乳	(277)
脂肪吸除术	(279)

小乳	(281)
痣细胞痣	(283)
皮肤囊肿	(284)
褥疮	(286)
先天性唇裂	(288)
会阴性烧伤瘢痕挛缩畸形	(290)
血管瘤	(292)
基底细胞癌	(295)
手部烧伤后瘢痕挛缩	(296)

妇科常见疾病健康教育

前庭大腺炎	(298)
滴虫性阴道炎	(299)
念珠菌阴道炎	(300)
慢性宫颈炎	(301)
急性盆腔炎	(303)
淋病	(304)
尖锐湿疣	(306)
异位妊娠	(307)
外阴癌	(309)
宫颈癌	(311)
子宫肌瘤	(313)
子宫内膜癌	(315)
卵巢肿瘤	(317)
葡萄胎	(320)
侵蚀性葡萄胎	(321)
绒毛膜癌	(323)
子宫内膜异位症	(325)



功能失调性子宫出血	(327)
-----------------	-------

产科常见疾病健康教育

流产	(330)
前置胎盘	(333)
胎盘早期剥离	(335)
妊娠合并糖尿病	(337)
妊娠合并心脏病	(339)
妊娠合并急性病毒性肝炎	(324)
妊娠高血压综合征	(345)
妊娠剧吐	(348)
足月待产	(350)
正常分娩	(353)
会阴侧切	(356)
子宫破裂	(357)
羊水栓塞	(358)
产后出血	(360)
正常产褥	(362)
产褥期感染	(365)
晚期产后出血	(368)
产褥中暑	(370)
产褥期抑郁症	(372)

儿科常见疾病健康教育

肺炎	(375)
婴幼儿腹泻	(377)
急性肾小球肾炎	(379)
肾病综合征	(381)



早产儿	(383)
新生儿黄疸	(386)
新生儿颅内出血	(388)
新生儿败血症	(390)

五官科常见疾病健康教育

鼻疝	(393)
鼻外伤	(395)
鼻出血	(397)
鼻中隔偏曲	(399)
鼻息肉	(401)
急性化脓性鼻窦炎	(403)
慢性化脓性鼻窦炎	(405)
鼻腔及鼻窦恶性肿瘤	(407)
慢性化脓性中耳炎	(409)
突发性耳聋	(412)
梅尼埃病	(414)
先天性耳前瘘管	(416)
外耳道炎	(417)
耳源性并发症	(418)
慢性扁桃体炎	(421)
腺样体肥大	(423)
小儿急性喉炎	(425)
急性会厌炎	(427)
声带息肉	(428)
喉癌	(430)
气管、支气管异物	(433)
食道异物	(435)

阻塞性睡眠呼吸暂停综合征	(437)
口腔颌面部感染	(441)
颌骨骨折	(443)
唇裂	(446)
腭裂	(448)
腮腺混合瘤	(451)
舌下腺囊肿	(452)
舌癌	(454)
白内障	(456)
青光眼	(458)
视网膜脱落	(461)
眼外伤	(462)

中医科常见疾病健康教育

眩晕	(465)
咳嗽	(467)
内伤发热	(468)
不寐	(470)
消渴	(471)
崩漏	(473)
痹证	(475)
哮喘	(476)
腰椎间盘突出症	(478)

呼吸科常见疾病健康教育

呼吸系统在人体的各种系统中与外环境接触最为频繁,接触面积大。在呼吸过程中,外界环境中的有机或无机粉尘,包括各种微生物,异性蛋白过敏原、尘粒及有害气体皆可吸入呼吸道、肺部引起各种病害,由于大气污染、吸烟、人口老龄化及其他因素,使国内外的慢性阻塞性肺病、支气管哮喘、肺癌、肺部弥漫性间质纤维化,以及肺部感染等疾病的发病率、死亡率有增无减,说明呼吸系统疾病严重危害人民健康和生命。

近年来,生理学、生化、免疫、药理、核医学、电子技术等各领域科研的进展为呼吸疾病的诊断提供了条件,采用细胞及分子生物学技术对呼吸系统疾病的病因,发病机制,病理生理有了较新、较多的认识,使疾病更准确,更早期得以诊断。为合理防治提供理论和实践指导。

随着科学进步和医学事业的发展,人们不仅为了满足于对疾病的诊治,更重要的是如何预防疾病,维护和恢复呼吸功能,延年益寿,提高生活质量,提高防治呼吸系统疾病水平,需要临床与基础,边缘学科的密切协作,不断地发现问题,分析问题,解决问题,救治更多的病人。

急性上呼吸道感染

(Acute upper respiratory tract infection)

一、病因讲解

急性上呼吸道感染是指鼻腔、咽或喉部急性炎症的总称。

是呼吸道最常见的一种传染病,常见病因为病毒,少数由细菌引起,患者不分年龄、性别、职业和地区,不仅具有较强的传染性,而且可引起严重并发症,应积极防治。

二、临床表现

根据病因不同,临床表现可有不同的类型:

(一)普通感冒 俗称“伤风”以鼻咽部其他症状为主要表现,初期有咽干、咽痒或烧灼感,发病同时或数小时后,可有喷嚏、鼻塞、流涕,一般无发热及全身症状,或仅有低热不适、轻度畏寒和头痛。

(二)急性病毒性咽炎 咽部发痒和灼热感,当有咽下疼痛时,常提示有链球菌感染。

(三)急性病毒性喉炎 声嘶、讲话困难、咳嗽时疼痛,常有发热咽炎或咳嗽。

(四)急性病毒性支气管炎 咳嗽、无痰或痰液粘液性、伴有发热和乏力。

(五)疱疹性咽峡炎 表现有明显咽痛、发热、病程约一周,检查可见咽充血、软腭、腭垂、咽及扁桃体表面有灰白色疱疹及浅溃疡,周围有红晕。

(六)咽结膜热 临床表现有发热、咽痛、畏光、流泪、咽及结合膜明显充血,常发生于夏季,游泳中传播。

(七)细菌性咽—扁桃体炎 多由溶血性链球菌引起,起病急,明显咽痛、畏寒、发热、咽部明显充血,扁桃体肿大、充血、表面有黄



色点状渗出,颌下淋巴结肿大、压痛。

三、介绍治疗

对症治疗为主,如有细菌感染,可选用适合的抗生素,单纯病毒感染一般可不用抗生素,适当选用抗病毒制剂。

四、一般宣教

- (一)饮食 清淡、营养丰富,易消化的食物、多饮水。
- (二)休息 病情较重,发热或年老体弱者应卧床休息。

五、特殊指导

- (一)生活规律,劳逸结合,避免夜晚工作过度。
- (二)坚持锻炼身体,增强机体抗病能力。
- (三)冷水洗脸,提高机体对寒冷的适应能力。
- (四)做好防寒工作,避免发病诱因。
- (五)注意呼吸道病人隔离,预防交叉感染。

六、康复指导

- (一)指导病人及家属识别体温异常的早期表现和特征。
- (二)出汗后要及时更换衣服,注意保暖。
- (三)告诉病人用漱口液漱口,每日3次~4次。

急性气管-支气管炎

(Acute tracheobronchitis)

一、病因讲解

急性气管-支气管炎是由感染、物理、化学刺激或过敏引起的气管-支气管粘膜的急性炎症。

常见寒冷季节或气候突变季节,也可由急性上呼吸道感染迁延而来,病因感染(细菌、病毒),物理化学因素(过冷空气、粉尘、刺激性气体或烟雾)过敏反应。



二、临床表现

起病较急,常见有急性上呼吸道感染症状,当炎症累及气管、支气管粘膜,则出现咳嗽、咳痰,如支气管发生痉挛,可出现程度不等的气促,伴胸骨后发紧感,体检双肺呼吸音粗,可有散在干湿啰音。全身症状一般较轻。

三、介绍治疗

(一)抗菌药物治疗 根据感染的病原体,选用抗菌药物。

(二)对症治疗。

四、一般宣教

(一)饮食 清淡、可口,易消化。

(二)休息 病情较重者可卧床休息。

五、特殊指导

(一)指导并鼓励病人有效地咳嗽,必要时吸痰。

(二)指导病人采用体位引流法促进痰液排出,对年老体弱者应慎用。

六、健康指导

(一)增强体质、预防感冒。

(二)改善工作生活环境,防止空气污染。

(三)做好个人防护,避免接触诱发因素和吸入过敏原。

慢性阻塞性肺气肿

(Chronic obstructive emphysema)

一、病因讲解

肺气肿是指终末细支气管远端的气道弹性减退,过度膨胀,充气和肺容积增大或同时伴有气道壁破坏的病理状态。

肺气肿的发病机制至今未阐明,一般认为是多种因素协同作用形成的,感染、吸烟、大气污染,职业性粉尘和有害气体的长期吸