

健康直通车

总主编 朱庆生

百病饮食心理运动调护丛书

JIAN KANG ZHI TONG CHE

BAI BING YIN SHI XIN LI YUN DONG TIAO HU CONG SHU

外科疾病术后

调 养 与 护 理

主编 吴绪平 张淑蓉(台湾)

关爱生命 关注健康

养生保健从这里开始

中国中医药出版社

畅销
第五版

百病饮食心理运动调护丛书

外科疾病术后调养与护理

主 编 吴绪平 张淑蓉 (台湾)

副主编 张国松 王述菊 张 敬

编 委 (按姓氏笔画为序)

马晓明 冯 异 李 强

吴洪阳 周 鹏 胡 松

胡 霞 夏玉坤 唐宏图

中国中医药出版社

·北 京·

图书在版编目 (CIP) 数据

外科疾病术后调养与护理/吴绪平等主编. - 北京: 中国中医药出版社, 1999.5

(百病饮食心理运动调护丛书)

ISBN 7-80089-982-9

I. 外… II. 吴… III. ①外科手术-病人-护理-基本知识
②外科手术-病人-保健-基本知识 IV. R610.9

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (1999) 第 09987 号

中国中医药出版社出版

发行者: 中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦)

电话: 64405750 邮编: 100013)

(邮购联系电话: 84042153 64065413)

印刷者: 北京泰锐印刷有限责任公司

经销者: 新华书店总店北京发行所

开 本: 850×1168 毫米 32 开

字 数: 176 千字

印 张: 9.625

版 次: 2005 年 1 月第 5 版

印 次: 2006 年 7 月第 2 次印刷

册 数: 3001 - 6000

书 号: ISBN7-80089-982-9/R·979

定 价: 14.00 元

如有质量问题, 请与出版社发行部调换。

HTTP: //WWW.CPTCM.COM

内 容 提 要

外科疾病手术之后，调护至关重要，它直接关系到术后疾病的转归与预后的吉凶。合理的调护对术后患者早日康复具有重要意义。

全书共8章，首先介绍了外科疾病术后调护的一般常识，然后根据各系统疾病的特点，以问答形式，从饮食、药膳、点穴按摩、艾灸保健、气功疗养、精神情志、日常生活及术后并发症等诸方面，系统地介绍了术后调护原则及其具体实施方法。内容丰富，深入浅出，通俗易懂，集科学性、实用性、趣味性为一体。既可作为外科疾病患者及其家属的良师益友，亦可供外科医护人员阅读参考。

愿人人拥有健康

（代再版前言）

拥有一个强健的体魄，是我们每一个人所由衷向往的。但在生活节奏不断加快的现代社会，人们往往在不经意间淡漠了健康意识，忽视了身体的本钱，因而不断有“如果早一点重视身体健康就好了”的诸多感慨！也由此产生了对诸如《登上健康快车》等保健科普图书的热销现象。

中国中医药出版社长期以来，致力于医学科普知识的宣传，出版了一大批深受读者欢迎的医学科普图书。1998年，我们组织全国众多著名医学专家编写出版了以常见疾病防治为主要内容的《百病百问沙龙丛书》一套50本。1999年，又从疾病的调养护理角度，组织编写了《百病饮食心理运动调护丛书》一套36种。以上两套大型科普读物的出版均以“健康世纪行——千家医院百日竞赛”活动为依托，作为这一大型医学科普宣传活动的教材奉献给广大的读者。此后，我们还组织出版了一套更为通俗的《健康教育丛书》（80种）。上述图书一经面市便得到了如潮的好评，一位读者曾说：就是再耐心的专家，也不可能像这本书一样做出这么详细的解说。故尔才有了销售一片火爆，许多品种多次重印，同时也使“健康世纪行”活动取得了全面的成功，收到了良好的社会效果。

为了让更多的人得到更好更新的健康知识，也鉴于医学科学的不断发展，我们于2004年又组织专家对上述两套图书进行全面的修订，现在终于以崭新的面貌呈现在大家面前，在此我们衷心地希望这两套丛书能给每一个人的健康有所帮助，能使您的生活不断洋溢着更加绚烂的色彩！

中国中医药出版社
2005年1月

百病饮食心理运动调护丛书

总 前 言

时下流行一句话，叫做“没什么别没钱，有什么别有病”。这反映出广大人民群众追求富裕生活，渴求健康体魄的一种愿望，说明了人们的健康意识和需求正在不断提高。然而，人吃五谷杂粮，有七情六欲，生病在所难免。一旦患病，最要紧的是如何正确对待它。

近二三十年来，随着科学技术的发展，社会的进步，医学界对人体疾病的认识也发生了深刻的变化，从专业的角度来概括，主要体现在医学模式的转变，即由单纯的生物医学模式逐步转变为生物-社会-心理医学模式。在此提出这一概念，是因为它的转变有着非常重要的意义，它不仅促进了医学研究与临床治疗水平的提高，更重要的是，它还能更加广泛地指导人民群众进行疾病的预防乃至康复。医学模式的转变还带动和促进了护理模式由以疾病为中心向以病人为中心的整体护理模式的转变，极大地促进了护理水平的提高。

如何在新的医学模式及护理模式指导下，广泛地开展医疗护理科普知识的宣传，更加全面地指导患者及其家属正确认识

和对待疾病，进行积极有效的预防，并配合医生的治疗，紧密围绕疾病的康复，合理地进行饮食、心理、运动等全方位调养与护理，是我们医务工作者的重要任务之一。

俗话说，“三分治病，七分养”。疾病的治疗与调养有着密不可分的关系。“民以食为天”，正确合理的膳食，不仅是维持人体生命活动的物质基础，它对疾病的康复也有极大的促进作用，故有“药食同源”的古训。而心理、运动对疾病的康复更加重要，以什么样的心理去面对疾病，用何种情绪去感染患者以利康复，如何以科学的运动疗法去配合药物治疗，这也是大有学问的。因此，加强这方面知识的宣传普及，也是提高广大人民群众健康意识和水平的先决条件。

基于上述认识，我们自1997年开始，组织了众多的临床专家编写了以常见疾病的防治为主要内容的《百病百问沙龙丛书》一套50本，并以此为教材，于1998年10月与中华护理学会联合组织开展了“健康世纪行——千家医院百日竞赛”活动，收到了较好的社会效果。根据社会需求及来自广大病患者的各种信息反馈，我们近期又组织编写了这套《百病饮食心理运动调护丛书》36种。我们衷心地希望广大病患者及家属能在新的医学模式及护理模式指导下，树立起疾病防治及调护新概念，密切医患配合，使疾病早日痊愈！

编 者
1999年4月

目 录

第一章 外科疾病术后调护的一般常识

1. 如何做好手术病人的心理调护? (1)
2. 在医院里, 手术后一般应进行哪些护理工作? ... (3)
3. 手术后的基础护理包括哪些方面? (5)
4. 手术后肺部并发症应如何调护? (6)
5. 手术后腹胀如何调护? (8)
6. 手术后尿潴留如何调护? (9)
7. 手术后急性腮腺炎如何调护? (10)
8. 手术后褥疮如何调护? (11)
9. 手术后尽早下床有哪些好处? (13)
10. 手术后有哪些饮食禁忌? (15)
11. 如何在家中给手术后切口愈合延迟的病人换药?
..... (16)

第二章 颅脑疾病

12. 哪些颅脑疾病需要手术治疗? (18)
13. 颅脑手术可能出现哪些危险? (19)
14. 颅脑手术病人出院后应注意什么? (20)
15. 怎样护理刚出院的颅脑手术病人? (21)
16. 颅脑手术后病人有无饮食宜忌? (22)
17. 颅脑手术后如何进行心理康复? (23)
18. 颅脑手术后遗留偏瘫进行肢体锻炼可以改善症

- 状吗? (24)
19. 颅脑手术后膀胱功能障碍如何通过康复训练来
缓解? (25)
20. 颅脑手术后吞咽困难是怎么回事, 如何调护?
..... (27)
21. 颅脑手术后如何进行语言功能康复训练? (28)
22. 颅脑手术后肌肉痉挛和疼痛应怎样调护? (29)
23. 如何通过按摩缓解颅脑手术后遗症? (30)
24. 颅脑手术后肢体麻木的药浴康复方法是什么?
..... (32)

第三章 颈部疾病

- 颈淋巴结核 (33)
25. 什么是颈淋巴结核? (33)
26. 颈淋巴结核的临床表现如何? (33)
27. 颈淋巴结核术后怎样调摄精神情志? (34)
28. 颈淋巴结核术后怎样运用药膳进行调养? (34)
29. 颈淋巴结核术后怎样运用饮食进行调养? (35)
30. 颈淋巴结核术后日常生活中应注意什么? (36)
- 甲状腺功能亢进症 (37)
31. 什么是甲状腺功能亢进症? (37)
32. 甲亢是怎样发生的? (37)
33. 甲亢的临床表现如何? (38)
34. 甲亢病人什么情况下须行手术治疗? (40)
35. 甲亢病人术后出血是怎么回事, 应如何护理?
..... (40)
36. 甲亢病人术后出现呼吸困难和窒息是怎么回

事, 应如何护理?	(41)
37. 甲亢病人术后出现声音嘶哑是怎么回事, 应如何护理?	(41)
38. 甲亢病人术后出现音调降低、饮水呛咳是怎么回事, 应如何护理?	(42)
39. 甲亢病人术后出现手足抽搐是怎么回事, 应如何护理?	(43)
40. 甲亢病人术后出现高热、昏迷是怎么回事, 应如何护理?	(44)
41. 甲亢病人术后怎样调摄精神情志?	(44)
42. 甲亢病人术后可以参加运动吗?	(45)
43. 甲亢病人术后应遵循哪些饮食原则?	(45)
44. 甲亢病人术后怎样运用药膳进行调养?	(46)
45. 甲亢病人术后怎样运用饮食进行调养?	(47)
46. 甲亢病人术后如何通过按摩促进功能恢复?	(49)
47. 甲亢病人术后怎样进行气功调养?	(49)
甲状腺癌	(53)
48. 什么是甲状腺癌?	(53)
49. 甲状腺癌的临床表现如何?	(54)
50. 甲状腺癌术后怎样运用药膳进行调养?	(54)
51. 甲状腺癌术后应遵循怎样的饮食原则?	(55)
52. 甲状腺癌术后怎样运用饮食进行调养?	(56)

第四章 胸部疾病

急性乳腺炎	(57)
53. 急性乳腺炎是怎样发生的?	(57)
54. 急性乳腺炎的临床表现有哪些?	(58)

55. 急性乳腺炎在什么情况下须施行切开引流术?
..... (58)
56. 急性乳腺炎切开后怎样正确换药以促使创口
 早日恢复? (59)
57. 急性乳腺炎切开后怎样预防复发? (60)
58. 急性乳腺炎切开后如何配合中药外敷? (61)
59. 急性乳腺炎切开后有何药物禁忌? (62)
60. 急性乳腺炎病人可不可以继续哺乳? (63)
61. 急性乳腺炎病人如何进行回乳? (63)
62. 急性乳腺炎切开后如何进行饮食调养? (64)
63. 急性乳腺炎切开后如何进行药膳调护? (65)
- 乳腺囊性增生病 (66)
64. 什么是乳腺囊性增生病? (66)
65. 乳腺囊性增生病是怎样发生的? (66)
66. 乳腺囊性增生病的临床表现有哪些? (67)
67. 什么情况下乳腺囊性增生病应进行手术? (68)
68. 乳腺囊性增生病术后如何进行饮食调养? (69)
69. 乳腺囊性增生病术后如何进行药膳调护? (70)
70. 乳腺囊性增生病术后如何进行自我按摩? (70)
71. 乳腺囊性增生病术后日常生活中应注意什么?
..... (71)
72. 乳腺囊性增生病术后如何进行气功康复? (72)
73. 乳腺囊性增生病术后如何调摄情志? (73)
- 乳腺癌 (74)
74. 为什么会得乳腺癌? (74)
75. 乳腺癌的临床表现有哪些? (75)

76. 乳腺癌临床怎样分期?	(76)
77. 为了早期发现乳腺癌, 应如何进行自我检查?	(77)
78. 乳腺癌术后应如何护理?	(78)
79. 乳腺癌术后应如何进行功能锻炼?	(79)
80. 乳腺癌术后应如何预防和处理患侧上肢水肿?	(80)
81. 乳腺癌术后出现咳嗽、咯血应注意什么?	(80)
82. 乳腺癌术后是否都需作化疗?	(81)
83. 乳腺癌术后出现肝区疼痛、纳差、腹胀或腰痛、 体痛应注意些什么?	(82)
84. 乳腺癌术后出现低热出汗怎样调护?	(82)
85. 乳腺癌术后进行内分泌治疗过程中出现恶心、 呕吐怎么办?	(83)
86. 乳腺癌术后应遵循哪些饮食原则?	(84)
87. 乳腺癌术后如何运用药膳促进康复?	(85)
88. 老年乳腺癌术后如何进行心理护理?	(86)
89. 乳腺癌术后怎样进行气功疗养?	(87)
90. 乳腺癌术后性生活中应注意什么?	(88)
肺癌	(89)
91. 肺癌是一种什么病?	(89)
92. 肺癌手术的疗效如何, 哪些肺癌病人适合做手术?	(90)
93. 肺癌手术刚刚完成, 病人应如何配合医师?	(91)
94. 肺癌手术后三天内, 病人应怎样度过“危险期”?	(92)

95. 肺癌手术后病人进食应注意些什么? (94)
96. 肺癌手术后如何早日康复, 生活上怎样调理?
..... (94)
97. 肺癌手术后食欲不振怎样纠正? (96)
98. 肺癌手术后出虚汗、疲乏无力该怎么办? (97)
99. 肺癌手术后病人是否要忌口? (98)
100. 肺癌病人术后怎样进补? (99)
101. 肺癌病人术后宜怎样锻炼? (101)
102. 肺癌术后心理康复重要吗? (102)
103. 肺癌术后康复锻炼要注意些什么? (103)
104. 气功疗法对肺癌病人有益吗? 怎样进行气功
锻炼? (103)
105. 肺癌病人术后如何对待性生活? (105)
106. 肺癌手术后可用哪些验方进行调治? (106)
- 食管癌、贲门癌 (107)
107. 食管癌、贲门癌首选的治疗方法是什么? (107)
108. 食管癌、贲门癌术后病人饮食方面有哪些注
意事项? (108)
109. 食管癌、贲门癌手术后怎样逐步进行饮食调
养? (109)
110. 食管癌、贲门癌病人术后吃哪些食物有益? ... (109)
111. 食管癌、贲门癌病人术后贫血宜怎样通过
饮食来调养? (111)
112. 食管癌、贲门癌病人术后能不能饮茶? (113)
113. 食管癌、贲门癌术后出现吐酸水、上腹饱胀
等不适该怎么办? (114)

114. 食管癌、贲门癌病人术后又出现吞咽不利该怎么办? (115)
115. 食管癌、贲门癌病人术后腹泻该如何处理? ... (116)
116. 如何在生活中调治食管癌、贲门癌术后便秘?
..... (117)
117. 食管癌、贲门癌术后病人如何定期复查? (118)
118. 如何安排食管癌、贲门癌病人术后的日常活动?
..... (119)
119. 食管癌、贲门癌病人术后怎样进行体育锻炼?
..... (120)
120. 进行哪些气功锻炼有助于恢复食管癌病人术后的胃肠功能? (121)
121. 如何通过按摩减轻食管癌、贲门癌术后腹胀?
..... (123)
122. 食管癌、贲门癌内镜下治疗后怎样调护? (124)

第五章 心脏疾病

123. 冠心病手术治疗有哪些方式? (126)
124. 冠心病病人如何做好术前准备? (127)
125. 家属如何照料心脏手术后的病人? (127)
126. 心脏手术后病人饮食方面应注意些什么? (128)
127. 心脏手术后进行哪些体育活动好? (129)
128. 心脏手术后散步应注意些什么? (130)
129. 心脏搭桥术后有哪些注意事项? (131)
130. 冠状动脉搭桥手术后饮食方面如何注意? (132)
131. 心脏瓣膜置换术后病人如何饮食调养? (132)
132. 心脏瓣膜置换术后常服哪些药膳好? (133)

第六章 腹部疾病

- 腹外疝 (135)
133. 什么是腹外疝? (135)
134. 腹外疝手术后咳嗽可用哪些食疗方法调养? ... (135)
135. 腹外疝病人手术后应特别注意些什么? (137)
- 胃、十二指肠溃疡 (138)
136. 什么是消化性溃疡? (138)
137. 哪些溃疡病病人适宜作手术治疗? (139)
138. 消化性溃疡的手术方式有哪些? (139)
139. 消化性溃疡术后并发症有哪些? (140)
140. 溃疡病病人手术后饮食方面应注意些什么? ... (140)
141. 溃疡病病人术后如何心理调养? (142)
142. 溃疡病病人术后可食哪些药膳调养? (142)
- 胃癌 (143)
143. 什么是胃癌? 其临床表现有哪些? (143)
144. 胃癌是怎么发生的? (144)
145. 胃大部切除术后病人应在生活上注意什么? ... (145)
146. 胃癌术后病人应遵循哪些饮食原则? (146)
147. 胃癌术后病人可选择哪些食疗方法? (147)
148. 胃大部切除术后病人还会得癌症吗? (148)
149. 情志调理对胃癌术后病人重要吗, 应如何
 调理? (148)
150. 胃癌术后病人可选择哪些药膳进行调养? (150)
151. 胃癌术后出现“倾倒综合征”是怎么回事,
 应如何护理? (151)
- 肠梗阻 (152)

152. 什么是肠梗阻? 其临床表现有哪些?	(152)
153. 肠梗阻术后饮食方面应注意些什么?	(154)
154. 肠梗阻术后如何进行按摩以促进身体康复? ...	(154)
155. 肠梗阻术后宜服哪些单方、验方?	(155)
156. 肠梗阻术后可用哪些药膳进行调护?	(156)
结肠癌	(157)
157. 什么是结肠癌?	(157)
158. 结肠癌的临床特点是什么?	(157)
159. 结肠癌术后应注意些什么?	(158)
160. 结肠癌术后出现腹泻是怎么回事, 应如何调护?	(159)
161. 结肠癌术后可用哪些食疗方进行调养?	(160)
162. 结肠癌术后宜服哪些单方、验方?	(160)
肠结核	(161)
163. 什么是肠结核?	(161)
164. 肠结核临床表现特点如何?	(162)
165. 肠结核在什么情况下应采用手术治疗?	(163)
166. 肠结核术后病人还需要继续服抗结核药物吗?	(164)
167. 肠结核术后可用哪些单方、验方进行调治? ...	(164)
急性阑尾炎	(165)
168. 什么是阑尾炎?	(165)
169. 急性阑尾炎是怎样发生的?	(166)
170. 得了阑尾炎有哪些症状和体征?	(166)
171. 阑尾炎术后切口感染是怎么回事, 该如何调护?	(168)