

家庭实用医药系列

盖长青 李军 李丹 主编

家庭护理宝典



辽宁科学技术出版社

家庭 护理 宝典

盖长青 主编
李 军
李 丹
杨永广 主审

JIA TING HU LI BAO DI AN

辽宁科学技术出版社

· 沈 阳 ·

图书在版编目 (CIP) 数据

家庭护理宝典/盖长青等主编. —沈阳: 辽宁科学技术出版社, 1998. 4

(家庭实用医药系列)

ISBN 7-5381-2750-X

I. 家… II. 盖… III. 家庭-护理-普及读物 IV. R473.2

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (98) 第 04060 号

辽宁科学技术出版社出版

沈阳市和平区北一马路 108 号

邮政编码: 110001

沈阳新华印刷厂印刷

辽宁省新华书店发行

开本: 850×1168 毫米 1/32

印张: 13

插页: 4

字数: 280 000

1998 年 4 月第 1 版

1998 年 4 月第 1 次印刷

责任编辑: 李伟民 王绍诚

封面设计: 庄庆芳

版式设计: 于 浪

责任校对: 王春茹

印数: 1—4,000

定价: 19.00 元

如果本书编得好——确为
您的求医解决点滴困难，我们
将感到欣慰！

如果真的实现了编者初衷
——本书成为您家庭的朋友和
帮手，热盼您介绍给您的亲朋
好友！

如果本书编得不尽人意，
欢迎来信批评指正。尽管如
此，我们亦十分高兴——因为
毕竟读者与编者是天然的朋友。

编 者

于辽宁科学技术出版社

1998. 3. 20

谨以此书献给为

「四化」而奋进的当代家庭！

编者名单

策 划 王绍诚 (医学) 编审

主 编 盖长青 李 军 李 丹

主 审 杨永广

副主编 (按姓氏笔画为序)

王艳敏 刘 荔 陈 硕

金玉池 欧阳如莉 康丽坤

编 者 (按姓氏笔画为序)

于叶娟 王庆伟 王英丽 王素波

付 霞 白术春 任广明 任秀荣

冯冬珍 陈 睿 陈玉茹 杜 娟

佟 跃 沈佩珍 李英兰 李淑萍

李贵宁 岳秀敏 张秀华 高文时

蒋 营 蔡丽华

JIA TING HU LI BAO DIAN

前 言

生、老、病、死是人类生存的自然规律。在人们从出生到死亡的过程中，每时每刻都在为捍卫生命并与疾病做斗争中顽强地活着。现代社会的高度发展，可以解决许多医学难题，但对大多数疾病来说却不能消灭或根治，以至某些疾病像影子一样伴随着人们的一生。

在目前，出于经济上或心理上考虑，人们患病后不总是躺在医院的病床上，等待着医护人员的治疗与护理。一些慢性疾病患者或重症病人的康复期，大多数在家中自我调养；常见又不需特殊医疗器械检查的小伤、小病也多在家中处理；高龄老人的生活护理及老年病护理，更需要家属的长期支持与协助；新生儿、婴儿及孕产妇更需要亲人们的特殊关爱与照料。

现代保健医学的发展，群众自我保健意识的增强，为解决上述一系列问题，创造了良好的条件。然而，就大多数群众来讲，医学保健、康复护理的知识仍然匮乏，人们亟待了解、掌握一些有针对性又十分可行的家庭护理方法。

有鉴于此，我们组织了护理临床、教学第一线的护理专家与护理人员，编写了本书，作为“家庭实用医药系列”中的一

种，敬献给现代家庭。

本书以现代护理学最新成果与实践经验相结合为原则，以通俗、细致的语言，介绍了家庭最常见的症状、常见病、小伤小病及特殊人群（新生儿、婴儿、孕产妇、老年人）的护理方法。力求做到看得懂、学得会、用得上。

本书既对现代家庭有指导作用，又对基层医疗单位、地段（社区）医护人员有较大的借鉴作用。

尽管我们怀着白衣天使的一颗赤诚的爱心、载着一份厚厚的情义，为现代家庭敬献本书，但由于编者水平有限，加之出于多作者之笔，书中不尽人意之处仍难避免，对此，热切期望护理专家及广大读者批评指正。

编 者

1998年2月

目 录

第 1 篇 家庭常见症状的护理

发 热	(1)
1. 人体的热平衡	(1)
2. 发热的观察	(2)
3. 体温的观察与测量	(4)
4. 常用降温法	(6)
5. 营养补充	(8)
6. 增进舒适及休息	(9)
7. 去除发热因素	(10)
便 秘	(10)
1. 便秘的原因	(10)
2. 便秘的危害	(12)
3. 便秘的观察	(12)
4. 饮食护理	(15)
5. 液体补充	(15)
6. 运动防便秘	(16)
7. 排便习惯的养成	(16)
8. 缓泻剂的应用	(18)
9. 简易通便法	(18)
10. 人工取便	(19)
11. 灌肠法	(19)
腹 泻	(20)
1. 腹泻的原因	(20)
2. 腹泻的观察	(21)

3. 口服补液	(22)
4. 饮食护理	(23)
5. 其他护理措施	(23)
咳嗽、咳痰	(24)
1. 咳嗽发生的医学道理	(24)
2. 咳嗽与痰液的观察	(26)
3. 慢性咳嗽咳痰病人的一般护理	(27)
4. 避免交叉感染	(27)
5. 促进有效的咳嗽	(28)
6. 体位引流、叩击震动法排痰	(29)
7. 超声波雾化吸入疗法	(31)
鼻出血	(32)
1. 鼻出血的原因	(33)
2. 鼻出血量的估计	(33)
3. 体位护理	(34)
4. 常用止血法	(34)
5. 口腔护理	(35)
呼吸困难	(36)
1. 呼吸困难的原因及分型	(36)
2. 症状观察	(37)
3. 病人的体位	(38)
4. 松弛疗法	(38)
5. 呼吸训练法	(39)
6. 氧气吸入疗法	(41)
异物阻塞呼吸道	(42)
1. 异物阻塞呼吸道的原因	(42)
2. 症状观察	(43)
3. 异物阻塞的解救方法	(44)

尿路感染	(46)
1. 尿路感染多见女性	(46)
2. 三大主症——尿频、尿急、尿痛	(48)
3. 症状护理	(49)
尿失禁	(51)
1. 尿失禁的原因	(51)
2. 尿失禁类型与观察	(52)
3. 护理措施	(53)
尿潴留	(56)
1. 尿潴留的原因	(57)
2. 诱导排尿法	(58)
3. 家庭导尿术	(59)
偏瘫	(62)
1. 偏瘫是中风的一种致残表现	(62)
2. 导致中风(偏瘫)的危险因素	(63)
3. 运动功能及心理认知能力	(64)
4. 生理状态与恢复功能的潜在能力	(64)
5. 急性期的护理重在预防并发症	(65)
6. 恢复期的护理重在功能训练	(70)
贫 血	(81)
1. 复杂的发病原因	(81)
2. 缺铁性贫血及各型表现	(83)
3. 综合护理方法	(84)

第 2 篇 家庭常见病的护理

高血压	(87)
1. 高血压及其诱发因素	(87)
2. 常见的合并症	(88)

3. 医学上的护理目标	(89)
4. 用药护理指导	(90)
5. 饮食疗法	(91)
冠心病	(95)
1. 冠心病及其诱发因素	(96)
2. 心绞痛与心肌梗塞的区别	(99)
3. 心绞痛的预防与护理	(100)
4. 急性期心肌梗塞的护理	(101)
5. 恢复期心肌梗塞的护理	(104)
肺炎	(108)
1. 发病概况	(108)
2. 重症肺炎的观察	(109)
3. 护理指导	(110)
慢性支气管炎	(111)
1. 病因多样而复杂	(111)
2. 观察要点	(112)
3. 综合护理方法	(113)
支气管哮喘	(115)
1. 复杂的发病因素	(115)
2. 观察与护理	(116)
支气管扩张	(118)
1. 疾病概述	(118)
2. 家庭观察	(119)
3. 护理指导	(119)
肺结核病	(120)
1. 结核病近年又有增加趋势	(120)
2. 疾病观察	(121)
3. 护理指导	(122)

肺气肿	(123)
1. 肺气肿由多种原因引起	(123)
2. 疾病观察	(124)
3. 护理指导	(124)
肺心病	(126)
1. 疾病概述	(126)
2. 疾病观察	(127)
3. 护理指导	(128)
4. 保健指导	(129)
肺 癌	(130)
1. 发病概述	(130)
2. 早期征兆	(131)
3. 护理指导	(131)
消化性溃疡	(133)
1. 发病因素	(133)
2. 发病特点	(134)
3. 护理指导	(135)
慢性胃炎	(136)
1. 胃炎概述	(136)
2. 家庭护理	(137)
溃疡性结肠炎	(138)
1. 疾病概述	(138)
2. 护理注意事项	(139)
胃肠神经官能症	(141)
1. 疾病概述与观察	(141)
2. 护理指导中强调心理安抚	(142)
胃 癌	(143)
1. 发病概述	(143)

2. 疾病的表现与观察	(143)
3. 护理指导	(144)
返流性食道炎	(145)
1. 疾病病因与观察	(145)
2. 护理指导	(145)
胆囊炎	(146)
1. 发病概述	(146)
2. 观察要点	(147)
3. 护理指导	(148)
慢性胰腺炎	(149)
1. 多发而病因复杂的疾病	(149)
2. 疾病观察要点	(149)
3. 综合护理指导	(150)
肝硬化	(151)
1. 肝硬化发病的新变化	(151)
2. 综合护理	(153)
糖尿病	(154)
1. 现代文明病——糖尿病	(154)
2. 做好观察, 掌握特点	(155)
3. 综合护理指导	(156)
脑血管疾病	(159)
1. 脑血管病及其危险因素	(159)
2. 常见症状与观察	(161)
3. 一般常规护理	(164)
4. 语言障碍的护理	(164)
5. 运动障碍的护理	(165)
6. 心理支持	(165)
7. 饮食护理	(166)

8. 预防保健指导	(166)
老年性痴呆	(167)
1. 痴呆也是精神老化的结果	(167)
2. 表现与分期	(168)
3. 保健大脑, 预防痴呆	(171)
4. 日常生活护理	(171)
5. 注意安全, 预防损伤	(173)
帕金森氏病	(174)
1. 疾病概述	(174)
2. 疾病观察	(175)
3. 护理指导	(175)
膀胱—尿道炎	(177)
1. 下尿道炎概述	(177)
2. 护理指导	(178)
前列腺炎	(179)
1. 疾病概述	(179)
2. 疾病观察	(179)
3. 护理指导	(180)
前列腺增生	(181)
1. 老年期的一种多发病	(181)
2. 护理措施	(182)
肾盂肾炎	(183)
1. 与肾炎性质不同的疾病	(183)
2. 病变观察要点	(183)
3. 护理指导	(184)
肾结石	(186)
1. 疾病概述与观察	(186)
2. 肾结石护理与防复发	(187)

慢性肾炎	(188)
1. 疾病概述	(188)
2. 各型病人的观察	(188)
3. 综合护理措施	(189)
腰腿病	(190)
1. 腰腿痛概述	(190)
2. 分类与观察	(191)
3. 护理指导	(193)
4. 腰背肌保护与锻炼法	(193)
5. 预防要点	(197)
痛 经	(198)
1. 原发性痛经	(198)
2. 预防性护理	(199)
3. 治疗性保健	(199)
阴道炎	(200)
1. 难于启齿而痛苦的疾病	(200)
2. 各种阴道炎的表现与观察	(202)
3. 不同的护理方法	(203)
子宫内膜异位症	(205)
1. 易患因素	(205)
2. 疾病观察	(206)
3. 疾病护理方法	(207)
妊娠呕吐	(209)
1. 疾病概述	(209)
2. 综合调护方法	(210)
自然流产	(212)
1. 不同种类与观察	(212)
2. 疾病护理	(214)

宫外孕	(216)
1. 疾病概述	(216)
2. 疾病观察要点	(217)
3. 宫外孕的处理	(218)
妊娠高血压综合征	(220)
1. 疾病概述与病因	(220)
2. 疾病的分型与观察	(221)
3. 产前检查与护理	(222)
子宫肌瘤	(224)
1. 常见的妇科良性肿瘤	(224)
2. 家庭观察要点	(225)
3. 护理措施	(226)
酒精中毒	(228)
1. 酒精中毒——不良生活方式病	(228)
2. 中毒的表现	(229)
3. 预防与护理	(229)
急性一氧化碳中毒	(230)
1. 疾病概述	(230)
2. 疾病观察与急救护理	(231)
有机磷农药中毒	(232)
1. 农村疾病概述	(232)
2. 中毒表现与观察	(232)
3. 急救与护理	(233)
细菌性痢疾	(233)
1. 目前仍较多见的肠道传染病	(233)
2. 疾病表现与分型	(234)
3. 护理方法指导	(235)
病毒性肝炎	(237)

1. 肝炎威胁着每个人	(237)
2. 疾病分型与观察	(238)
3. 护理指导	(239)
阑尾炎手术前后	(240)
1. 最常见的腹外科手术	(240)
2. 阑尾炎的观察有特点	(240)
3. 疾病护理	(241)
乳腺癌手术后	(244)
1. 乳腺癌概述	(244)
2. 疾病观察	(245)
3. 乳腺癌手术后护理	(246)
4. 自我检查乳腺癌	(247)
胃手术前后	(248)
1. 胃手术概述	(248)
2. 护理要点	(249)
直肠癌术后人工肛门	(252)
1. 直肠癌概述	(252)
2. 直肠癌术后人工肛门的护理	(253)

第3篇 家庭小伤、小病的护理

疖与痈	(256)
痔	(259)
肛 裂	(262)
□腔溃疡	(263)
沙 眼	(265)
急性咽炎	(267)
鼻 炎	(268)
鼻窦炎	(270)