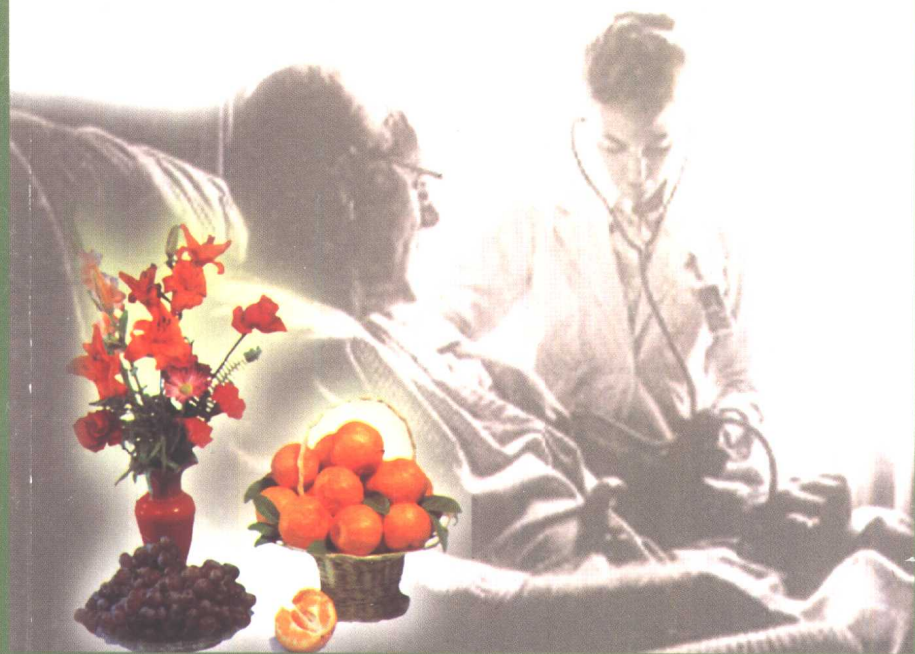


家庭 护理

300 问

主编 福建省立医院 王小芳
福建科学技术出版社



家庭 护理

300问

主编 福建省立医院 王小芳

编者 (以下按姓氏笔画排列)

王小芳 甘明秀 李 红
李瑞兰 陈秋华 陈翠娟
林亭亭

注: 以上编写人员为福建省立医院
护理部主任、各科护士长。



福建科学技术出版社

图书在版编目(CIP)数据

家庭护理 300 问/王小芳主编. —福州:福建科学技术出版社,2001.2(2001.10 重印)

ISBN 7-5335-1730-X

I. 家… II. 王… III. 家庭-护理-问答
IV. R473.2-44

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2000)第 48321 号

书 名	家庭护理 300 问
作 者	王小芳
出版发行	福建科学技术出版社(福州市东水路 76 号,邮编 350001)
经 销	各地新华书店
排 版	福建省科发电脑排版服务公司
印 刷	福州晚报社印刷厂
开 本	787 毫米×1092 毫米 1/32
印 张	9.125
插 页	2
字 数	185 千字
版 次	2001 年 2 月第 1 版
印 次	2001 年 10 月第 2 次印刷
印 数	5 001—8 000
书 号	ISBN 7-5335-1730-X/R·346
定 价	13.50 元

书中如有印装质量问题,可直接向本社调换

前 言

随着社会的进步,经济的发展和人民生活水平的提高,人们对身心健康更加重视。不仅是病痛时需要帮助,健康的人也在迫切地寻求指导和帮助。世界卫生组织(WHO)提出了“2000年人人享有卫生保健”,并指出“发展初级卫生保健是实现这一目标的关键”。初级卫生保健工作的内容之一就是开展对主要健康问题及其预防和控制方法的教育。因为单靠医护人员掌握医疗知识,实施对疾病的治疗和护理是有限的。随着社区医学的发展,家庭护理日益普及,只有通过健康教育,把卫生保健和预防疾病护理知识从医院普及到家庭和社区,才能提高人民群众的自我保健、自我护理意识,积极主动掌握卫生科学知识和各种医疗方法与技能。使健康的人能防病于未然,使生病的人能得心应手解决日常生活中碰到的护理问题,减轻病痛,早日康复。这也是在新世纪之初,我们向大家献上此书的目的。

本书着重介绍一般人群易患的各科常见病的家庭护理常识,分为家庭护理基本常识,居家安全与急救基本常识,内科疾病护理常识,外科疾病护理常识,肿瘤疾病护理常识,妇产科护理常识,儿科护理常识等七个部分。

在编写过程中,我们参阅了国内外有关家庭护理方面的

文献资料，并结合我们多年的临床专科护理经验。全书内容通俗易懂，希望能成为现代家庭的保健工具书。

由于水平与经验所限，疏漏与错误难免，望专家与读者指正。不胜感谢。

编 者

2000年7月于

福建省立医院

目 录

一、家庭护理基本常识

家庭病床应如何设置?	(1)
家庭应常备哪些药物和器械?	(2)
家庭用药应注意什么?	(3)
什么时间服药效果最好?	(4)
服药时要注意哪些事项?	(4)
家庭常用的消毒方法有几种?	(5)
膳食的种类有哪些, 基本膳食适宜的范围有哪些?	(6)
给病人喂饭时应注意什么?	(7)
什么是体温、脉搏、呼吸?	(7)
什么是发热(烧), 发热的热型有几种?	(8)
什么情况下应测量体温?	(8)
如何测量体温?	(9)
发烧了该怎么办?	(9)
什么是血压, 如何测量血压?	(10)
如何测量脉搏?	(11)
什么叫腹泻?	(11)

腹泻时该怎么办？	(12)
什么叫便秘？	(12)
便秘时怎么办？	(13)
疼痛时怎么办？	(14)
处理疼痛的一般原则有哪些？	(15)
咳嗽时怎么处理？	(16)
呕吐应如何护理？	(16)
失眠时如何处理？	(17)
鼻出血怎么办？	(17)
咯血时如何护理？	(18)
呕血、便血时如何护理？	(18)
尿潴留时如何护理？	(19)
大小便失禁时如何护理？	(20)
呼吸困难时如何处理？	(20)
昏迷病人如何护理？	(21)
如何观察病情？	(22)
如何照顾卧床病人？	(24)
如何为卧床病人翻身？	(24)
如何为卧床病人进行口腔护理？	(25)
如何为卧床病人梳洗头发？	(26)
如何为卧床病人进行床上擦浴？	(27)
如何护理会阴部？	(28)
如何使用便盆和尿壶？	(28)
长期卧床病人如何预防褥疮？	(29)
如何为卧床病人更换床单？	(30)
如何为死亡病人进行尸体料理？	(30)

二、居家安全与急救基本常识

常见的家庭意外事故有哪些？	(32)
为什么家庭常有意外事故发生？	(33)
如何预防跌伤？	(34)
骨折了怎么办？	(34)
怎样搬运多发性骨折病人？	(35)
扭伤了怎么办，如何护理？	(36)
如何预防灼（烫）伤？	(37)
烫伤了怎么办，如何护理？	(38)
如何预防窒息？	(39)
呼吸道异物梗塞如何处理？	(39)
婴儿呼吸道异物梗塞如何处理？	(40)
如何预防中毒？	(41)
食物中毒应如何急救？	(41)
煤气中毒应如何急救？	(42)
药物中毒应如何急救？	(42)
强酸强碱中毒应如何急救？	(43)
农药中毒应如何急救？	(44)
如何预防刀伤？	(45)
刀伤出血怎么办？	(45)
如何预防触电？	(46)
触电了怎么办，如何急救？	(46)
如何预防失火？	(47)
失火了怎么办？	(48)
溺水时怎么办，如何急救？	(49)

中暑时怎么办, 如何护理?	(50)
晕厥时怎么办, 如何护理?	(51)
被毒虫蜇伤后怎么办?	(52)
被毒蛇咬伤后如何处理?	(53)
被疯狗咬伤如何救治?	(54)
破伤风如何预防及护理?	(55)
什么叫人工呼吸, 有几种方法?	(56)
什么叫口对口人工呼吸法, 如何操作?	(57)
什么叫胸外心脏按摩, 如何操作?	(57)
胸外心脏按摩的注意事项有哪些?	(58)
什么叫心肺复苏术 (CPR)?	(59)

三、内科疾病护理常识

什么是肺炎, 得了肺炎应注意什么?	(73)
什么是过敏性哮喘, 如何预防哮喘发作?	(74)
支气管哮喘急性发作时应采取哪些办法?	(75)
哮喘病人如何正确使用止喘气雾剂?	(75)
慢性气管炎是怎么得来的?	(76)
得了慢性气管炎的老年病人应注意什么?	(77)
呼吸操对防治老年慢性气管炎有什么好处?	(77)
怎样做好呼吸操?	(78)
吸烟对气管炎有影响吗?	(78)
什么是流行性感冒?	(78)
什么叫支气管扩张?	(79)
什么叫体位排痰, 体位排痰应注意什么?	(80)
如何做好肺结核病人的家庭护理?	(81)

如何做好慢性呼吸系统疾病患者的心理护理? ...	(82)
什么是急性单纯性胃炎,得了急性胃炎应如何护理?	
.....	(83)
溃疡病腹痛有哪些特点?	(83)
得了溃疡病后应如何做好自我保健?	(84)
胃溃疡病人在饮食上应注意什么?	(85)
什么是急性胰腺炎,其临床表现有哪些特点? ...	(86)
急性胰腺炎病人为什么要禁食及胃肠减压?	(87)
胆囊炎、胆石症是怎样发生的?	(87)
慢性胆囊炎病人在饮食上应注意什么?	(88)
发生胃肠道大出血应如何处理?	(88)
上消化道出血病人的饮食应如何调理?	(89)
什么是肝硬化,肝硬化有何表现?	(90)
肝硬化病人在护理上应注意什么?	(90)
肝炎是怎么传染来的?	(91)
肝炎有什么表现?	(92)
肝炎病人的饮食如何安排?	(93)
怎样预防肝炎?	(93)
如何做好肝炎病人的隔离消毒?	(94)
痢疾是怎样传染的,如何预防?	(95)
伤寒有什么表现,怎样预防?	(95)
老年消化系统疾病应如何护理?	(96)
什么叫肾炎,得了肾炎怎么办?	(97)
慢性肾炎应如何护理?	(97)
尿毒症病人有哪些表现?	(98)
如何做好尿毒症病人的护理?	(99)

什么是糖尿病？	(99)
隐性糖尿病有哪些表现？	(100)
糖尿病病人如何护理？	(101)
如何指导糖尿病病人的饮食？	(102)
糖尿病一定要注射胰岛素吗？	(103)
什么是低血糖，一旦发生低血糖怎么办？	(103)
糖尿病患者如何应用胰岛素？	(104)
什么是甲状腺机能亢进，其表现如何？	(104)
甲状腺功能亢进病人如何护理？	(105)
什么是痛风，饮食上有哪些禁忌？	(105)
什么是血液病，有哪些表现？	(106)
如何预防缺铁性贫血？	(107)
如何做好缺铁性贫血患者的家庭护理？	(108)
引起高血压病的危险因素有哪些？	(109)
高血压的诊断标准是什么，其治疗原则是什么？	(109)
高血压病人在饮食方面应注意什么？	(111)
如何指导高血压病人的活动？	(111)
吸烟对高血压有何影响？	(112)
如何预防高血压病？	(112)
什么是动脉硬化？	(113)
怎样预防动脉粥样硬化？	(114)
什么叫冠心病，有何症状？	(115)
冠心病的主要危险因素是什么？	(115)
吸烟对冠心病有什么影响？	(116)
如何做好冠心病病人的饮食调理？	(117)

体育锻炼对冠心病病人有何影响?	(117)
如何预防冠心病?	(118)
冠心病病人如何正确使用保健盒?	(118)
什么是心绞痛, 发生心绞痛应如何护理?	(119)
什么是心肌梗死?	(120)
发生心肌梗死应采取什么措施?	(121)
心肌梗死病人为什么会便秘, 如何护理?	(121)
高血压、冠心病病人夜间起床应注意什么?	(122)
安装心脏起搏器的病人应注意什么?	(122)
什么是心力衰竭, 如何护理?	(123)
如何做好心脏病病人的饮食调理?	(124)
如何护理老年心血管病病人?	(125)
脑血栓是怎么形成的?	(126)
脑梗死最常见的预兆是什么?	(126)
什么叫“中风”?	(127)
家庭中有人发生“中风”该怎么办?	(127)
老年人“中风”应如何护理?	(128)
瘰病有哪些表现, 应如何处理?	(129)
急性荨麻疹如何处理?	(129)
老年人常见的疾病有哪些?	(130)
如何调理老年人的饮食?	(131)
老人如何养成良好的生活习惯?	(131)
如何预防老年人便秘?	(132)
老年人健康要诀是什么?	(133)
如何延年益寿?	(133)

四、外科疾病护理常识

丹毒病人如何护理？	(135)
皮肤长疖子如何护理？	(135)
如何观察皮肤色素痣的变化？	(136)
手术前病人应做哪些准备？	(137)
如何做好手术前病人的心理护理？	(137)
手术后应注意哪些问题？	(138)
术后有效咳痰的方法？	(139)
手术后病人饮食如何护理？	(140)
术后病人为什么要早期下床活动？	(140)
急性阑尾炎病人如何护理？	(142)
胆结石的发生与饮食有什么关系？	(142)
胆囊炎胆石症病人术后如何护理？	(143)
胃切除术后如何护理？	(144)
人工肛门术后如何护理？	(146)
疝气手术病人如何护理？	(146)
甲状腺术后病人如何护理？	(147)
肛裂病人如何护理？	(148)
痔疮病人如何护理？	(148)
下肢静脉曲张如何护理？	(149)
血栓闭塞性脉管炎如何护理？	(150)
前列腺增生病人如何护理？	(150)
老年人骨折如何预防和护理？	(151)
石膏固定病人的护理要点有哪些？	(152)
牵引的病人如何护理？	(153)

股骨颈骨折病人如何护理?	(154)
桡骨远端骨折时如何护理?	(155)
如何防治腰椎间盘突出症?	(155)
什么叫脑震荡?	(156)

五、肿瘤疾病护理常识

什么叫肿瘤?	(157)
什么叫肿瘤的三级预防?	(157)
如何做好肿瘤的一级预防?	(157)
如何做好肿瘤的二级预防?	(159)
长了肿瘤怎么办?	(160)
常见癌症需要警惕的十大“危险信号”是什么?	(160)
肺癌的危险因素有哪些?	(161)
肺癌的早期表现有哪些?	(161)
预防肺癌的十条措施是什么?	(162)
食管癌的危险因素有哪些?	(163)
食管癌病人有哪些症状和体征?	(163)
食管癌病人术前应注意什么?	(164)
食管癌病人术后应如何进食?	(164)
胃癌的危险因素有哪些?	(165)
胃癌早期有些什么信号?	(165)
如何预防胃癌?	(166)
大肠癌有哪些危险因素?	(166)
大肠癌有哪些临床表现?	(167)
如何预防大肠癌?	(167)

肠癌病人家属如何自我预防保健?	(168)
肝癌的危险因素有哪些?	(168)
肝癌的早期症状有哪些?	(169)
怎样预防肝癌?	(169)
肝癌病人如何护理?	(170)
乳腺癌的症状和体征有哪些, 如何预防?	(171)
乳腺癌有哪些危险因素?	(171)
如何进行乳房自我检查?	(172)
乳腺癌好发于乳房的哪些部位?	(176)
乳腺癌的现代治疗方法有哪些?	(177)
如何安排乳腺癌病人的饮食?	(177)
乳腺癌术后病人应注意哪些?	(178)
肿瘤化疗的常见毒性反应有哪些?	(179)
化疗期间如何进行家庭护理?	(180)
肿瘤病人如何安排饮食?	(181)
防癌饮食要诀有哪些?	(182)
为什么不宜过量食咸鱼、干鱼片?	(183)
哪些食物含有抗癌作用的微量元素?	(184)
癌症病人化疗期间吃些什么好?	(184)
具有抗癌作用的八类食物有哪些?	(184)
为什么要慎吃上色食品?	(185)
熏烤、煎炸的食物为什么不宜多吃?	(185)
哪些食物有利于抗癌?	(186)
癌症病人治疗后生活上应注意什么?	(187)
癌症病人参加癌症俱乐部有好处吗?	(188)
常见癌症的危险信号有哪些?	(188)

癌症究竟有无遗传倾向?	(190)
良好的情绪对癌症有哪些作用?	(190)
不良情绪对癌症有什么影响?	(191)
如何做好癌症病人的心理护理?	(192)
什么叫“想象疗法”，有何效果?	(193)

六、妇产科护理常识

女性一生分几个生理阶段，有哪些特点?	(195)
如何做好青春期自我保健?	(196)
月经期应注意什么?	(196)
为什么会发生痛经，应如何预防与护理?	(197)
什么叫功能性子宫出血，青春期为什么会发生月经 过多，应怎样护理?	(198)
什么叫经前紧张综合征，如何预防?	(198)
什么是更年期，有哪些表现，怎么办?	(199)
老年妇女为什么容易发生骨折，如何预防?	(200)
老年妇女尿频是泌尿系感染吗?	(201)
什么样的白带是正常的，哪些原因会引起白带不正常?	(201)
哪些原因可引起外阴瘙痒，怎么护理?	(202)
外阴、阴道炎的原因是什么，如何护理?	(203)
什么是滴虫性阴道炎，怎么护理?	(203)
什么是真菌（霉菌）性阴道炎，如何护理?	(204)
什么是盆腔炎，为什么会发生盆腔炎?	(205)
什么叫宫外孕，为什么会发生宫外孕?	(206)
什么是宫颈糜烂，有哪些症状，如何治疗?	(207)

怀孕要有哪些条件，确实怀孕又应具备哪些条件？

.....	(208)
哪些妇女容易发生妊娠呕吐，怎么办？	(209)
孕妇为什么会抽筋，怎么防护？	(209)
孕妇为什么容易发生便秘，怎么防护？	(210)
如何做好早孕保健？	(210)
妊娠期是否可以过性生活？	(212)
孕妇应选择什么样的饮料？	(212)
为什么要定期做产前检查，有什么好处，检查些什么？	(213)
如何推算预产期？	(214)
孕期自测胎动有什么意义，如何自测？	(214)
孕妇取什么卧位最合适，为什么？	(215)
孕妇为什么会发生下肢静脉曲张，怎么办？	(216)
孕妇为什么会全身瘙痒，怎么办？	(217)
孕妇发生腹痛的原因是什么，怎么办？	(217)
孕期如何进行自我监护？	(218)
什么样的现象是产兆开始，怎么办？	(219)
分娩分几个产程，应如何同助产士配合？	(220)
什么是过期产，怎么办？	(221)
什么是羊水过多、羊水过少，对胎儿健康有什么危害？	(221)
什么是难产，哪些原因可引起难产？	(222)
什么是子宫收缩乏力，原因是什么，怎么办？	(222)
为什么要提倡母乳喂养，有什么好处？	(224)