



徐玉梅 陈武玲 主编

老年病护理



黑龙江科学技术出版社

12475/08

R473.5

11

3

《健康长寿之路》丛书之八

老年病护理

徐玉梅 陈武玲 主编

黑龙江科学技术出版社

B

685647

责 任 编 辑：李立群

封 面 设 计：张秉顺

老年病护理

徐玉梅 陈武玲 主编

黑龙江科学技术出版社出版

（哈尔滨市南岗区建设街35号）

黑龙江新华印刷二厂印刷

850×1168毫米32开本9.375印张200千字

1989年9月第1版 1989年9月第1次印刷

印数：1—10000册 定价：3.70元

ISBN 7-5388-0867-3/R·60

主 编:徐玉梅 陈武玲

编 委:徐玉梅 陈武玲 邵 菲

编 者:张国芝 马志英
徐玉梅 陈武玲
邵 菲 邵秀锁
孙 逊 康云芳
杨丽平 张洪伟
王晓坤 王爱路

顾 问:张国芝 马志英

序

由于近代科学技术的进步、医疗保健事业的发展和人民生活水平的提高,人类的寿命在逐渐延长。据统计,我国 60 岁以上的老年人口约占全国人口总数的 9%。我国即将跨入老龄化国家的行列。随着老年人口的日渐增加,老年疾病也相应增多,如何处理好老年病人的诊断、治疗、护理、保健等问题,是对从事老年病的专业人员提出的重要课题。

半个世纪以来,世界各发达国家已为老年病的临床和科研工作积累了较多的经验,我国该项工作虽然起步较晚,但近十多年来也做了大量的工作,取得了一些成果。但是,这些成果多偏重于临床的诊断、治疗及保健方面,而对护理工作的研究却很少。

老年人的特点是组织器官功能衰退,对外界反应迟钝,患病后症状多不典型,病情变化快,治疗反应差,易出现各种药物副作用,而且往往多种疾病并存、临床表现错综复杂,常常会出现意外情况,给老年病护理工作带来很多困难。要做好老年病的护理工作,除一般护理工作外,要突出心理护理,要充分尊重、理解、体谅和关怀病人。在各个护理环节中,必须认真、负责、细心、善于观察病情、勤于安慰病人、洞察病人心理及疾病各方面的细微变化;要多接触病人,取得病人的信赖,增强病人战胜疾病的信心,使病人早日康复。

哈医大一院老年病科的护士同志们,在临床实践中,深深体会到老年病人护理的复杂性、重要性和艰巨性,同时也感到很有必要将自己多年的工作体会总结出来。她们这一想法,得

到了医院护理部张国芝、马志英两位主任的热情鼓励和大力支持,并在很短时间内完成了《老年病护理》一书。我衷心祝贺她们初次尝试的成功,也希望有更多、更好的老年病护理专著问世,使老年病护理工作在我省能尽快发展。相信在护理工作的园地中,老年病护理之花必将绚丽开放,并结出丰硕果实。

宋兆琴

1989年5月

目 录

序

第一章 总 论

第一节 老年病人的护理.....	1
第二节 从事老年病人护理工作必备的素质.....	6
第三节 老年人的心理护理	13

第二章 护 理

第一节 基础护理	21
一、老年人便秘.....	21
二、老年人尿失禁.....	28
三、老年人褥疮.....	33
四、老年人体温异常.....	39
第二节 老年人疾病的特点	43
第三节 呼吸系统疾病护理	49
一、老年慢性支气管炎.....	49
二、慢性阻塞性肺气肿.....	54
三、老年肺炎.....	57
四、慢性呼吸衰竭.....	60

五、支气管扩张·····	69
第四节 循环系统疾病护理·····	74
一、老年高血压病·····	74
二、动脉硬化·····	78
三、冠状动脉硬化性心脏病·····	82
四、心律失常·····	92
五、心脏功能不全·····	106
六、心脏骤停和心肺复苏·····	112
七、休克·····	119
第五节 消化系统疾病护理·····	127
一、慢性胃炎·····	127
二、老年消化性溃疡·····	132
三、老年上消化道出血·····	138
第六节 内分泌系统疾病护理·····	143
一、老年甲状腺机能亢进·····	143
二、老年糖尿病·····	148
第七节 泌尿系统疾病护理·····	155
一、老年泌尿系统感染·····	155
二、急性肾功能衰竭·····	159
第八节 骨骼系统疾病护理·····	167
一、老年骨质疏松症·····	167
二、颈椎病·····	170
第九节 精神神经系统疾病护理·····	175
一、短暂脑缺血发作·····	175
二、动脉硬化性脑梗塞·····	179
三、腔隙性脑梗塞·····	184
四、脑出血·····	185

五、蛛网膜下腔出血	193
六、老年人痴呆	195
七、老年性精神病	198
八、昏迷	204
第十节 老年人护理的特殊问题	208
一、老年人晕厥	208
二、老年人跌倒	214
三、老年人静脉输液	219
四、老年人营养	221
五、老年人输血及输血反应	235

第三章 临床常用的辅助检查

第一节 常用的实验室检查	244
一、血液常规检查	244
二、尿液常规检查	247
三、血清离子的测定	251
四、酶学检查	256
五、胎甲球测定	259
六、葡萄糖耐量试验	260
七、血清三碘甲状腺原氨酸 (T_3) 测定	262
八、血清总甲状腺素 (T_4) 测定	263
第二节 常用的诊疗技术及护理	264
一、腰椎穿刺术	264
二、骨髓穿刺术	267
三、纤维胃镜检查	270
第三节 常用的物理诊断技术	272

一、X 线检查	272
二、心电监护	274
三、体外血栓形成试验	276
四、超声波检查	279
五、电子计算机 X 线断层扫描	284
参考文献	289

第一章 总 论

第一节 老年病人的护理

近年来,随着老年医学的发展,老年人护理已成为护理界面临的重要课题。老年人由于正常的衰老,在疾病影响时迫切需要得到恰当的护理,而恰当的护理工作,不仅可以使老年人延长寿命,更重要的是促进了老年人树立积极的“老人观”,对生活保持乐观态度,使之在有生之年,以健康的身心为社会贡献余热。

老年人由于器官、组织、细胞生理性的自然衰老,生理功能及心理调节能力均减退,机体的适应能力和抵抗疾病能力也日趋下降,因而老年人极易受疾病侵袭。解放军 206 医院 1982 年曾报导,对 400 例 60 岁左右的老年人体检发现:患病率为 100%,患两种以上疾病者占 46%,失去生活自理能力者占 3.8%。可见,由于老年人患病率高,加之心理、生理上的特殊性,均需要护理工作适应老年人的特点,其护理主要从以下几个方面进行:

【心理护理】

老年人性情比较怪癖、固执、对周围事物反应迟钝,不易合作,尤其是患慢性病者,由于病程长,反复发作,久治不愈,心理压力较重,往往失去信心。因此在做护理工作时须细致、

耐心,做好解释工作,不可强制或责难,要象对待亲人一样,使老年病人产生信赖感,使他们感到温暖,树立起战胜疾病的信心,满意地接受一切治疗与护理。

护理老年病人,尤其应注意维护其自尊心,对生活小事,也要恰当安排,如应将生活必需品置于方便处,以免其因凡事需人相助而心情苦恼;遇事要婉言相商,诚恳解释,不要勉强老年患者做他们不愿做的事,以免因困忧而激怒他们。

老年人患病后询问多、要求多,由于对医院的人、事、环境缺乏安全感,往往因意识到自己疾病愈后不良,而对疾病的发展、治疗、用药及每项护理操作都要询问清楚,并要求给予特殊的照料与护理,因此护士必须耐心解释、介绍,必要时因人而异给予特殊关照,满足老年人的合理要求。

应当指出的是,心理的老化与生理上的老化并不是等同发展的,满足老年人合理的要求和期望,会改变老人的心理状态。

【营养及饮食】

随着年龄的增长,老年人代谢、消化等功能均处在削弱阶段,酶系统也多处在紊乱状态中,加之牙的脱落及残缺不全或患者有其他慢性病及生活习惯嗜好等,都或多或少地影响老年人对营养的摄入。如蛋白质、脂肪和较粗的纤维常由于上述某种原因不能被充分的吸收利用,致使老年人常出现生理需要热量的摄入不足、低蛋白、消化不良,以及机体抵抗力低下。故老年人饮食应以高热量、低脂肪、易消化、清淡可口为原则,宜少食多餐(每天以4餐为宜)。

患高血压病的老人,要注意控制体重,少吃高脂肪(动物脂肪)的食物,必要时适当减少主食,以减轻体重。近年来研究证明,食盐摄入过多,能使血压上升,因此,每日摄入盐量不可

过高,要多吃蔬菜、水果等。

为了使老年病人能够从饮食中充分摄入所需营养,护理人员还应注意做好以下工作:①为促进食欲,饭菜做到味色鲜美多样化。②对行动不便的病人协助喂饭时,要热情、耐心,鼓励病人多食,饭后洗漱口腔或做好口腔护理。③患有传染病者,食具必须消毒,以免交叉感染。④根据病情需要记录出入量者,应准确及时地做好记录。

【休息与睡眠】

有规律的生活和保证充足的睡眠对促进老年病人康复具有重要意义。

首先,应布置一个安静、舒适的休息环境,要避免噪音、照明、室温、刺激性气味等干扰病人睡眠。要注意保持床铺整洁,寝室选择应照顾老年人多年的习惯,但注意不要用过高的枕头。坚持睡前洗脸、刷牙、洗脚等,这样常可舒适地入睡。

老年人一般需保证每天6~7小时的睡眠。有的老年人在白天休息时即进入浅睡状态,因而影响夜间睡眠。想在短时间内改变其生活习惯是很困难的,护理人员可以在白天为他们安排一些适当的文娱、体育活动,尽量减少白天睡眠,并嘱其在就寝前,不要饮用浓茶、咖啡等刺激性饮料及服用兴奋神经系统的药物,以免影响睡眠。因身体不适,如疼痛、咳嗽、呼吸困难、尿频等妨碍睡眠者,应给予相应的对症处理。还有的病人习惯睡前服用镇静剂,如确实需要,可以在医师的指导下,间断或选择不同类型的镇静剂,防止过量或成瘾。为保证病人充分休息,还应注意限制探视人数和时间,防止各种原因引起病人情绪激动而影响睡眠。

【病情观察】

老年人患病后病情虽然危重,但症状和体征多不明显,由

于老年人疼痛阈较高,对疼痛反应往往不敏感。据统计约有35~40%的心肌梗塞老年患者无疼痛反应,给护理和抢救工作带来一定困难。另外,老年人平素进食少,基础代谢率低,产热量少,体温调节能力减退,因此在发热性疾病时常表现体温不高,若一旦出现高热时又常伴有水、电解质平衡紊乱,给治疗与护理工作带来困难。护士必须机敏地、细心地观察病情,从而及时发现异常情况。

老年人疾病危重者多,例如脑血管、心血管疾病,往往来势凶猛,因此对护理工作质量的要求很高,护理人员必须格外慎重,认真细致、严密地观察病情,对其意识、瞳孔、体温、脉搏、呼吸、血压、皮肤、泌尿系统等都要科学地观察、记录并予以适当、及时的对症护理。

【老年病人的活动】

老年病人由于自理能力较差,依赖心理严重,其患病后往往不愿活动,护理人员应鼓励和帮助老年人恢复活动能力。同时,应向老年人宣传长期卧床可加速机能退化,产生肌肉萎缩、关节机能低下、静脉血栓形成、精神不振、食欲低下、便秘等一系列症状。卧床患者亦应经常活动四肢,更换体位;能起床者,应嘱其适当活动,以促进脏器功能,预防合并症发生,但应注意保护措施,因老年人骨质疏松易造成骨折。

【口腔、皮肤护理】

老年病人常因齿龈萎缩、牙齿脱落而影响口腔卫生,易患口腔炎、口臭、齿龈炎等,为防止口腔溃烂和感染,必须做好口腔护理。应早、晚刷牙,饭后漱口。生活不能自理者,护理人员应帮助其保持口腔清洁。

老年患者多数配用义齿,饭后一定要取下义齿并刷洗干净,以免义齿和齿龈间的食屑发酵,引起口臭和齿槽脓肿。还

应注意不合适的义齿常造成机械性刺激,损伤口腔粘膜、舌和齿龈而影响充分咀嚼食物,甚至导致营养障碍,故不合适的义齿要及时更换。

老年人因机体恢复功能差,皮肤干燥角化,有皱褶,敏感度减低,不宜过勤洗澡,每周洗 1~2 次即可,必要时宜做局部清洗和涂擦油脂。由于皮下脂肪缺乏和血液循环缓慢,御寒和抵抗力降低,感觉迟钝,要注意防止软组织受压、褥疮和烫伤的发生。因此,要勤给病人翻身,更换体位,保持床单的平整、干燥、清洁,保持局部皮肤的血液循环良好。

【用药方面的护理】

老年人对药物耐受能力差;可因血液循环缓慢而出现延迟反应;也可因肝肾代偿功能偏低影响排泄而发生蓄积中毒。护理人员应了解这些特点,用药期间应密切观察病人的反应,如发现异常情况应及时通知医生。投药时应按医嘱准确、及时地给病人服药,同时应注意药的性质、特点及服法、时间,严格执行查对制度,做到三查七对,注意药物的有效期和药物变质情况等。

有些老年人由于记忆力及自理能力差,常忘记服药或重服、多服,甚至错服药物,因此,护理人员要亲自管理服药,做到服药到口。卧床不起的病人在服药时,注意采取适当的体位,以免发生误咽。

由于老年人心、肝、肾功能衰退,凡由静脉输入给药者,对滴速的控制应比年青人更为严格。心功能较好的,一般病人应控制在每分钟 40~60 滴左右。心功能不全的病人,静脉输液的滴速应控制在每分钟 25 滴左右。

对于服特殊药物的病人要进行特殊处理,例如心力衰竭的病人服用纠正心率的药物,在服药前后要测心率或脉率,并

要认真观察药物反应与疗效。

(马志英 徐玉梅)

第二节 从事老年病人护理工作必备的素质

老年医学的发展,使人们对护理质量的要求越来越高。老年人的特殊社会地位、身体状况和心理状态决定了老年人护理的特殊性和复杂性,因此,提高护理人员的职业素质已成为当务之急。所谓素质,是指顺利完成某类活动所必须具备的特征,包括生理特征和心理特征两方面。就护理工作而言,所谓生理特征,即健康的体魄;心理特征则主要体现于认识、情感、能力、性格、气质等方面。

【正确的认识】

衰老是生物不可抗拒的规律,人到老年后各组织、器官生理机能逐渐衰退,但衰退程度因人而异,即使同一个体的不同脏器也有明显差异。老年人及老年疾病不能仅按实际年龄(生物年龄)来判断,须全面考虑家庭环境、经济状况、职业、与周围人的相互关系等。故护理老年病人不仅需要大量的医学基础和专业理论知识,而且需要广泛的社会学、心理学知识。护理人员应认真学习,从理论上了解并掌握老年人的生理、心理特点,以指导临床实践。

老年人所患的疾病很容易被认为是无治疗价值或不治之症,但实践证明,老年人疾病中有许多疾病是能够预防的,另有一些通过早期治疗完全可以把病变限制于最小限度,重新恢复其社会生活能力。护理人员对此应有正确的认识,并应针对其发病原因及影响疾病康复的各种因素,寻找解决办法,采

取有效措施,施以确切的护理。

【高尚的情感】

情感是人对客观事物态度的体验,是人们内心世界的自然流露。护士的情感具体表现在高度的责任感、真挚的同情心与强烈的事业心等方面。

国际护士学会规定护士的责任是:保护生命,减轻痛苦,增进健康。老年病人一方面由于感觉迟钝,另一方面由于某些心理因素影响,很少主动提出护理要求,这就要求老年病护理人员对其护理对象具有强烈的责任感,要怀着极大的热忱履行自己的职责,真诚地关心爱护病人,减轻其身心痛苦。只有这样,护士才会受到病人的尊重和爱戴。当看到经自己精心护理的病人获得康复时,护士会从中体验到乐趣和幸福,意识到自身工作的意义和价值。

护理人员的同情心具有强烈的感染力,能使病人增强战胜疾病的信心。老年人适应环境能力差,因病住院后顾虑多,情绪波动大,易产生孤独感和绝望感,同时又把生存和康复的希望全部维系于医护人员,有较强的依赖感。护士对此应表示充分的理解,并寄予深切的同情和帮助,改变病人的消极心理,使其感到温暖、亲切、有安全感。

【全面的工作能力】

能力是直接影响工作效率、使活动能够顺利完成的心理特征。从事老年病人护理工作需要培养多方面的工作能力。主要包括:敏锐的观察力、精确的记忆力、准确的判断力、注意力的灵活性、丰富的想象力、独立思维能力和创造力、熟练的技术操作能力、良好的表达能力等。

1. 敏锐的观察力

观察力是发现事物典型特征的能力,是否具有敏锐的观