



21世纪家庭健康顾问丛书

家庭护理600问

JIATING HULI



浙江科学技术出版社



21世纪家庭健康顾问丛书

家庭护理600问

JIATING HULI

施水泉

浙江科学技术出版社

(浙)新登字第3号

责任编辑：励慧珍

封面设计：潘孝忠

责任校对：顾 均 张 宁

21 世纪家庭健康顾问丛书

家庭护理600 问

施水泉

*

浙江科学技术出版社出版

浙江印刷集团公司印刷

浙江省新华书店发行

*

开本850×1168 1/32 印张13.125 字数 307 000

1997 年3 月 第 1 版

1997 年3 月 第1 次印刷

ISBN 7-5341-0921-3/R · 153

定 价：16.95 元

前 言

健康的身体和健全的心理是人人都想拥有的。健康是人类社会永恒的热门话题，特别是当前社会主义市场经济蓬勃发展、改革开放十分红火的年代，健康作为一种无形的资产显得更为需要。为此，我国政府向世界卫生组织庄严承诺，2000年我国人民将人人享有卫生保健。

但是，谁都会有患病或身体不适的时候，有病就要治，在医学科学发展的今天，有相当部分的病不需要住院治疗，即使病重时住院了，但以后的康复期还是可以在家中度过的，特别是一些慢性病。因此，家庭护理对病人康复关系极大。现在，全国各地广泛开设家庭病床就是一个成功的经验，使更多的人在自己家中接受治疗和护理。护理对病人的康复至关重要，俗话说“三分治，七分护理”，学习掌握一些护理知识，对于每个家庭都是十分必要的。

家庭都由不同年龄、不同性别的成员组成。对于老人、小孩、孕妇、产妇、患病者，或处于危急状态下的人，由于生理或病理上的特点和限制，都需要特别照顾和护理，而怎样正确地照顾、护理好，常常是人们颇感棘手的问题。因为护理涉及许多医学知识，自己不太懂，若都去询问，也太麻烦。所以我们编著此书的目的，即在于为人们提供这方面的知识，使之能得心应手地解决日常生活中可能碰到的护理问题，使健康人能防病于未然，使病人度过难关，减轻病痛，早日康复。

本书内容围绕家庭成员特点，较系统地介绍老人、幼儿、孕产妇及一般人群易患的各科常见病的家庭护理方法，分为护理家

庭病人的基本技术、常见病病人的家庭护理、小儿及儿科疾病的家庭护理、老人及老年病的家庭护理、妇女及妇科病的家庭护理、一般人群的家庭护理和常见急症的家庭护理等七大部分进行叙述。全书内容通俗易懂，文字简洁流畅，力求“一看就懂，一学就会，一用即灵”，希望本书成为每个现代家庭的必备工具书。

施水泉

1996年5月

目 录

护理家庭病人的基本技术

如何布置家庭病床·····	(1)
家庭应常备哪些药物和器械·····	(2)
怎样观察病情·····	(3)
如何为病人做口腔护理·····	(5)
如何为病人护理头发·····	(6)
如何在病床上为病人擦澡·····	(6)
如何帮助病人翻身·····	(7)
如何护理褥疮·····	(8)
如何对病人进行晨、晚间护理·····	(8)
如何进行坐浴护理·····	(9)
如何护理发热的病人·····	(9)
如何护理呼吸困难的病人·····	(10)
咯血时如何护理·····	(10)
胸痛时如何护理·····	(12)
心悸时如何护理·····	(12)
发现心脏早搏如何护理·····	(12)
呕吐时如何护理·····	(13)
腹泻时如何护理·····	(14)
大便失禁时如何护理·····	(14)
便秘时如何护理·····	(15)
急性腹痛时如何护理·····	(16)
呕血和便血时如何护理·····	(16)

尿失禁时如何护理	(17)
尿液潴留时如何护理	(17)
肾绞痛时如何护理	(18)
病人吞咽困难时如何护理	(18)
如何护理黄疸病人	(19)
如何护理昏迷病人	(20)
在家自测血压应注意什么	(20)
在家怎样进行肌肉注射	(21)
打针后要用手按摩注射部位吗	(22)
打针后臀部有硬块如何消除	(23)
怎样正确滴用眼药水	(23)
如何利用电吹风进行家庭护理	(24)
用药前应注意什么	(25)
药物失效时有哪些特征	(26)
怎样才算用药适量	(26)
什么时间服药效果最好	(27)
服药应注意姿势与喝水量吗	(27)
服哪些药需多饮水	(28)
药太苦不愿吃怎么办	(29)
服药时加糖行不行	(29)
怎样正确使用磺胺类药	(30)
病人服中药时如何护理	(30)
服中药要忌口吗	(32)
家庭如何使用消毒药	(32)
病家如何进行消毒	(33)
如何料理病人遗体	(34)

常见病病人的家庭护理

内科疾病的家庭护理	(35)
-----------------	------

急性支气管炎病人如何护理	(35)
支气管扩张病人如何护理	(36)
肺炎病人如何护理	(36)
肺结核病人如何护理	(37)
肺脓肿病人如何护理	(38)
胸膜炎病人如何护理	(38)
急性胃炎病人如何护理	(39)
慢性胃炎病人如何护理	(39)
胃、十二指肠溃疡病人如何护理	(40)
反流性食管炎病人如何护理	(41)
肝硬化病人如何护理	(41)
胰腺炎病人如何护理	(42)
急性肠炎病人如何护理	(43)
慢性肠炎病人如何护理	(44)
如何护理冠状动脉粥样硬化性心脏病病人	(45)
如何护理风湿性心瓣膜病病人	(47)
如何护理慢性肺原性心脏病病人	(49)
如何护理先天性心脏病病人	(50)
如何护理扩张型心肌病病人	(50)
心肌梗死前有信号吗	(51)
猝死病人如何紧急护理	(52)
患心肌梗死恢复后何时可上班	(52)
心跳过快时如何应急护理	(53)
在家中发生心律失常如何护理	(54)
心律失常病人日常护理应注意什么	(55)
心律失常病人如何进行体育锻炼	(56)
心律失常病人如何在家中作维持治疗	(57)
低血压症者的生活如何护理	(57)

为什么心脏病病人要适当活动	(58)
高血压降至多少为宜	(59)
高血压病人为什么应当忌酒	(59)
练气功和打太极拳能降血压吗	(60)
高血压病人练气功和打太极拳时应注意什么 ...	(60)
高血压病人吃哪些蔬菜有利于降压	(61)
高血压病人吃哪些水果有益	(62)
高血压病人为什么必须戒烟	(62)
松弛-默想方法可降低血压吗	(63)
患先天性心脏病的妇女能怀孕吗	(63)
再生障碍性贫血病人如何护理	(64)
急性白血病病人如何护理	(65)
甲状腺功能亢进症病人如何护理	(67)
甲状腺功能减退症病人怎样护理	(68)
阿狄森病病人如何护理	(69)
痛风病人如何护理	(69)
如何安排糖尿病病人的饮食量	(70)
纤维素多的食物对糖尿病病人有益吗	(72)
糖尿病病人宜吃哪些食物？不宜吃哪些食物 ...	(72)
糖尿病病人的主食是否吃得越少越好	(73)
糖尿病肾病患者饮食应注意什么	(74)
糖尿病病人进食植物油要限量吗	(74)
糖尿病病人能不能吃水果	(75)
糖尿病病人能否饮酒	(75)
怎样使用尿糖试纸	(76)
怎样使用酮体试纸	(76)
尿糖被控制的标准是什么	(77)
体育锻炼对糖尿病病人有好处吗	(77)

糖尿病病人体育锻炼应注意什么	(78)
吸烟对糖尿病病人有何害处	(78)
糖尿病病人能结婚吗	(79)
患糖尿病的妇女能怀孕吗	(79)
糖尿病病人在服药期间应着重注意什么	(79)
如何保护糖尿病病人的眼睛	(80)
怎样加强对糖尿病病人的足部护理	(80)
糖尿病病人还能正常的工作和学习吗	(81)
糖尿病病人如发生低血糖如何护理	(81)
急性肾炎病人的饮食如何护理	(82)
肾病综合征病人饮食如何护理	(83)
肾炎病人饮食中要否忌盐	(84)
肾炎病人能不能吃富含蛋白质的食物	(85)
肾炎病人能不能结婚	(86)
患慢性肾炎的女病人能否怀孕	(86)
哪些药物对肾脏有损害	(87)
在家中如何做腹膜透析	(87)
外科疾病的家庭护理	(88)
皮肤生疖子时如何护理	(88)
急性蜂窝织炎病人如何护理	(89)
丹毒病人怎样护理	(90)
有皮脂腺囊肿时如何护理	(90)
有毛细血管瘤者如何护理	(91)
有色素痣时如何护理	(91)
有头皮血肿时如何护理	(91)
头皮裂伤时如何护理	(92)
冻伤如何护理	(92)
破伤风病人如何护理	(93)

乳腺增生者如何护理	(93)
血栓闭塞性脉管炎病人如何护理	(94)
有下肢静脉曲张时如何护理	(94)
患阑尾周围脓肿的病人怎样护理	(95)
消化道溃疡出血病人如何护理	(96)
幽门梗阻病人怎样护理	(97)
胃、十二指肠溃疡穿孔时如何护理	(98)
肛裂病人如何护理	(98)
有痔疮时怎样护理	(99)
直肠脱垂时如何护理	(100)
胆囊炎病人如何护理	(101)
胆石症病人如何护理	(101)
门静脉高压症病人怎样护理	(102)
包茎和包茎嵌顿时如何护理	(103)
前列腺炎病人如何护理	(104)
肾、输尿管结石病人如何护理	(104)
阳痿时应如何护理	(105)
遗精时如何护理	(105)
扭伤如何护理	(106)
急性扭伤时如何冷敷和热敷	(107)
跌打损伤后如何护理	(107)
腰肌劳损时如何护理	(108)
肋骨骨折病人如何护理	(108)
锁骨骨折时怎样护理	(108)
桡骨远端骨折时如何护理	(109)
股骨颈骨折病人如何护理	(109)
脊柱骨折病人如何护理	(110)
骨髓炎病人如何护理	(110)

手术病人的护理..... (111)

病人手术前如何心理护理..... (111)

甲沟炎、脓性指头炎切开引流术后如何护理..... (112)

急性阑尾炎术后如何护理..... (113)

胃切除术前后如何护理..... (113)

腹腔镜手术后如何护理..... (115)

食管贲门癌手术前后如何护理..... (115)

前列腺增生症切除术后如何护理..... (116)

腰椎间盘突出症术后如何护理..... (118)

心脏瓣膜置换术后如何护理..... (119)

胸外科手术病人夜间如何护理..... (120)

舌癌手术前后如何护理..... (121)

术后尿潴留病人如何护理..... (122)

急性中毒洗胃术后如何护理..... (123)

面部除皱术后如何护理..... (123)

病人手术后如何心理护理..... (124)

术后怎样才能更快康复..... (125)

小儿手术后如何护理..... (126)

老年人腹部手术后如何护理..... (127)

老年人骨折手术后如何护理..... (128)

癌症病人的家庭护理..... (130)

癌症病人什么时间服药效果最佳..... (130)

癌症病人治疗后生活上应注意什么..... (130)

治疗癌症期间如何给病人增加营养..... (131)

哪些食物有利于抗癌..... (131)

癌症病人如何安排性生活..... (132)

癌症病人练气功时如何作饮食调理..... (133)

肿瘤病人手术后如何护理..... (133)

癌症放射治疗病人的家庭护理应包括哪些方面…	134)
为什么放射治疗病人的家庭护理很重要……	(135)
对放射治疗病人如何进行家庭护理……	(135)
对放射治疗病人如何心理护理……	(136)
放射治疗病人要不要忌口……	(136)
放射治疗后厌食、恶心呕吐怎么护理……	(137)
放射治疗病人可以体育锻炼吗……	(137)
放射治疗病人可以过性生活吗……	(138)
放射治疗后的癌症病人如何考虑婚姻问题……	(138)
放射治疗病人的生育问题应如何考虑……	(139)
口腔颌面部肿瘤病人如何护理……	(139)
鼻咽癌病人放疗后如何护理……	(140)
肝癌病人如何护理……	(140)
直肠癌病人如何护理……	(141)
癌症病人参加癌症俱乐部有好处吗……	(142)
传染病的家庭护理……	(143)
流行性感冒病人怎样护理……	(143)
流行性腮腺炎病人如何护理……	(143)
流行性腮腺炎病人应隔离多少天……	(144)
流行性脑脊髓膜炎病人怎样护理……	(145)
慢性细菌性痢疾病人隔离治疗时如何护理……	(145)
中毒性菌痢病人如何护理……	(146)
细菌性痢疾病人的用品与居室应怎样消毒……	(147)
孕妇患细菌性痢疾时如何护理……	(147)
细菌性痢疾病人的生活如何护理……	(148)
甲型病毒性肝炎流行期间如何自我护理……	(148)
接触了“甲肝”病人该怎么办……	(149)
“甲肝”病人的餐具如何消毒……	(149)

“甲肝”病人的衣服和卧具如何消毒	(150)
肝炎病人应常吃哪些食物来补充维生素	(150)
肝炎病人应怎样补充蛋白质	(151)
肝炎病人吃水果应注意什么	(151)
肝炎病人为什么应少食肉汤	(152)
肝炎病人怎样饮用牛奶	(152)
肝病病人如何选择营养滋补品	(153)
肝病病人的饭菜烹调时应注意什么	(153)
肝病病人的菜肴中如何合理用醋	(154)
肝炎病人吃糖应注意什么	(154)
肝病病人如何饮茶	(155)
哪些人要接种乙肝疫苗	(155)
肝炎病人的家中应怎样消毒	(156)
肝炎病人为什么必须禁酒	(156)
肝炎病人如何掌握性生活	(157)
“乙肝”病毒携带者的家庭成员应注意什么 ...	(157)
乙肝表面抗原携带者在生活中如何自我护理	(158)
乙肝表面抗原阳性者能否结婚	(159)
如何看“乙肝三系”化验单	(159)
肝炎病人用药应注意些什么	(161)
护理重症肝炎病人主要观察什么	(161)
重症肝炎不同阶段的饮食如何调配	(162)
重症肝炎病人的口腔如何护理	(163)
如何做好重症肝炎病人的心理护理	(164)
对肝昏迷病人如何护理	(164)
伤寒、副伤寒病人如何护理	(165)
阿米巴痢疾病人如何护理	(166)
细菌性食物中毒病人如何护理	(166)

呼吸道传染病病人如何护理·····	(167)
动物源性传染病病人如何隔离与消毒·····	(168)
神经、精神病的家庭护理·····	(168)
偏头痛病人如何护理·····	(168)
三叉神经痛病人如何护理·····	(169)
坐骨神经痛病人如何护理·····	(169)
癫痫病人如何护理·····	(170)
癫痫病人何时才能停药·····	(170)
震颤性麻痹症病人如何护理·····	(171)
脑震荡病人如何护理·····	(171)
颅内血肿病人如何护理·····	(172)
脑挫裂伤病人怎样护理·····	(172)
偏瘫病人如何自行处理个人卫生·····	(173)
神经症病人如何护理·····	(174)
抑郁症病人怎样自我护理·····	(175)
精神病病人幻觉状态时如何护理·····	(176)
精神病病人妄想状态时怎样护理·····	(177)
精神病病人兴奋状态时如何护理·····	(179)
精神病病人抑郁状态时如何护理·····	(180)
精神病病人痴呆状态时如何护理·····	(182)
精神病病人木僵状态时如何护理·····	(183)
精神病病人睡眠障碍时如何护理·····	(184)
精神病病人饮食障碍时如何护理·····	(185)
精神病病人服药时如何护理·····	(186)
如何做精神病病人恢复期的康复护理·····	(188)
如何预防和紧急护理精神病病人的意外事件·····	(190)
五官科疾病的家庭护理·····	(193)
急、慢性结膜炎怎样护理·····	(193)

角膜炎时如何护理·····	(193)
老年性白内障如何护理·····	(194)
青光眼病人如何护理·····	(195)
孩子近视眼时如何护理·····	(195)
孩子远视眼时如何护理·····	(196)
外耳道有异物时如何紧急护理·····	(196)
鼓膜外伤时如何护理·····	(197)
非化脓性中耳炎时如何护理·····	(197)
急性化脓性中耳炎时如何护理·····	(198)
美尼尔氏病病人如何护理·····	(199)
鼻腔塞入异物时如何护理·····	(199)
鼻出血病人如何护理·····	(200)
炎夏鼻易出血如何护理·····	(200)
急、慢性鼻炎时如何护理·····	(201)
急性鼻窦炎时如何护理·····	(201)
急性扁桃体炎时如何护理·····	(202)
为什么患喉炎勿用盐开水漱口·····	(202)
有龋齿时如何护理·····	(202)
有牙周病时如何护理·····	(203)
拔牙后如何护理·····	(204)
儿童牙列不齐如何护理·····	(205)
唇、腭裂的患儿如何护理·····	(206)
颌面部外伤如何护理·····	(207)
皮肤病、性病的家庭护理·····	(208)
有寻常疣和跖疣时如何护理·····	(208)
有扁平疣时怎样护理·····	(209)
有寻常痤疮时如何护理·····	(209)
有脓疱疮时如何护理·····	(209)

有湿疹时如何护理·····	(210)
有接触性皮炎时如何护理·····	(210)
荨麻疹时如何护理·····	(211)
“桃花癣”如何护理·····	(211)
汗斑症应怎样护理·····	(212)
皮肤瘙痒症时如何护理·····	(212)
油彩皮炎如何护理·····	(213)
有神经性皮炎时如何护理·····	(213)
银屑病怎样护理·····	(214)
天疱疮如何护理·····	(214)
生痱子时如何护理·····	(215)
有臭汗症时如何护理·····	(215)
脂溢性皮炎如何护理·····	(216)
早秃如何护理·····	(216)
头癣病人如何护理·····	(216)
粘膜白斑应如何护理·····	(217)
有鸡眼时如何护理·····	(217)
有胼胝时如何护理·····	(218)
妊娠瘙痒症如何护理·····	(218)
妊娠疱疹如何护理·····	(218)
发生药疹时怎样护理·····	(219)
皮肤病病人使用外用药时应注意哪些问题·····	(219)
尖锐湿疣如何护理·····	(220)
淋菌性尿道炎时如何护理·····	(221)
淋病患者如何护理·····	(221)

小儿及儿科疾病的家庭护理

护理新生儿的居室应具备什么条件·····	(223)
应怎样包裹新生儿·····	(223)