

普通医药院校创新型系列教材

健康评估

HEALTH ASSESSMENT

季 坚 · 主 编



科学出版社

普通医药院校创新型系列教材

健康评估

季 坚 主编

科学出版社

北 京

内 容 简 介

本教材是护理专业的一门主干课程,是由基础护理过渡到临床护理的桥梁课程。该课程是从护理的角度,研究和诊断患者对现存和潜在健康问题的生理、心理、社会反应的基本理论、基本技能和临床思维方法的学科。本教材共九章,主要内容共三大模块:第一模块涉及功能健康型态、护理诊断等内容,主要介绍护理诊断的基本理论和临床思维方法。第二模块涉及问诊、体格检查、心电图检查、实验室检查、影像学检查等内容,主要介绍健康评估的方法学。第三模块涉及护理病历等内容,主要介绍护理病历的书写格式和要求;健康评估知识和技能的综合应用。

根据国家对护理专业继续教育的基本要求及特点,本教材内容凝练、注重评估方法和思维方法的训练,力求做到简明、高效。

本教材可供普通医药院校护理学专业本、专科学生,在职临床护理人员,继续教育学员,以及从事各层次护理专业教学、管理工作参考、学习使用。

图书在版编目(CIP)数据

健康评估 / 季坚主编. —北京: 科学出版社,
2018.1

普通医药院校创新型系列教材

ISBN 978-7-03-055551-9

I. ①健… II. ①季… III. ①健康—评估—医学院校—教材 IV. ①R471

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2017)第 286469 号

责任编辑: 闵 捷

责任印制: 谭宏宇 / 封面设计: 殷 靓

科学出版社 出版

北京东黄城根北街 16 号

邮政编码: 100717

<http://www.sciencep.com>

南京展望文化发展有限公司排版

江苏省句容市排印厂印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2018 年 1 月第 一 版 开本: 889×1194 1/16

2018 年 1 月第一次印刷 印张: 17 3/4

字数: 503 000

定价: 59.00 元

(如有印装质量问题,我社负责调换)

普通医药院校创新型系列教材

专家指导委员会

主任委员

龚卫娟

委 员

(按姓氏笔画排序)

丁玉琴	万小娟	王 艳	王劲松	刘永兵
刘佩健	许正新	李吉萍	李国利	肖炜明
吴洪海	张 菁	张 瑜	陈玉瑛	郁多男
季 坚	郑 英	胡 艺	胡兰英	祝娉婷
贾筱琴	龚卫娟	康美玲	梁景岩	葛晓群
程 宏	谢 萍	窦英茹	廖月霞	

普通医药院校创新型系列教材

《健康评估》 编辑委员会

主 编
季 坚

副主编
庞 昱 袁 媛 褚春民 陈 勇

编 委
(按姓氏笔画排序)

王正翊	包 萍	吴金凤	吴琳凤	陈 勇
陈宏梅	季 坚	庞 昱	於晓平	冒鑫娥
侯 苹	袁 媛	徐龙宝	褚春明	薛慧萍

前 言

健康评估(health assessment)是研究个体、家庭或社区对现存的或潜在的健康问题反应的基本理论、基本技能和临床思维方法的学科,是护理专业的必修课程,是由基础护理过渡到临床护理的桥梁课程。作为护理专业继续教育系列的一部教材,遵循学历教育的非零起点性和职业需求性特点,突出“重能力、求创新”的整体编写思路,力求体现护理专业的继续教育特色。与同类教材相比,本教材有以下特点。

一是教材内容的选取注重实用性。相对于本科《健康评估》教材,本教材针对学习对象非零起点的特点,在内容上做了详略处理;为方便学生进行案例分析,在编写顺序上做了较大的调整。

二是教材编排新颖,图文形式多样。相对于本科《健康评估》教材,本教材在写作体例上做一些调整。每章开始学习要求明确,每章小结对本章内容进行凝练和概括;体格检查一章增加了视频文件二维码,希望通过立体教材的形式,方便学生自学。

三是通过临床案例,培养学生应用知识、分析问题、解决问题的能力。实现理论知识联系临床实践,临床实践回归理论知识的继续教育教材特色。

四是每章附一个精选的知识拓展,重点介绍相关知识的新进展、新技术,以扩展学生的知识面,增加教材的可读性。

本教材的编者大多是护理专业和临床医学专业的中青年骨干教师,他们为本教材的编写付出了巨大的努力。如有疏漏与不足之处,恳请使用教材的师生和读者惠予指正。

主编

2017年10月

目 录

前言

第一章 绪论001

一、健康评估的内容	001	三、健康评估的学习要求	002
二、健康评估的方法	002		

第二章 功能性健康型态004

第一节 健康感知-健康管理型态	004	第六节 认知-感知型态	014
一、相关知识	004	一、相关知识	014
二、评估重点	005	二、评估重点	015
三、相关护理诊断	005	三、相关护理诊断	016
第二节 营养-代谢型态	006	第七节 自我概念型态	016
一、相关知识	006	一、相关知识	016
二、评估重点	006	二、评估重点	017
三、相关护理诊断	007	三、相关护理诊断	018
第三节 排泄型态	008	第八节 角色-关系型态	019
一、相关知识	008	一、相关知识	019
二、评估重点	009	二、评估重点	020
三、相关护理诊断	010	三、相关护理诊断	021
第四节 活动-运动型态	010	第九节 性-生殖型态	021
一、相关知识	010	一、相关知识	022
二、评估重点	011	二、评估重点	022
三、相关护理诊断	012	三、相关护理诊断	022
第五节 睡眠-休息型态	012	第十节 压力-应对型态	022
一、相关知识	013	一、相关知识	023
二、评估重点	013	二、评估重点	024
三、相关护理诊断	014	三、相关护理诊断	025

第十一节 价值-信念型态	026	二、评估重点	026
一、相关知识	026	三、相关护理诊断	027
第三章 护理诊断			029
第一节 护理诊断概述	029	七、合作性问题	032
一、护理诊断的发展	029	第二节 护理诊断的步骤	032
二、护理诊断的定义	029	一、收集资料	032
三、护理诊断与医疗诊断的区别	029	二、分析与综合资料	033
四、护理诊断的分类系统	030	三、确立、验证与修订护理诊断	033
五、护理诊断的构成	030	四、护理诊断的排序	033
六、护理诊断的陈述方式	031		
第四章 问诊			035
一、问诊的方法	035	二、问诊的内容	036
第五章 体格检查			040
第一节 体检的基本方法	040	第四节 淋巴结	049
一、视诊	040	一、浅表淋巴结的分布	049
二、触诊	041	二、检查方法	050
三、叩诊	041	三、临床意义	050
四、听诊	042	第五节 头部	051
五、嗅诊	043	一、头部	051
第二节 一般状态	043	二、眼	051
一、性别	044	三、耳	053
二、年龄	044	四、鼻	053
三、生命体征	044	五、口	054
四、发育与体型	044	第六节 颈部	055
五、营养状态	044	一、颈部血管	055
六、意识状态	045	二、甲状腺	056
七、面容与表情	045	三、气管	056
八、体位	046	第七节 胸壁、胸廓和乳房	057
九、步态	046	一、胸部的体表标志	057
第三节 皮肤	047	二、胸壁	058
一、颜色	047	三、胸廓	058
二、湿度	048	四、乳房	059
三、弹性	048	第八节 肺和胸膜	060
四、皮疹	048	一、视诊	060
五、皮下出血	048	二、触诊	061
六、血管性损害	049	三、叩诊	062
七、水肿	049	四、听诊	063

第九节	心脏	065	三、听诊	076
	一、视诊	066	四、叩诊	076
	二、触诊	066	五、触诊	077
	三、叩诊	067	第十二节 脊柱与四肢	079
	四、听诊	068	一、脊柱	079
第十节	周围血管	071	二、四肢与关节	080
	一、视诊	071	第十三节 神经系统	082
	二、触诊	071	一、脑神经	082
	三、听诊	072	二、运动功能	084
第十一节	腹部	074	三、感觉功能	085
	一、腹部体表标志及分区	074	四、神经反射	086
	二、视诊	074	五、自主神经	088

第六章 心电图检查

091

第一节	心电图的基本知识	091	第五节	心律失常	116
	一、心电图产生原理	091		一、心律失常概述	116
	二、心电图导联体系	092		二、窦性心律与窦性心律失常	116
	三、心电图各波段的形成与命名	095		三、期前收缩	120
第二节	心电图的测量与正常心电图	096		四、异位性心动过速	125
	一、心电图测量	096		五、扑动与颤动	130
	二、正常心电图波形特点与正常值	098		六、传导异常	135
	三、小儿心电图特点	100	第六节	电解质紊乱与药物影响	146
第三节	心房肥大及心室肥厚	101		一、电解质紊乱	146
	一、心房肥大	101		二、药物影响	149
	二、心室肥厚	104	第七节	心电图机的操作和心电图的阅读	153
第四节	心肌缺血与心肌梗死	107		一、心电图的分析方法与步骤	153
	一、心肌缺血	107		二、心电图的临床应用	154
	二、心肌梗死	109		三、常规心电图描记	155

第七章 实验室检查

160

第一节	概述	160	二、一般性状检查	177
	一、实验室检查的主要内容	160	三、一般化学检查	179
	二、实验室检查与临床护理	160	四、显微镜检查	180
	三、影响实验室检查结果的主要因素	161	五、特殊化学检查	182
第二节	血液检查	162	六、尿液干化学分析仪	183
	一、血液标本的采集与处理	162	第四节 粪便检查	183
	二、血液一般检查	163	一、粪便标本的采集与处理	183
	三、溶血性贫血常用实验室检查	170	二、一般性状检查	184
	四、出血、血栓与止血检查	172	三、化学检查	185
第三节	尿液检查	176	四、显微镜检查	185
	一、尿液标本的采集与处理	176	第五节 脑脊液检查	187

一、脑脊液标本的采集与处理	187	五、胰腺疾病实验室检查	209
二、一般性状检查	187	六、葡萄糖及其代谢物实验室检查	210
三、化学检查	188	七、水、电解质与酸碱平衡紊乱实验室检查	212
四、显微镜检查	189	八、内分泌激素实验室检查	215
第六节 浆膜腔积液检查	189	九、微量元素检查	219
一、浆膜腔积液标本的采集与处理	190	第八节 临床常用免疫学检查	220
二、一般性状检查	190	一、免疫球蛋白测定	220
三、化学检查	191	二、血清补体测定	221
四、显微镜检查	191	三、感染性疾病免疫学检查	222
五、细菌学检查	192	四、自身免疫性疾病实验室检查	226
六、临床应用	192	五、肿瘤标志物检测	226
第七节 临床常用生物化学检查	192	第九节 医院感染检查	228
一、血清脂质与脂蛋白检查	193	一、标本采集与处理的基本原则	228
二、心肌损伤的实验室检查	195	二、微生物学检查方法及临床应用	228
三、肝功能检查	198		
四、肾功能检查	204		

第八章 影像学检查

232

第一节 放射学检查	232	三、检查前的准备	250
一、概述	232	四、临床应用	250
二、放射学检查的准备与处理	236	第三节 核医学检查	254
三、放射学检查的临床应用	237	一、概述	254
第二节 超声检查	249	二、核素显像的准备与处理	255
一、概述	249	三、核医学检查在临床的应用	256
二、检查方法	250		

第九章 护理病历书写

260

第一节 书写护理病历的基本要求	260	一、入院患者护理评估单	261
一、基本原则	260	二、护理计划单	266
二、基本要求	260	三、护理记录表	267
第二节 护理病历的格式与内容	261	四、健康教育计划	268

推荐补充阅读书目及网站

271

主要参考文献

272

第一章

绪 论

学习要点

- **熟悉：**① 健康评估课程的基本内容；② 健康评估的方法；③ 健康评估课程的学习要求。

健康评估(health assessment)是从护理的角度研究诊断个体、家庭或社区对现存或潜在的健康问题反应的基本理论、基本技能和临床思维方法的学科,是在学完护理基础课程,为后期临床各专科护理课程学习而开设的一门护理专业桥梁课程。评估的目的在于了解患者的健康状况、识别患者的健康问题,为评价治疗和护理效果、制订护理措施奠定基础。从临床护理的角度,健康评估可以定义为动态地收集和分析患者的健康资料,以发现患者对自身健康问题在生理、心理、社会和精神等诸多方面的反应,确定其护理需求,从而作出护理诊断的过程。

一、健康评估的内容

临床护士需掌握健康评估的基本内容包括功能性健康型态、护理诊断、问诊、体格检查、心电图检查、实验室检查、影像学检查、护理病历书写,具体内容如下。

(一) 功能性健康型态

该型态涉及健康感知-健康管理型态、营养与代谢型态、排泄型态、活动-运动型态、睡眠-休息型态、认知与感知型态、自我概念型态、角色-关系型态、性-生殖型态、压力-应对型态、价值-信念型态共计 11 个型态,是戈登(Marjory Gordon)于 1987 年提出的。该型态从独特的专业角度,规定了整体护理评估所涉及的与人类身体功能、生理健康、心理健康和社会适应有关的 11 个方面的具体内容,它包括生理、心理和社会三个维度的内容。该部分是依据“生理—心理—社会”新的生物学模式和世界卫生组织(WHO)对健康概念的新阐述,贯彻“以人为中心”和整体护理理念而增设的且有别于《诊断学》内容的特色部分,着重阐述心理、社会各方面的评估内容和方法,以增强学生对疾病身心反应的理解,在给出常见的护理诊断的基础上,培养学生提出护理问题的能力。由于这些方面的主观因素较多,故在收集、分析和判断资料过程中需要相当的经验和一定的技巧,切忌主观臆断。

(二) 护理诊断

健康评估的最终结果是形成护理诊断,即提出护理问题,这需要护理诊断思维进行加工、提炼。护理诊断思维是护士需要训练的重要内容,其与健康评估的记录需通过系统训练和临床护理实践而熟练掌握。

(三) 问诊

问诊是护士通过对患者或其亲属的系统询问和交谈获取病史资料,经过综合分析从而做出临床判断的过程。症状是个体患病时对机体功能异常和病理变化的主观感受,如头痛、乏力、恶心等。

笔记栏



个体异常的感受可以在疾病早期出现,常不能被客观地查出,只能通过问诊从患者的陈述中获得。问诊对研究症状的发生、发展和演变,以及由此而发生的患者的身心反应,对形成护理诊断、指导临床护理监测起着主导作用。

(四) 体格检查

体格检查是护士运用自己的感官或借助简单的辅助工具如听诊器、血压计、体温表等了解和评估患者健康状况的方法,是获取护理诊断客观依据的最重要的手段。通过体格检查所发现的异常征象称为体征,如心脏杂音、肺部啰音、肝大等。体格检查以解剖、生理和病理学等知识为基础,具有很强的技术性,需通过系统训练并反复实践才能掌握。有效的体格检查可以及早发现患者的异常,为医生提供病情和诊疗依据,指导护士制订合理的护理措施。

(五) 心电图检查

心电图(electrocardiogram, ECG)检查是一种常规检查方法,用心电图机将心脏的生物电变化在体表记录下来所获得的曲线称为心电图。记录和观察心电曲线的变化规律及其与临床疾病之间的关系是心电图所要学习的内容。熟悉和掌握心电图的操作技能、正常心电图和常见异常心电图的图形特点不仅对心血管疾病,而且对其他疾病的病情评估,以及重症监护均有重要作用。

(六) 实验室检查

实验室检查是通过物理、化学及生物学等方法,对评估对象的血液、体液、分泌物、排泄物、组织或细胞取样等进行化验,以获取器官功能状态、疾病病原体、病理组织形态等客观资料,再结合临床表现进行分析的检查方法。该检查手段与临床护理关系密切,即大部分检查标本需要护士采集,检查结果又可协助和指导护士观察、判断病情,作出护理诊断。

(七) 影像学检查

影像学检查包括放射学检查、核医学检查和超声检查3个部分。很多项目检查前的准备与护理工作关系密切,同时检查结果也可作为护理诊断提供有用的线索。

(八) 护理病历书写

护理病历书写是将问诊、体格检查、心理与社会评估和实验室相关辅助检查所获得的资料,经过医学护理思维后形成的书面记录。护理病历既是护理活动的重要文件,也是患者病情的法律文件,其格式和内容有严格而具体的要求。

二、健康评估的方法

健康评估的基本方法包括问诊、体格检查、辅助检查、评定量表法,具体内容如下。

(一) 问诊

问诊是发生于护士和患者之间的目的明确而有序的交谈过程,又称病史采集。主要目的是获取患者主观感觉的异常或不适等信息。

(二) 体格检查

体格检查是护士运用自己的感官或借助简单的辅助工具对护理对象进行系统检查,以了解机体健康状况和功能的一组基本方法,通过视、触、叩、听、嗅等基本检查方法对患者全身状态、皮肤、浅表淋巴结及身体各个系统脏器进行系统的检查。

(三) 辅助检查

辅助检查包括心电图检查、实验室检查和影像学检查。该部分检查项目与护理工作关系密切,检查结果是健康评估的客观资料,需要结合健康史、体格检查等临床资料综合分析。

(四) 评定量表法

评定量表法是指用一套已预先标准化的测试项目(量表)来测量的方法,主要用于测量某种心理品质。量表的基本形式包括自评量表和他评量表。

三、健康评估的学习要求

(1) 掌握问诊的内容和方法。



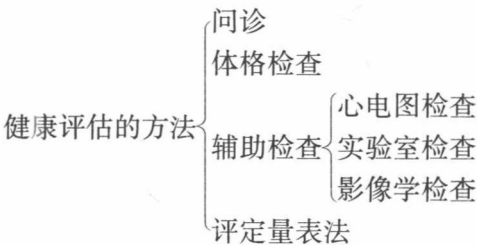
- (2) 掌握体格检查的内容、方法及阳性体征的临床意义。
- (3) 掌握心电图机的操作,掌握正常心电图和常见异常心电图的图形分析及其临床意义。
- (4) 掌握临床检验的标本采集方法和要求,理解检验结果及其临床意义。
- (5) 掌握影像学检查前后患者的护理,理解检查结果的临床意义。
- (6) 根据病史、体格检查及辅助检查等结果,提出初步护理诊断或护理问题,并能书写完整的护理病历。

知识拓展

健康评估发展历程

健康评估最早起源于南丁格尔时期,南丁格尔视评估为“对疾病的观察”,她认为护士比医生有更多的时间在患者身边,因此,作为护士有必要训练和发展收集患者病情资料的技能,通过与患者交谈、询问、观察来获得有关患者病情的第一手资料,如生命体征、不适主诉、异常行为等,从而更好地指导后续的医疗护理方案及措施。20 世纪 70 年代,健康评估课程在美国高等护理教育体系中首次登上历史的舞台。自 90 年代中期起,我国各医药院校的护理教育部门也陆续开始取消传统的临床医学专业的《诊断学》课程,将健康评估课程搬上讲堂,将其正式纳入我国高等护理教育课程体系。

小 结



【思考题】

- (1) 解释“症状”的含义。
- (2) 解释“体征”的含义。

(陈宏梅)



第二章

功能性健康型态

学习要点

- **掌握：**① 功能性健康型态的评估重点；② 各功能性健康型态项下常用的相关护理诊断。
- **熟悉：**功能性健康型态各型态的相关知识。
- **了解：**功能性健康型态的内涵和外延。

功能性健康型态(functional health patterns)是戈登(Major Gordon)于1982年提出的以收集个体资料、判断健康问题、确立护理诊断的分类系统。由于其涵盖个体的生理、心理、社会文化等多方面内容,同时在每个型态下面包括相应的护理诊断,因方便护士的工作而广为应用。目前也把它作为护士收集患者健康资料的框架。

第一节 健康感知-健康管理型态

健康感知-健康管理型态(health perception and health management pattern)是有关个体的健康观念及如何管理自身的健康问题,主要涉及个体对自身健康状况的感知、为维护自身健康所采取的健康照顾行为和计划,如疾病预防、对医嘱的依从性等。

一、相关知识

(一) 健康感知

健康感知(health perception)即人们对健康的认识。健康并不是绝对的,从健康到疾病是一个动态的连续过程。个体对健康的感知程度高低与其自身文化背景、宗教信仰、知识水平和既往的经历有关。

(二) 健康维护

健康维护(health maintenance)是指个体为维持理想的健康状态所采取的规律锻炼、控制压力、按期预防接种、平衡膳食等各种活动。不同的个体、成长发展阶段对健康的理解和感知不同,同时个体的健康管理能力是影响个体维护健康活动的另一个重要因素。

(三) 健康行为

健康行为(health behavior)是指人们从事的所有保持和促进当前健康的活动,包括自主行为和依从行为。



(四) 健康危险因素

健康危险因素(health risk factor)是指使疾病或伤害发生率增高的因素,包括人体内、外环境中各种现存的或潜在的有害因素,如年龄、生物学、遗传、心理、生活方式及环境因素等。

二、评估重点

健康感知与健康管理的评估基于对健康感知、健康维护、健康危险因素等的理解。评估内容包括自觉健康状况、健康习惯、健康危险因素、遵从医疗计划或健康指导的行为等。评估方法包括问诊、体格检查及辅助检查。

(一) 问诊

问诊的重点内容是个体对健康的感知、健康感知-健康管理型态的影响因素、疾病危险因素及自我护理能力。

1. 健康感知 询问个体对健康的理解及对自身健康状况的感知。如你感觉现在的健康状况如何。

2. 健康管理 主要涉及健康价值观及健康咨询资源。评估主要从个体对健康重要性的认识、个体的健康控制观及个体健康咨询资源进行。

3. 健康危险因素

(1) 生物遗传因素:询问个体有无高血压、心脏病、糖尿病及癌症等家族史。

(2) 生活方式:询问个体是否吸烟、酗酒或吸毒,是否认为自身饮酒、吸烟过量,是否想戒烟、戒酒或者戒毒。询问个体的饮食情况、睡眠情况、有无其他嗜好等。

4. 健康行为 询问个体是否遵从医疗计划或健康指导及个体自我护理和自我检查的能力。

如:① 你是否遵从医护人员健康指导;② 哪些因素会妨碍你遵从健康指导。

(二) 体格检查

1. 一般健康状况 与个体的感知相比较,判断其健康感知的准确性。

2. 健康管理能力 观察个体的外表和个人卫生,如四肢是否健全、头发是否清洁无异味等;观察个体的身高和体重,从而判断有无肥胖或消瘦;观察个体的认知功能和情绪状态,如个体的逻辑思维能力、判断力及情绪;观察个体的躯体活动度,有无躯体移动障碍、关节肿痛等。

(三) 辅助检查

考虑和分析实验室及其辅助检查的结果,对个体的健康感知与健康管理进行综合评估。

三、相关护理诊断

1. 娱乐活动缺失 与……有关。
2. 静态生活方式 与……有关。
3. 社区健康缺失 与……有关。
4. 危险倾向的健康行为 与……有关。
5. 无效性健康维护 与……有关。
6. 准备妥增进免疫状态 与……有关。
7. 无效性保护能力 与……有关。
8. 无效性自我健康管理 与……有关。
9. 准备妥增进自我健康管理 与……有关。
10. 家庭治疗计划处置失当 与……有关。

案例分 析

黄某,男,50岁,健康体检。身高170 cm,体重80 kg,问:如何对其健康感知与健康管理型态进行问诊?



【问题】

- (1) 健康感知：您自觉目前健康状况如何？
- (2) 健康管理：您如何看待自己的健康？如您对自己目前体重怎么看？
- (3) 健康危险因素：您的家族有无心血管疾病、糖尿病、肥胖病史？有无吸烟、酗酒、不良的饮食习惯？
- (4) 健康行为：您是否会遵从医护人员的健康指导？

第二节 营养-代谢型态

营养-代谢型态(nutrition-metabolism pattern)主要涉及与机体代谢需求相关的食物、液体的摄取与利用,以及生理、心理及社会等可能影响食物摄取与利用的因素。主要包括:营养、体液平衡、组织完整性和体温调节。这四个方面互相关联,共同维持机体的营养代谢。

一、相关知识

(一) 营养

营养(nutrition)是指机体摄取、消化、吸收、代谢和利用食物中的营养素以维持生命活动的过程。营养物质主要来源于食物,主要包括蛋白质、脂肪、糖类、各种矿物质、维生素和水六类。

膳食可分为基本膳食与治疗膳食,其中基本膳食可分为下述几种。① 普通膳食:一般食物,含有各种营养素,易消化、无刺激性;② 软食:软烂、易消化,如面条、软饭;③ 半流质:呈流质状、少纤维素、易消化、易咀嚼,每日5~6餐,每次300 mL;④ 流质:呈液体状,每2~3 h进食一次,每日6~7次,每次200~250 mL。合理的饮食能促进身体生长发育并维持良好的健康状态。

(二) 体液平衡

体液平衡由摄入量、排出量和激素等所调节,包括体液量、电解质和代谢性酸碱平衡。水是体液中最主要的成分,也是维持生命最重要的营养素之一,正常人每天液体的摄入量和排出量处于动态平衡状态。若体内液体量过多或过少均会影响组织器官功能,甚至危及生命。

(三) 体温调节

体温调节(thermoregulation)是指机体将其内在体核温度调节在一个较窄范围内的能力。机体在正常情况下通过调节产热与散热间的平衡,将体温维持在一个相对恒定的状态。

二、评估重点

营养与代谢评估是收集有关个体营养摄入的合理性、营养的危险因素,异常营养状态和营养异常对机体影响的资料。评估的重点内容包括饮食的形态、食欲、近期体重的变化、摄水量、营养失调与体液失衡的危险因素。评估方法包括问诊、膳食评估、体格检查及辅助检查。

(一) 问诊

1. 饮食形态与饮食习惯 询问个体的饮食形态,是否有禁食或特殊的治疗饮食;询问个体的进餐规律,每天就餐的时间、次数、就餐的环境等,个体有无饮食嗜好,喜爱的和不喜爱的食物类型。

2. 食欲 询问个体的食欲状况,是否有食欲减退或者食欲亢进的情况。

3. 体重 询问个体近6个月有无体重的增减,体重增减的程度及其原因。体重在6个月内减轻达到原来体重的5%以上即为有意义的体重减轻。

4. 每日摄水量 询问个体每日的摄水量,评估摄水量是否正常,是否有多饮或者限制饮水的



情况。必要时询问个体出汗量和尿量,以评估每天的液量出入情况。

5. 备餐和进食能力 了解个体的备餐和进食能力,有无备餐能力丧失、咀嚼和吞咽功能障碍,若有,应进一步询问发生的时间、原因和程度,以详细了解其营养状态。

(二) 体格检查

1. 身高和体重 身高和体重是综合反映生长发育及营养状况的重要指标,可以采用体重和身高的比例来衡量体重是否正常,称为体重指数(BMI),即体重(kg)/[身高(m)]²,按照 WHO 制定的标准,体重指数 ≥ 25 为超重, ≥ 30 为肥胖, < 18.5 为消瘦。中国标准为体重指数 ≥ 24 为超重, ≥ 28 为肥胖。

2. 皮褶厚度与上臂围 皮褶厚度又称为皮下脂肪厚度,反映身体的脂肪含量。WHO 推荐的测量部位有肱三头肌部、肩胛下部和脐旁。最常用的是肱三头肌部,其正常参考值为成年男性 12.5 mm,女性 16.5 mm。皮褶厚度的实际厚度为标准厚度的 90%~110%是正常,80%~90%是轻度营养不良,60%~80%是中度营养不良,小于 60%是重度营养不良。肌肉厚度的评估多采用上臂围,其正常参考值为成年男性 24.8 cm,女性 21.0 cm,大于标准值的 90%均属于正常范围,80%~90%为轻度营养不良,60%~80%为中度营养不良,小于 60%为重度营养不良。

3. 体温 体温与机体的营养代谢状态密切相关。高热因代谢率增高及退热时大量出汗,为营养失调和体液不足的高危状态;长期低热多伴有营养不良;体温过低可见于极度营养不良。评估时询问个体有无导致体温失调的危险因素,其体温是高于或低于正常范围,还是经常波动,有无皮肤发冷、温热、潮红、面色苍白等。

4. 其他 评估皮肤的颜色、弹性、光泽度、温度及有无出血、水肿、溃疡(压疮)、发红和破损,询问个体有无感觉麻痹,注意其有无皮肤黏膜干燥、弹性差或皮肤绷紧发亮等。

(三) 辅助检查

体内蛋白质缺乏时,可出现血清总蛋白、清蛋白、转铁蛋白及总铁结合力的降低。严重的血清总蛋白和清蛋白降低常伴有严重水肿。血清总胆固醇升高、高密度脂蛋白降低和低密度脂蛋白升高有损心血管系统,应及时修订饮食方案。

三、相关护理诊断

1. 母乳不足 与……有关。
2. 无效性婴儿哺喂模式 与……有关。
3. 营养失衡:少于身体需要 与……有关。
4. 营养失衡:多于身体需要 与……有关。
5. 准备妥增进营养 与……有关。
6. 风险性营养失衡:多于身体需要 与……有关。
7. 吞咽障碍 与……有关。
8. 风险性不稳定血糖浓度 与……有关。
9. 新生儿黄疸 与……有关。
10. 风险性新生儿黄疸 与……有关。
11. 风险性肝脏功能障碍 与……有关。
12. 风险性电解质失衡 与……有关。
13. 准备妥增进体液平衡 与……有关。
14. 体液容积缺失 与……有关。
15. 体液容积过量 与……有关。
16. 风险性体液容积缺失 与……有关。
17. 风险性体液容积失衡 与……有关。

