

临床常见病的 防治与护理

王林霞 蔡秀菊 宋佳佳 主编



中国纺织出版社有限公司

国家一级出版社
全国百佳图书出版单位

临床常见病的防治与护理

王林霞 蔡秀菊 宋佳佳 主编

图书在版编目 (CIP) 数据

临床常见病的防治与护理 / 王林霞, 蔡秀菊, 宋佳佳主编. — 北京: 中国纺织出版社有限公司, 2020.7
ISBN 978-7-5180-7423-5

I. ①临… II. ①王… ②蔡… ③宋… III. ①常见病—防治②常见病—护理 IV. ①R4

中国版本图书馆CIP数据核字 (2020) 第079332号

策划编辑: 樊雅莉 责任校对: 楼旭红 责任印制: 王艳丽

中国纺织出版社有限公司出版发行
地址: 北京市朝阳区百子湾东里A407号楼 邮政编码: 100124
销售电话: 010-67004422 传真: 010-87155801
<http://www.c-textilep.com>
中国纺织出版社天猫旗舰店
官方微博<http://weibo.com/2119887771>
济南柯奥数码印刷有限公司印刷 各地新华书店经销
2020年7月第1版 2020年7月第1版第1次印刷
开本: 787×1092 1/16 印张: 23.25
字数: 558千字 定价: 98.00元

凡购本书, 如有缺页、倒页、脱页, 由本社图书营销中心调换

主编简介



王林霞，女，1983年4月出生出生于山东省海阳市，2010年毕业于山东省滨州医学院。现任威海市立第三医院主管护师，神经内科护士长，威海市护理学会疼痛专业委员会首届委员。曾被山东省卫生厅授予“全省对口支援北川灾后恢复重建医疗卫生工作先进个人”并授予嘉奖。曾先后获得“威海市杰出青年岗位能手”、“威海市优质护理服务先进个人”、“威海市女职工立业标兵”等荣誉称号，曾多次参与市级专业竞赛，均取得优异成绩。曾发明实用新型专利1项，发表国家论文7篇，参与编写著作2部。



蔡秀云，女，1981年8月出生出生于山东省潍坊市，2006年毕业于滨州医学院，本科学历。现任威海市立第三医院神经内科副护士长、主管护师。从事临床护理工作10余年。曾发明专利1项，发表国家级论文4篇，参与编写著作1部。



宋佳佳，女，毕业于吉林大学，本科学历，主管护师。现就职于威海市立第三医院公共卫生科。从事临床护理工作6年，理论知识扎实，临床经验丰富。曾在国家级核心期刊发表相关论文数篇。



阮亚琼，女，1988年出生于山东省威海市，2015年毕业于山东省滨州医学院，中共党员。现于威海市立第三医院从事临床护理工作，主管护师。从事临床护理工作12年，工作中细心严谨，有良好的沟通能力和服务意识，对内、外科急危重症患者有着丰富的临床护理工作经验。曾在国家级核心期刊发表相关论文数篇。



米员昆，女，于1983年出生，2013年毕业于潍坊医学院护理专业。现就职于山东省威海市立第三医院，主管护师。从事临床护理工作10余年，在工作期间专心学习护理技能，理论与实践相结合，深入病房工作，临危不乱、耐心护理，微笑服务，用最大的耐心，信心服务每一位患者。



郭成成，女，于1985年出生，2007年毕业于山东中医药高等专科学校护理专业。现就职于山东省威海市立第三医院，主管护师。从事临床护理工作12年，工作中具有良好的适应性、敏锐的观察力和正确的判断力，本着认真负责的工作态度，以细心、爱心、耐心、责任心对待每一位患者。

编委会

主 编

王林霞 威海市立第三医院
蔡秀菊 威海市立第三医院
宋佳佳 威海市立第三医院
阮亚琼 威海市立第三医院
米员昆 威海市立第三医院
郭成成 威海市立第三医院

副主编

辛 勇 威海市立第三医院
王雪峰 威海市立第三医院
李芳慧 威海市立第三医院
邵兰清 威海市立第三医院
林秀云 威海市立第三医院
初春晓 威海市立第三医院
孙晓芳 威海市立第三医院
王川川 威海市立第三医院

编 委

丛亮波 威海市立第三医院
邓燕萍 威海市立第三医院
鞠晓辉 威海市立第三医院
张海宁 威海市立第三医院
戚晓菲 威海市立第三医院
张玲妍 威海市立第三医院
姜 明 威海市立第三医院
公海宏 威海市立第三医院
孙月君 威海市立第三医院

前 言

随着社会发展和生活水平的改善,人们的健康需求不断提高,对健康和疾病的认识也在不断深化。“有病要治疗,未病要预防”的理念已逐渐为人们所接受,因此,对医护人员的专业知识和技术水平、人文素养等也提出了更高的要求。为进一步推进优质护理服务,提高护理水平,健全人们的防治意识,编写了《临床常见病的防治与护理》一书,旨在规范整体护理工作,更好地适应医学的发展和患者健康保健防治的需求。

本书从不同角度反映了当前疾病护理发展的新趋向,汇聚了全体编者们的智慧和努力。整本书的编写立足于临床疾病的护理,在参阅国内外文献和资料的基础上,结合编者们的多年的临床经验,介绍与临床疾病护理相关的基本理论、基本知识、基本操作方法,条理清楚,重点突出,具有系统性、实用性、针对性和指导性。

本书是编者多年来临床护理心得的总结,编写过程中虽然付出了很多努力,但由于时间和水平有限,不足或疏漏之处在所难免,恳请使用本书的读者惠予指正。

编者

2020年4月

目 录

第一篇 总论

第一章 心理健康教育	(1)
第二章 医院感染	(15)
第一节 医院环境和消毒	(15)
第二节 医院隔离与预防	(16)
第三节 手卫生	(20)
第四节 消毒与灭菌	(21)
第五节 合理使用抗感染药物	(28)
第三章 疾病的预防控制	(31)
第一节 传染病的预防与控制	(31)
第二节 慢性病的预防与控制	(43)
第四章 康复护理	(50)
第一节 康复护理的基本概念	(50)
第二节 疼痛的康复护理	(53)
第三节 长期卧床患者的康复护理	(56)
第四节 排泄功能障碍的康复护理	(58)
第五节 吞咽障碍的康复护理	(62)
第六节 针灸疗法的康复护理	(69)
第七节 推拿按摩疗法的康复护理	(74)

第二篇 专科护理学

第五章 内科常见疾病护理	(84)
第一节 急性上呼吸道感染	(84)
第二节 支气管哮喘	(86)
第三节 肝硬化	(92)

第四节	原发性肝癌	(96)
第五节	胃炎	(100)
第六节	原发性高血压	(104)
第七节	心力衰竭	(109)
第八节	病毒性心肌炎	(117)
第九节	白血病	(119)
第十节	肾病综合征	(126)
第十一节	急性肾衰竭	(132)
第十二节	糖尿病	(138)
第十三节	甲状腺功能亢进	(145)
第十四节	脑出血	(154)
第十五节	脑梗死	(158)
第十六节	足癣	(165)
第十七节	荨麻疹	(168)
第六章	外科常见疾病护理	(172)
第一节	休克	(172)
第二节	感染	(174)
第三节	急腹症	(179)
第四节	急性化脓性腹膜炎	(180)
第五节	胆囊结石	(183)
第六节	气管及支气管异物	(184)
第七节	气管切开术	(185)
第八节	下肢静脉曲张	(188)
第七章	妇产科常见疾病护理	(191)
第一节	女性生殖系统解剖与生理	(191)
第二节	自然流产	(203)
第三节	异位妊娠	(207)
第四节	前置胎盘	(211)
第五节	胎盘早剥	(214)
第六节	妊娠期特有疾病	(216)
第七节	妊娠期合并症	(224)
第八节	正常产褥期	(240)
第九节	异常产褥期	(244)
第十节	异常分娩	(248)
第十一节	妊娠滋养细胞疾病	(267)
第十二节	胎儿窘迫及新生儿窒息复苏	(276)
第十三节	分娩期并发症	(281)

第十四节	双胎与胎儿发育异常	(294)
第十五节	生殖系统炎症	(298)
第十六节	性传播疾病	(308)
第十七节	月经失调	(314)
第十八节	生殖系统肿瘤	(330)
第十九节	妇产科常用手术患者的护理	(347)
参考文献	(359)

第一篇 总论

第一章 心理健康教育

一、患者心理健康教育

(一) 患者心理健康教育的概述

1. 心理健康教育的概念

心理健康教育是指专业人员通过有组织、有计划、有评价的教育活动,促使人们认识心理健康与躯体健康的关系,建立有益于心理健康的防御机制和行为应对方式,掌握心理自助和心理保健方法,提高心理健康水平,预防心理疾病。

2. 患者心理健康教育的概念

患者心理健康教育是指以医院为基地,以患者为对象,通过有目的、有计划、有评价的教育过程,使患者认识社会心理因素与疾病发生、发展和转归的关系,改变不利于健康的错误思维、观念和行为,建立良好的心理防御机制和应对方式,促进身心健康。

3. 心理健康教育的作用

①心理健康教育是患者健康教育的重要组成部分;②心理健康教育为护士实施心理护理提供了方法;③心理健康教育是激发患者潜能的推进器。

4. 心理健康教育的原则

①科学性原则;②针对性原则;③尊重性原则;④保密性原则;⑤专业性原则。

5. 心理健康教育的主要内容

心理健康教育的内容可以涵盖与人类心理健康相关的诸多方面。

(1)按心理发展的年龄特征可分为:幼儿心理健康教育、儿童心理健康教育、青少年心理健康教育、中年心理健康教育、更年期心理健康教育、老年心理健康教育等。

(2)按群体心理问题及心理健康的特点可分为:家庭心理健康教育、学校心理健康教育、工矿心理健康教育、机动车驾驶心理健康教育、航海心理健康教育、航空航天心理健康教育、军人心理健康教育、医护人员心理健康教育等。

(3)按与心理健康相关的症状特点可分为:情绪障碍心理健康教育、睡眠障碍心理健康教育、人格障碍心理健康教育、疼痛问题心理健康教育和性心理问题心理健康教育。

(4)按心理健康与疾病的特点分为:亚健康人群心理健康教育、患者心理健康教育和康复患者心理健康教育。

(二) 患者心理健康教育的主要内容

1. 心理疾病患者的心理健康教育要点

(1) 帮助患者认识影响健康的心理社会因素: 这些影响因素包括外部因素和内部因素。其中外部因素主要包括生活事件、社会支持与慢性应激性刺激; 内部因素主要包括个体易感性和应对方式。心理健康教育的目的是帮助患者认清心理社会因素对健康的影响具有双向性特征, 它既是影响健康的致病因素, 又是促进健康的治疗因素。对于因心理社会因素患病或病情加重的患者, 应帮助其建立积极的心理防御机制和社会支持系统, 努力消除心理社会因素对患者健康造成的消极影响。

(2) 帮助有生活事件的患者减少负面影响: 生活事件对人体的影响依事件的性质不同而各不相同。当在对患者评估时发现患者有近期生活事件和慢性应激性刺激时, 应进一步评价这些刺激因素对患者健康的影响程度, 应用“生活再适应量表”对患者进行测评, 根据积分预测患者出现健康问题的可能性。依据评估结果, 指导患者理解和认清生活事件对个体的影响, 加深对心理社会因素是致病因素的认识, 减少个体易感性, 减轻心理反应程度, 主动消除心理社会因素对患者健康的负面影响。

(3) 帮助有不良应对方式的患者建立积极的心理防御机制: 人们对由心理社会因素导致的疾病所采用的应对方式有两种: 积极应对和消极应对。采用何种方式, 与压力的性质、对压力的感知程度、以往应对压力的能力或经验、个体的人格特征、个体的支持系统等有关。

护士在向患者实施心理健康教育之前, 需要对这些因素进行评估, 对于有严重生活事件打击、对压力感知程度高、反应敏感、缺乏处理压力经验和社会支持系统的患者, 应作为重要的教育对象, 帮助其建立积极的心理防御机制。

防御机制的基本功能是: 帮助个体延长彻底处理冲突的时间; 掩盖真实的感情、害怕和冲突; 减轻焦虑; 以社会可接受的方式释放内心强烈的感受; 将不可接受的行为转化为可接受的方式。

患者常见的防御机制有: ①抑制, 即将不愉快的想法压抑于潜意识中, 不愿释放和表达; ②文饰, 以自圆其说来解释自己的行为, 将自己的真实感受掩盖起来; ③投射, 将自己不愉快的情绪归因于他人; ④退化, 个体的行为倒退到早期幼稚的行为阶段; ⑤置换, 将情绪中的一个目标转移到可以接受的另一个目标, 以减轻不良情绪所带来的痛苦; ⑥升华, 将无意识的冲突以社会能接受的方式表示, 使之具有建设性。前 4 种属于消极防御机制, 后 2 种为积极防御机制。护士在实施心理健康教育时, 要注意观察患者对不同情形的行为反应、患者对这些反应的解释, 以及这些反应的有效性, 从而判断患者的行为属于何种应对方式。以举例的方式向患者解释消极应对方式的弊端, 帮助患者学会运用积极的应对方式促进机体的康复, 充分发挥患者心理防御机制对机体的保护功能。

(4) 帮助无助的患者建立良好的心理社会支持系统: 心理社会支持系统是患者可利用的外部资源, 包括家庭、亲属、朋友、同事、伙伴、单位、工会等个人或组织所给予患者精神上的和物质上的帮助与支持。在进行心理健康教育过程中, 要对患者的心理社会支持程度、患者利用心理社会支持资源的情况进行综合评估, 判断患者有无心理社会支持系统, 支持的来源、数量和利用度, 患者对支持的需求和反应等, 以便在教育时有目的地调动和利用有效的、患者需要得到

的外部资源。在实施教育时,向缺乏社会支持的患者说明心理社会支持系统对促进疾病康复的意义,调动其利用社会支持的积极性,同时向家属说明为患者提供心理社会支持的作用、意义、方法,共同为促进患者康复建立起良好的心理社会支持系统。

2. 心身疾病患者的心理健康教育内容

(1) 常见的心身疾病如下。

- 1) 循环系统疾病:冠心病、原发性高血压、心律失常。
- 2) 呼吸系统疾病:支气管哮喘、过敏性鼻炎、过度换气综合征、花粉症。
- 3) 消化系统疾病:消化性溃疡,溃疡性结肠炎,结肠过敏,神经性厌食,神经性呕吐及食管、贲门或幽门痉挛等。
- 4) 泌尿生殖系统疾病:神经性多尿症、阳痿、月经紊乱、经前紧张征。
- 5) 内分泌代谢系统疾病:肥胖症、消瘦、糖尿病、甲状腺功能亢进症。
- 6) 神经系统疾病:偏头痛、紧张性头痛、痛觉过敏、痉挛性疾病。
- 7) 肌肉骨骼系统疾病:类风湿关节炎、痉挛性斜颈。
- 8) 皮肤系统疾病:神经性皮炎、慢性荨麻疹、湿疹、银屑病、斑秃、多汗症。
- 9) 其他:恶性肿瘤、妊娠、毒血症、青光眼、弱视、口腔炎等。

(2) 心身疾病具有的主要患病特点:①在患者的躯体上可以查出器质性病变或病理生理过程;②本病是由情绪和人格因素引起的;③躯体变化与正常心理反应时的生理变化相同,但更为强烈和持久;④本病不是神经症和精神病。

(3) 心身疾病患者心理健康教育的要点:包括以下几点。

1) 帮助患者认识心身疾病的特点,有助于增强患者的防病意识,减少心理因素对机体的不利影响。

2) 帮助患者认识心身疾病的常见症状。向患者说明心身疾病的症状概括起来主要有两大类:躯体症状和心理障碍,如高血压常伴有焦虑状态,溃疡病常伴有紧张、抑郁状态等。躯体症状和心理障碍互为因果关系,致使患者在不同的疾病阶段,表现出不同的躯体症状和心理紊乱症状。

最常见的心身症状有:注意力不集中、记忆减退、脑力疲劳、易激惹、兴奋性增高、情绪不稳定、焦虑、抑郁、睡眠障碍、头晕、晕厥、性功能减退、胸前区压迫感和刺痛、胸部压迫感、呼吸困难、喉部块状阻塞感、食欲减退、厌食、口干、呕吐、上腹部压痛、胃肠痉挛、颈肩部疼痛、腰痛、肢体痛和痛经等。此外还可见到客观的躯体症状或体征,如血压波动、脉搏易变、心动过速、期前收缩等。护士应指导患者向医生正确描述病情、具体的心身症状的特点,以及引起这些症状的原因,为医生正确诊断和及时治疗提供可靠依据。

3) 帮助患者明确心身疾病治疗的要点:临床上治疗心身疾病的基本原则是在治疗躯体疾病的基础上,积极进行心理干预。护士在进行心理健康教育时,应根据患者所患心身疾病的特点和治疗方法,做好相关治疗知识的宣教和指导。如心理治疗是一个用时较长的过程,需要多次复诊,不可能一次解决所有心理问题,也不可以随意减少或终止;对于用药,要说明用药的注意事项,尽量按医生的要求做到足量、足疗程,不能随意减少药量或自行停药。同时告知患者一般药物的起效期为2周,此期出现的胃肠道症状、焦虑反应和神经系统反应,均属正常反应,

告知患者不必紧张,不能自行停药,待2周后,这些症状可逐渐减轻或消失。鼓励患者积极配合治疗,提高患者治疗的依从性。

3. 躯体疾病患者心理健康教育要点

许多躯体疾病虽然没有明显的心理社会致病因素,但在患病过程中,疾病的症状始终被大脑所感知着、评价着,会产生相应的心理或行为反应。认识这些反应,对于护士指导患者积极应对疾病、减少心理因素的消极影响,具有十分重要的作用。

(1) 躯体疾病患者的反应:具体如下。

1) 疼痛反应:是临床最常见的症状。

2) 感知过敏反应:当患者感知到疾病原因、疾病痛苦和行为的后果时,可以出现感知过敏状态,表现为警觉性增高,对突然发生的轻微声响或动作也易引起惊跳,常因小事吵闹不止,注意力不集中,思维杂乱,做事茫然无序,被动接触等。

3) 躯体转移性反应:由于个体易感性因素,部分患者可出现躯体转移症状,如病变器官功能性功能障碍加剧,出现尿频、里急后重感、心悸、手颤、面部肌肉紧张、多梦、失眠、全身倦怠等。

4) 过度防御反应:正常的防御反应可以在短时间内使患者心理平衡。如果持续存在消极或过度、过强的心理防御反应,就有可能将躯体疾病演化为心理障碍。

上述反应可在各类躯体疾病中出现,但有的症状十分隐匿,护士能够及时发现和处理躯体疾病伴随的心理反应,是进行心理健康教育的重要任务。

(2) 心理健康教育要点:包括以下几点。

1) 帮助患者认识躯体障碍对心理活动的影响:躯体疾病对患者心理活动或态度的影响取决于疾病的性质、病情的严重程度和患者的个性心理特征、年龄、经验以及当时的心理状态。患相同疾病的患者,不同的心态会产生不同的求医行为和治疗行为:性格开朗的患者,可表现为理智地承认患病的现实,主动地就医治疗;而谨慎、内向性格的患者,可能会出现怀疑、多虑、烦躁不安等情绪反应,脱离现实地处理问题,如采取轻视病情,不按时就医等行为,极有可能会延误疾病的治疗。因此,护士在实施心理健康教育时,应帮助患者认识心理活动产生的原因和对疾病的影响,指导患者在疾病发生、发展和转归的过程中,始终保持积极向上的心态,客观地处理好躯体疾病带来的心理问题。

2) 帮助患者认识躯体疾病引起的心理行为异常现象:躯体疾病常常导致器官功能的丧失、活动的异常、疼痛或继发该系统功能失调,它的性质、部位、程度、持续时间和生物学后果会严重影响患者的认知、情绪、行为方式和态度,使患者出现不同的心理应激反应、情绪反应和心理防御反应。躯体疾病所致的心理行为异常主要表现为如下。

① 意识障碍:意识障碍的症状多数为一过性或暂时性的,会随着病情的好转和稳定逐渐减退或消失。② 认知障碍:对有认知障碍的患者,护士在实施心理健康教育时,一定要向家属说明认知功能障碍的危害,帮助家属增强安全防护意识,加强对患者的监护和关爱,随时防止意外事件的发生。③ 情绪障碍:躯体疾病所致的情绪障碍多数为消极反应,这种负性情绪往往成为影响患者心身康复的重要因素,如果得不到及时有效的调整则会增加并发症发生的概率,加重病情,甚至危及生命。临床常见的负性情绪有3种:反应性焦虑、反应性抑郁和抑郁焦虑的