

<<你该怎么办>>

图书基本信息

书名：<<你该怎么办>>

13位ISBN编号：9787506746977

10位ISBN编号：7506746972

出版时间：2010-8

出版时间：中国医药科技出版社

作者：刘丽华

页数：349

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<你该怎么办>>

内容概要

《你该怎么办——生病后的自我调护全攻略》一书主要从生活中自我调护的角度出发，为广大患者提供病后的护理指导与休养方式，使患者改变他们的不健康的心理、生活方式和行为，使其向有利于健康的方向发展，达到病后有效自我调护的目的。

全书共分为八章，其内容主要涵盖了包括内科、外科、妇产科、儿科、五官科、皮肤性病、老年病等方面的常见病、多发病百余种，针对各种疾病的主要护理问题如环境、休息、饮食、服药、保健、预防以及特殊治疗等，作出细致阐述，指导病人、家属以及其他健康协作者，运用有效的护理手段和措施，恢复健康，促进健康，提高生活质量。

本书内容丰富，资料翔实，深入浅出，条理清晰，科学性与实用性相结合，既能为广大患者提供简单易行的健康指导，亦能为护理工作临床工作予以借鉴。

<<你该怎么办>>

书籍目录

第一章 内科疾病调护攻略 肺炎的调护攻略 支气管哮喘的调护攻略 自发性气胸的调护攻略 慢性支气管炎的调护攻略 慢性阻塞性肺疾病的调护攻略 急性上呼吸道感染的调护攻略 原发性高血压的调护攻略 心绞痛的调护攻略 心肌梗死的调护攻略 慢性心功能不全的调护攻略 病毒性心肌炎的调护攻略 消化性溃疡的调护攻略 肝硬化的调护攻略 肝癌的调护攻略 急性胰腺炎的调护攻略 上消化道出血的调护攻略 胃炎的调护攻略 胃癌的调护攻略 缺铁性贫血的调护攻略 过敏性紫癜的调护攻略 急性白血病的调护攻略 肾小球肾炎的调护攻略 肾病综合征的调护攻略 尿路感染的调护攻略 慢性肾功能衰竭的调护攻略 糖尿病的调护攻略 甲状腺功能亢进的调护攻略 痛风的调护攻略 骨质疏松的调护攻略 系统性红斑狼疮的调护攻略 类风湿关节炎的调护攻略 脑梗死的调护攻略 脑出血的调护攻略 短暂性脑缺血发作的调护攻略 病毒性肝炎的调护攻略 细菌性痢疾的调护攻略 肺结核的调护攻略 艾滋病的调护攻略 传染性非典型肺炎的调护攻略 甲型H1N1流感的调护攻略

第二章 外科疾病调护攻略 乳腺癌的调护攻略 胆囊结石伴胆囊炎的调护攻略 急性腹膜炎的调护攻略 急性阑尾炎的调护攻略 痔疮的调护攻略 下肢静脉曲张的调护攻略 颅内血肿的调护攻略 肋骨骨折的调护攻略 食管癌的调护攻略 先天性心脏病的调护攻略 泌尿系统损伤的调护攻略 尿路结石的调护攻略 前列腺疾病的调护攻略 膀胱炎的调护攻略 膀胱肿瘤的调护攻略 股骨颈骨折的调护攻略 关节脱位的调护攻略 膝关节损伤的调护攻略 坐骨神经痛的调护攻略 颈椎病的调护攻略 腰椎间盘突出症的调护攻略

第三章 妇产科疾病调护攻略 子宫肌瘤的调护攻略 卵巢肿瘤的调护攻略 子宫颈癌的调护攻略 盆腔炎的调护攻略 功能失调性子宫出血的调护攻略 围绝经期综合征的调护攻略 妊娠高血压综合征的调护攻略 先兆流产的调护攻略 产褥期抑郁症的调护攻略

第四章 儿科疾病调护攻略 新生儿黄疸的调护攻略 小儿腹泻的调护攻略 水痘的调护攻略 流行性腮腺炎的调护攻略 小儿厌食症的调护攻略 小儿高热惊厥的调护攻略 幼儿急疹的调护攻略 注意力缺陷多动症的调护攻略

第五章 五官科疾病调护攻略 青光眼的调护攻略 白内障的调护攻略 牙周病的调护攻略 中耳炎的调护攻略 阻塞性睡眠呼吸暂停低通气综合征的调护攻略 慢性咽炎的调护攻略 慢性鼻窦炎的调护攻略

第六章 皮肤病性病调护攻略 脓疱疮的调护攻略 带状疱疹的调护攻略 浅部真菌病的调护攻略 接触性皮炎的调护攻略 湿疹的调护攻略 荨麻疹的调护攻略 药疹的调护攻略 银屑病的调护攻略

第七章 老年病调护攻略 老年抑郁症的调护攻略 老年痴呆的调护攻略 老年性便秘的调护攻略 老年失眠症的调护攻略 老年人意外伤害的调护攻略

<<你该怎么办>>

章节摘录

自发性气胸的调护攻略 胸膜腔为脏层胸膜与壁层胸膜之间不含空气的密闭潜在性腔隙，气体进入胸膜腔，造成积气状态，称气胸。

气胸可为自发性，亦可由疾病、外伤、手术、诊断或治疗性操作不当等引起。

在无外伤或人为的因素下，因肺部疾病使肺组织及脏层胸膜突然自发破裂，或因靠近肺表面的肺大疱、细小气肿泡自发破裂，肺及支气管内气体进入胸膜腔所致的气胸，称为自发性气胸。

自发性气胸以继发于慢性阻塞性肺疾病及肺结核最为常见，其次是特发性气胸。

其症状主要为胸痛、呼吸困难及咳嗽。

并发症有脓气胸、血气胸、纵隔气肿、皮下气肿及呼吸衰竭等。

自发性气胸的治疗目的是促进患侧肺复张、消除病因及减少复发。

是否需要排气治疗及采用何种排气方法，主要取决于气胸的类型和积气的多少。

气胸的预后取决于原发病、气胸的类型、有无并发症等，大部分气胸可以治愈，但复发率较高，约1/3气胸2~3年内可能同侧复发。

外科手术或经胸腔镜处理复发性气胸的疗效已较肯定。

1.需要的环境 保持病室安静整洁，空气新鲜，阳光充足，温湿度适宜。

避风寒，注意保暖，防止烟尘及特殊气味的刺激。

2.自我休养方案 急性自发性气胸的病人应绝对卧床休息，少讲话。

如肺被压缩70mmHg时，可仅卧床休息，避免用力、屏气、咳嗽等，以免增加胸腔内压。

血压平稳者取半卧位，有利于呼吸、咳嗽排痰及胸腔引流。

卧床期间，辅助病人每2小时翻身1次。

如有胸腔引流管，病人翻身时，应注意防止引流管脱落。

3.饮食调护方案 多吃维生素丰富、粗纤维多的食物，不挑食，不偏食，预防便秘，禁烟酒。

忌暴饮暴食，忌肥厚油腻及辛辣的食品。

4.用药的专业指导 疼痛剧烈时，按医嘱给予止痛药，及时评价止痛效果并观察可能出现的副作用，及时与医生联系并有效的处理。

置入胸腔引流管的病人，肺完全复张后可能引起胸痛，应做好解释，以消除紧张心理，必要时使用镇静剂，精神放松，以增强对疼痛的耐受性。

刺激性咳嗽较剧烈时，遵医嘱给予适当的止咳药物，但痰液稠多者或慢性呼吸衰竭伴二氧化碳潴留者，禁用可待因等中枢性镇咳剂，防止咳嗽反射受抑制，排痰不畅，造成感染，甚至呼吸抑制，发生窒息。

5.住院期间胸腔闭式引流的使用方法 引流瓶应放在低于病人胸部的地方，其液平面应低于引流管胸腔出口平面60~100cm，以防瓶内液体返流进入胸腔，维持引流系统密闭，以确保玻璃管下端在水面下2~3cm。

保持引流管通畅，密切观察引流管内的水柱是否随呼吸上下波动及有无气体自液面逸出。

为防止胸腔积液或渗出物堵塞引流管，必要时，应根据病情定期挤捏引流管（由胸腔端向引流瓶端的方向挤压）。

妥善放置、固定引流系统，防止踢倒，留出适宜长度的引流管，既要便于病人翻身活动，又要避免扭曲、受压、打折、脱出等。

注意观察引流液的量、色、性状和水柱波动范围，并准确记录。

在插管、引流排气和伤口护理时，要严格执行无菌操作。

伤口敷料每1~2日更换1次，如敷料有分泌物渗湿或污染，应及时更换。

搬动病人时需要用两把血管钳将引流管双重夹紧，防止在搬动过程中发生引流管滑脱、漏气或引流液返流等意外情况。

每2小时进行1次深呼吸和咳嗽练习，以促进肺尽早复张，应尽量避免用力咳嗽。

引流管无气体逸出1~2天后，再夹闭管1天，病人无气急、呼吸困难，透视或拍片见肺已全部复

<<你该怎么办>>

张时，应做好拔管的准备。

6.生活中应注意什么 积极治疗原发病，认识到控制原发病对预防气胸发生的重要性及其意义。

保持心情愉快，情绪稳定，注意劳逸结合，多休息。

应重视气候变化，慎起居，避风寒，随气候变化增减衣服。

气胸痊愈后，1个月内避免剧烈运动，如打球、跑步等，避免抬、举重物，避免屏气，指导戒烟。

保持大便通畅，2天以上未解大便时应采取有效措施。

预防上呼吸道感染，避免剧烈咳嗽。

一旦感到胸闷、突发性胸痛或气急，可能为气胸复发，应及时就诊。

<<你该怎么办>>

编辑推荐

您注意到了吗？

疾病不单单让我们感觉到身体的不适，它更是扰乱了我们的工作、生活、家庭和社会活动的正常运转；生病后我们不仅仅需要药物的治疗，还需要从生活环境、休息方式、饮食、运动等方面进行全面性的调护；随着医学模式逐渐向生理—心理—社会医学转变的同时，疾病的调养与护理已逐渐从医院过渡到了社区和家庭。

那么，您还在为住院治病花去了太多宝贵的时间而烦恼吗？

您还在为用了如此多的药物却见不到明显的疗效而忧郁吗？

您还在为生病后不知该如何让自己迅速康复起来而一筹莫展吗？

请您冷静下来认真看看这《你该怎么办：生病后的自我调护全攻略》，它将成为指导您病后如何自助的好帮手。

<<你该怎么办>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>