

帕金森患者科学护理

▲ 四川省科学城医院 陈丹

帕金森这种疾病在老年人中比较常见，治疗期间不能忽视护理，患者需要从生活的方方面面进行护理。本文对帕金森病简单进行介绍，重点对该病的护理措施进行讲解，希望能够对广大帕金森的患者有所帮助。

帕金森病是一种由椎体外系功能障碍对中枢神经引起的一种退行性疾病，这种疾病在老年人群中十分常见，属于中枢神经系统疾病，临床主要特征为静止性震颤、肌强直、运动迟缓、知识步态出现异常。比较突出的特点就是静止性震颤，医学上又将此病称呼为震颤麻痹。

药物护理

临床上帕金森的治疗一般使用抗胆碱能药，比如安坦 1-2mg，3 次/d 口服。多巴胺能受体激动剂类药物也可以运用，每日使用 25ug 的泰舒达，逐渐增加用量，一直增加到每日 200-300ug。多巴胺能药还可以采用左旋多巴来治疗，刚开始可以配合美多巴进行治疗，

刚开始治疗时采用的剂量为 62.5-125mg，一日服用 3 次。服用一些时日后，加以息宁展开治疗，每隔 3-5 天适当增加 250mg，每日的剂量控制为 3g，通常不能超过 5g，分 4-6 次。

心理护理

帕金森患者的病情进展速度是不一样的，家庭关怀对患者的疾病康复十分重要。帕金森患者的家人一定要对患者多一份关爱之情，让患者保持乐观的状态，使患者每天都能有良好的心情，以积极向上的态度面对每一天，以百倍的信心战胜病魔，患者家属需要对患者全身心的进行护理。

安全护理

对帕金森患者做好安全护理，避免患者发生安全方面的意外状况。帕金森患者运动上一般都会存在很大的障碍。因此，需要对患者多加看护，合理布置患者的生活设施，合理布置患者的家居，减少患者生活中的障碍，让患

者的行动能够更加方便。对患者喂食时一定要缓慢，因为病情严重的患者吞咽会十分困难，这就需要做好预防工作，避免引起肺部感染。

生活护理

1. 衣 尽量穿一些比较宽松的衣服，将衣服上的扣子全部除去，最好选用拉链等比较方便的方式，布料可以选择全棉材料，便于吸收汗水的材料。

2. 食 多吃高热量、高维生素、高纤维素、低盐食物，多吃低脂，适量优质蛋白容易消化的饮食。日常生活中多喝水、多使用麻油、蜂蜜，忌食蛋白、槟榔。早餐和午餐最好能够吃一些低蛋白饮食，饮食需要以碳水化合物为主。晚餐多吃一些富含蛋白质的食物，睡觉前喝一杯牛奶，多吃新鲜的蔬菜和水果，尽量不要吃肥肉和动物内脏，每天适当喝 6-8 杯水。

3. 住 坐的椅子最好能够带有扶手，床的高低位置需要合理，方便患者起卧。针对中期和晚期的患者需要安置固定架子，上面设置下

垂的悬带，这样患者就可以借助吊带坐起来。在床的侧面也需要绑一根绳子，让患者晚间可以借助绳子来翻身。将床头灯开关安置在患者顺手位置，使用绸缎面的床单和衣服，方便患者可以夜间起身。室内铺一些防滑地砖，地砖潮湿立即擦干。

4. 行 夜间一定要确保光线十分充足，睡觉选择带卫生间的房间。选择室内地面平坦的房间，并设置防滑的地砖。

运动护理

坚持运动做康复锻炼，这样有助于改善平衡，对肌肉的力量也能够进行改善。患者一定要量力而行，循序渐进持之以恒的坚持锻炼。

综上所述，患有帕金森病，需要做好护理。患者日常中需要适当进行锻炼，从衣、食、住、行等多方面坚持护理，这样对于疾病的康复具有一定的辅助性，可以加快疾病的好转，使患者尽快康复。

肠痛的中医护理方法

▲ 四川省绵竹市中医医院 周静

肠痛是一种常见的临床疾病，会严重损害患者的身体健康。很多人对于肠痛这种疾病了解较少，因此一旦发生类似症状，就会出现恐慌心理。那么肠痛是什么？肠痛疾病的中医护理方案有哪些？

肠痛的临床症状

中医上的“肠痛”就是阑尾炎，属于一种比较常见的外科急腹症，其临床症状为腹胀、恶心、腹痛。常见的临床体征是转移性的右下腹疼痛，并伴随发热、产生进行性加重的趋势，甚至会寒战、高热。若是肠痛产生化脓，其就会在患者的腹腔有比较明显的渗出现象。医生在检查中如果发现患者的右下腹有显著触感、肌肉紧张、反跳痛、肠鸣音减弱等，就应格外警惕，加强检查，避免疾病发展超出一定范围，提高治疗难度。发生肠痛，部分患者会出现胆石症、肠伤寒、腹痛等。肠痛疾病发病范围较广，可发生于任何对象，经过调查显示，青壮年发病情况较多，而男性发病人数与女性相比，也会高很多，是外科急腹症疾病中发病最高的一种疾病。肠痛发病的原因较多，例如饮食不洁、劳累过度、情志不畅。

肠痛中医护理方案

1、日常护理 医生可提醒患者注意养成良好生活习惯，其对于肠痛恢复有一定作用。尽量卧床休息，对肠痛以及并发的腹膜炎周围脓肿的情况,应积极采取半卧位姿势，避免下床时间过早对于身体造成的损伤。为了降低疾病复发的概率，医生多会建议患者在一些临床症状消失之后，坚持服用中药，其时间可为 1 周到 14 天。在治疗后应加强中医护理，及时观察自己的病情，如果出现腹胀、腹痛等情况，应及时去医院复诊。

2、对症护理

湿热症。主要护理的目的是活血与清热解毒共同进行，饮食多以流质食物或是半

流质食物为主。在生活中，应及时提醒患者多喝水，也可适量运用果汁，例如西瓜汁、苹果汁、桔汁等。如果患者出现恶心或是腹胀等情况，就需要少食多餐，严格禁止辛辣食品的摄入。

瘀滞症。对于肠痛疾病中出现的瘀滞证，医生在护理中，主要采取的饮食方案是清热解毒，尽量运用流质或是半流质饮食，例如莲子粥、米粥、大枣粥、山楂粥、银耳汤等，促使患者大便通畅，应严禁油腻以及辛辣食品的食用。

热毒症。热毒症主要饮食治疗是以清热解毒排脓为基础，行气活血可起到一定的辅助作用。若是患者经常呕吐，就需要适当禁止食物的摄入。在肠痛疾病恢复期，可提醒患者注意多摄入含有蛋白质较高的食物，例如豆奶、蛋、肉、鱼类等，多食用新鲜蔬菜以及水果，严禁生冷食品。

3、情志护理 护理人员应该与患者加强沟通与交流，了解患者真实想法。如果患者出现负面情绪，护理人员应向患者进行耐心解释，保持其情绪稳定，使其气机调畅，并积极配合治疗,使其可以在短时间内恢复。另外，护理人员还应与家属加强沟通，促使其可参与护理，并对其介绍肠痛疾病的预后效果，消除家属的不安心理，并激励患者家属参与护理，劝导患者，使其不良情绪得到缓解，并建立患者治疗疾病的信心。

肠痛对于医生来说，首先要了解其发病主要原因，根据患者病情实施护理，并制定相应的中医护理方案，可有效缓解患者的病情。如果患者在疾病治疗中，产生情志不畅等心理问题，就需要医生及时与患者进行沟通，了解其发病症状与情绪不畅的缘由，并实施针对性中医护理，保障患者的护理效果增强,其对于治疗效率的提高有一定帮助。

压疮的科学防治

▲ 四川省广汉市人民医院 包芙蓉

压疮又叫压力性损伤，俗称“褥疮”，主要是因为身体局部长期受压,血液循环受阻，导致皮肤和皮下组织缺乏营养而发生组织坏死。压疮好发于长期卧床且位置长期保持不变的瘫痪和昏迷患者，也可见于使用夹板或石膏松紧不当的患者，其皮肤表现为灰白或青红、轻微水肿、自觉麻木感或触痛感。随着病情发展，皮肤黑紫，出现溃疡、水泡，甚至抵达皮下组织、肌肉、骨骼中。

压疮发生的原因

1、力学因素 引起压疮的主要三个力就是压力、摩擦力和剪力。压力主要是由于患者长期保持一个体位不变，从而导致局部组织连续受压 2 小时以上，导致组织受到不可逆的损害。摩擦力常见于未正确放置夹板内衬垫、石膏内未平整或存在渣屑等。患者长期卧床或坐轮椅时，表面逆行阻力摩擦皮肤。剪力主要与患者体位有关，主要由压力和摩擦力相加而形成。患者长期受压的皮肤，受到潮湿、排泄物、摩擦等理化因素刺激，导致角质层受到损害，损害患者皮肤组织，极易发生感染和溃破。

2、营养不良或水肿 营养不良是压疮发生的主要原因，全身营养不良或水肿的患者，其皮肤组织较薄，抵抗力较差，一旦受压，局部缺血、缺氧症状加重，极易发生皮肤破损。常见于年老体弱、水肿、瘫痪及恶病质等患者。

3、受限制的患者 患者在使用夹板、牵引及石膏绷带时，若松紧不合适，衬垫不合适，可造成局部血液循环出现障碍，引起局部组织坏死。

压疮的防治

1、整理床褥 患者被褥要经常拿出去晾晒，经常更换、清洗患者床单、被套及枕套等床上用品。特别压疮高危患者，日整理 2~3 次，确保床铺整洁、干净、整洁，并协助患者保持舒适体位。

2、清洁皮肤 定时给患者温水擦浴，不

可使用刺激性强的清洁剂，不可用力擦洗，以免对皮肤造成损伤。对腋窝、腹股沟等易出汗的部位，随时使用小毛巾进行擦拭。保持皮肤清洁，确保汗腺排泄通畅，以防细菌、微生物繁殖，也可适当涂少量滑石粉或油类，维持皮肤干燥和光滑。

3、加强营养 患者因长期卧床，其机体抵抗力较差，宜加强饮食营养，为患者准备营养价值高、易消化的牛奶、瘦肉、鱼类等高蛋白饮食,叮嘱患者多食用富含钾的蔬菜和水果。

4、定时翻身 定期翻身可以有效改善局部压迫的有效措施。通常来讲，长期卧床患者，需每隔 1~2h 翻身 1 次，若患者局部皮肤发红，需更改为 1h 翻身 1 次，交替进行侧卧位、平卧位及俯卧位，并在骨突出部位用软枕、海绵圈等垫着，确保局部悬空，减轻局部受压情况。

压疮的治疗

以局部治疗为主，全身治疗为辅的综合治疗措施。当患者局部皮肤出现瘀血红润期（Ⅰ期压疮）时，治疗原则以危险因素去除，以防压疮发展为主；炎性浸润期，治疗原则以保护局部皮肤，预防感染为主；浅度溃疡期（Ⅱ期压疮）以创面清洁、促进愈合为主要治疗原则；坏死溃疡期（Ⅲ-Ⅳ期）治疗原则以坏死组织去除，促肉芽组织生长为主。治疗措施主要是定时翻身更换体位，每隔 1~2 小时翻身 1 次。柔软气垫床、气垫椅给予长期卧床患者，以完全缓冲压力，以防身体多部位受压，有利于受损皮肤区域血供恢复，进而达到压疮防止的目的。一般情况，骨骼突出部位的皮肤，定时用 50% 的酒精进行按摩，有利于改善局部血液循环，以防压疮发生。另外，在局部换药时还可用红外线照射，照射时需随时观察局部皮肤情况，以免烫伤。与此同时,还需积极治疗原发病，强化营养和全身抗感染治疗。