

在整体护理中如何进行病人教育

杨 倩

通江县人民医院 四川巴中 636700

【中图分类号】R47

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2020) 12-096-02

病人教育作为健康教育中的一种重要手段,其也是整体护理工作中的一项重要内容,病人教育主要是针对患者的心理、生理、文化、社会的适应能力进行健康教育,通过向病人讲解疾病有关知识、提高病人参加护理活动的积极性、提高病人自我护理能力,促进病人健康的恢复。在整体护理中如何做好病人教育工作是每位护理人员面临的重要课题之一。

1 进行病人教育护理人员应具备的素质和注意事项

1.1 树立病人教育的意识

护理人员应在思想上认识到病人教育的重要性,掌握病人教育的内容及方法,并懂得灵活运用各种病人教育的方法,另外护理人员还需要具有不断学习的精神和理论联系实际的科学态度。

1.2 掌握沟通技巧

沟通是病人教育中不可缺少的一种重要方法,开展病人教育工作时应根据具体的教育对象选择合适的沟通方法,比如针对儿童应采用直观形象且带有一定故事性的沟通方式,针对老年病人则应采用通俗易懂的语言进行沟通,重点教育内容需反复强调。文化程度较高的病人可采用书面材料、讲解和征求意见的方式,文化程度较低的病人则适宜采用讲解和示范教育的方式。病种不同沟通技巧也存在一定不同,对于慢性病患者适合采用集体或电话形式进行教育;急性病应在沟通中着重向病人讲解预防疾病复发的方法、并发症的预防措施等。另外针对心理特点不同的病人应采取针对性的沟通方法,性格开朗的病人可多讲道理;对自身疾病不在意者应重点讲明疾病的危害性及防治的必要性;性格内向者沟通时语言应适度,对于病人提出的问题应耐心进行解答。沟通过程中应充分尊重病人,注意保护病人的隐私。

1.3 将病人教育贯彻整体护理工作始终

在病人住院的不同时期,根据病人具体的病情进行全方位的教育,将整体护理工作与病人教育结合在一起,使病人教育有效融入整体护理工作中。

1.4 对病人教育的效果作出全面评价

对病人教育的效果作出全面评价即对病人教育计划及实施的全面审核,需对病人教育计划的完成情况进行评价,然后依据教育计划内容对病人进行提问,评价病人的掌握程度,最后观察病人的行为活动及自护能力,评价其掌握情况。

2 整体护理中病人教育的目的和作用

病人教育的目的主要有以下几点:一是使病人能够掌握疾病的基础知识,检查治疗的目的及护理的必要性;二是帮助指导病人,取得病人的信任;三是利用护理工作的影响力指导病人,使病人能够将护理工作中掌握的知识付诸于行动。

病人教育的作用主要体现在以下几方面:一是提高病人的配合度,许多护理活动是需要病人与护理人员共同完成的,护患之间形成的是一种指导、参与、合作的关系,通过病人

教育可提高病人的主观能动性,使病人主动参与到护理活动中,提高其对护理工作的配合度;二是有利于缓解病人的不良情绪,病人在诊疗期间难免会产生抑郁、焦虑等不良情绪,尤其是需手术治疗的病人,通过病人教育,向病人讲解疾病知识、治疗的方法和目的、作用等,可使病人做到心中有数,摆正心态,缓解其不良情绪;三是提高病人的服药依从性,部分病人在病情有一定好转后就不再按照医嘱服药,导致疾病复发,甚至引发其他并发症,通过病人教育可使病人认识到遵医嘱服药的重要性,提高其服药依从性,避免疾病复发和并发症的发生。

3 整体护理中病人教育的形式与方法

3.1 整体护理中病人教育的形式

整体护理中病人教育的形式主要包括3种,即一对一教育、小组式教育和电化教育。一对一教育是护理人员针对病人的具体情况一对一地进行教育指导,在了解病人生理、心理、社会、文化等方面情况的基础上,对病人健康知识掌握情况作出评价,针对知识不足的地方进行有针对性的教育指导,体现的是个体化教育的优越性。小组式教育形式适用于专科病房的病人,将同一病种的病人组织在一起,针对病人需共同了解的问题进行教育指导,并组织病人讨论,解答病人存在的疑问。电化教育是利用现代信息技术或一些社交平台将一些难以理解的知识内容具体化、形象化,进行直观形象地对病人进行教育指导,以便于病人的理解和接受,该教育形式适用于慢性病人。

3.2 整体护理中病人教育的方法

3.2.1 通过语言沟通进行教育

病人教育中最直接便捷的方法便是通过语言沟通进行教育,这种教育方法受文化的影响较小,对文化程度较低的病人更适用,在采用该方法时可针对病人的具体情况和不同人群的共性问题进行教育,通过灵活的沟通技巧随机进行教育,教育过程中应突出重点,注意语言要形象生活、简单明了,并在教育中鼓励病人提问,加强与病人的互动交流。

3.2.2 书面教育

书面教育又可分为以下几种方式:一是宣传卡片,可在卡片上就某一疾病的防治措施、检查的一般知识、饮食注意事项、药物服用注意事项等方面作出详细叙述,例如冠心病的防治、冠心病的危害性、冠心病出现的警告信号、少食用胆固醇含量高的食物等,并可配以图画,以加深病人的理解;二是宣传手册,宣传手册涉及的知识丰富,内容系统,图文并茂,可将一些难以理解的医学知识通俗化,医学专业术语具体化,护理技术简明化,例如结肠造口护理手册中具体阐述了什么是结肠造口、造口护理注意事项、造口常见并发症、更换假肛袋的方法等;三是宣传板报,根据病种的特点定期

(下转第97页)

如何检查身体是否有抗体?

李世芳

成都西囡妇科医院 四川成都 610000

【中图分类号】R445

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2020) 12-097-01

身体中出现一些抗原物质,刺激我们身体。身体中一些B细胞会分化出一些浆细胞,最后可以形成与相应抗原物质相结合的蛋白质,这种蛋白质是免疫球蛋白也叫抗体。有一些抗体我们本身是没有的,但在一些抗原物质侵袭时,我们体内就产生一种专门针对于这一类抗原物质的抗体,当这类抗原物质,再一次的侵袭我们身体时,我们身体就会快速产生相应的抗体,与抗原物质结合,从而保护我们身体。我们身体的抗原抗体能特异性结合,也就是说一些抗体只能与特定的抗原结合。比如患有乙肝的人中的抗原只能中和乙肝抗体相结合,而不能中和其他的抗原。因此为了预防更多的疾病,人的身体内存在多种多样的抗体。例如:就像乙肝抗体、麻疹抗体、水痘抗体、抗毒素、抗菌抗体、抗病毒抗体、亲细胞抗体等。

一. 如何检查身体的抗体的存在

1. 如何检查身体是否存在抗毒素

细菌毒素侵入到人的身体内,会损害人体的身体。人的身体经过产生的外毒素而致病的病原菌,如白喉和破伤风感染。这里我们就以破伤风为例。破伤风是一种由一种菌体引起的感染,这种疾病算是比较常见的疾病,这种病说轻也不轻,说重也不是很重,但要是注意就有可能危及到生命。破伤风是由于破伤风杆菌感染导致的一种细菌感染性疾病。由于破伤风杆菌产生的毒素毒害身体所产生的一系列症状。破伤风疫苗就是灭活的破伤风的毒素。通过刺激人体免疫系统产生相应的抵抗力,从而避免破伤风发作,通常情况下在体内是没有抗体的。一般破伤风抗毒素产生的抗体可以维持在一周左右,所以破伤风抗毒素只是应急使用,所以在平时我们自身是没有破伤风抗毒素的,只有在受伤时,打破伤风针,来获得破伤风抗毒素。

2. 如何检查身体是否存在抗病毒抗体

抗病毒抗体是由一些病毒的刺激下产生的抗体,人体受病毒感染后,就会产生相应的抗体。抗体可以与某类病毒物

质相互结合反应,通过抑制或杀伤原来感染的微生物,来维持人身体稳定。就流行性感冒来讲,就是病毒造成的,这种流感病毒就会产生抗病毒的抗体。我们检查流行性感冒患者是否带有此病毒的抗体,一般会通过血象,抽取被检查者的血样,检查的白细胞总数和淋巴细胞的变化并记录,再将血样与细菌放在一起进行感染处理,如果白细胞总数及中性粒细胞会上升,证明有此类病毒的抗体;我们还可以将病毒分离,就是要取出病毒物质,由于流行感冒的病毒会出现在我们的鼻咽部和气道分泌物中,我们可以在则和谐部位直接分离出流感病毒,将这一病毒保存好。再取一份被检查者的血样,制成一份血清,再进行血清抗体检测。被检查者发病进行双份血清检查,查看抗体增高还是减少,其检查结果为阳性还是阴性。人再感染流行性感冒后,在一周后可以在患者的血液中查出抗体,在二到三周患者体内的抗体浓度会达到一个高峰,在一到二个月后患者抗体浓度会逐渐下降,此后只会有一少部分抗体,主要在人体内存在一些记忆细胞。

3. 如何检查身体是否存在一般性的抗体

作为一个健康人,我们的血液中会有较多的各种抗体,比如麻疹抗体、水痘抗体、流感抗体等。把健康人的血液给抽取一些,我们可以分析血液中的物质,来检查身体是否存在抗体,查看其浓度,看此类抗体在体内的含量是否正常。经过分析过后,我们可以知道我们身体中缺乏哪种抗体,我们可以通过注射疫苗的形式,来增加我们身体的抗体,就像小的时候,我们注射的一些疫苗,避免了出现水痘等。

二. 抗体对于我们有什么作用

抗体存在我们的身体中,当我们受到一些抗原物质的侵害时,这些抗体便会增殖,与抗原物质发生特异性结合,从而消灭掉抗原。抗体具有特异性,所以说对于一些抗原,只有专门的抗体才能与它进行特异性结合。有了抗体的保护,一些抗原不能对我们身体造成过多的伤害,对我们身体起着一定的保护作用。

(上接第96页)

进行板报的更换,病人在楼道活动期间即可接受教育。

3.2.3 示范教育

示范教育主要针对的是一些手术体位训练方法、功能训练方法的教育,例如甲状腺手术的颈部过伸训练,首先向病人讲解该手术体位的重要性,再向其示范正确的姿势,指导病人每天训练一定次数,并处理和预防训练中出现的身体不适情况。

3.2.4 实物教育

实物教育即借助一种模型向病人进行真实的展示,利用模型向病人讲解疾病的一般知识、疾病防治的方法及自我护

理方法等,实物教育可激起病人的求知欲和好奇心,提高教育效果,例如借助心脏模型向冠心病病人展示血管的走行,在结合病人的具体情况讲清楚哪条血管变窄了,哪条血管堵塞了,心脏什么部位供血不足又会引发什么症状等。

总之,在整体护理中做好病人教育工作对提高病人对健康知识的掌握程度,改善其心理状态,消除不良情绪,提高其治疗依从性等均具有积极作用,病人教育应贯彻整个整体护理工作,开展病人教育时可根据病人的实际情况选择合适的教育形式,灵活运用各种教育方法,将病人教育做到系统化、专业化和科学化,真正达到病人教育的目的。