

孕妈患妊娠合并症后应如何护理呢

李中梅

四川省巴中市通江县中医医院 636700

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 07-111-02

对于女性朋友们来说,怀孕分娩是身体变化的重要时期,大多数女性怀孕后都能够以平和心态对待妊娠期。然而由于女性妊娠期的身体机能比较弱,部分女性的身体很难承受正常生育过程,身心压力比较重要,很容易形成妊娠合并症。比如妊娠糖尿病、妊娠高血压、妊娠胆淤症、妊娠心脏病等。以上妊娠合并症不仅会伤害怀孕女性,还会危及到胎儿,所以要高低重视妊娠合并症,并且采取科学的护理措施与方法,维护母体和胎儿的身体健康。

1 妊娠高血压

• 什么是妊娠高血压

在常见的妊娠合并症中,妊娠高血压非常常见,表现为孕妇妊娠前、妊娠 12 周出现的高血压症状,属于特发性高血压,并非怀孕所致发病。当孕妇妊娠时间超过 20 周以后,就会出现高血压症状,即收缩压高于 140mmHg,舒张压高于 90mmHg。孕妇怀孕之后,血压指数会明显高于怀孕之前的血压,也就是医生说的收缩压提升了 30mmHg、舒张压提升了 15mmHg,以上情况都被归属到妊娠高血压范畴中。

• 妊娠高血压护理方法

对于妊娠高血压患者来说,应当给予针对性护理干预措施。第一,确保孕妇的生活环境、休息环境正确,孕妇每天的睡眠时间要充足,切记不要出现熬夜情况。第二,妊娠高血压患者也要注意平常的饮食问题,尽量多吃一些富含蛋白质、维生素、钙量的食物,并且要保证饮食清淡且容易消化,控制好食用油、食用盐的摄入量,这样可以避免出现水肿症状。在分娩之前,护士则要密切监测妊娠高血压患者的各项情况,同时要关注心电图指标变化,检查和监测产妇的眼底、尿蛋白,选择适宜的分娩时间与方式,维护产妇与婴儿健康。

2 妊娠高血糖

• 什么是妊娠高血糖

妊娠高血糖主要是孕妇怀孕期间的血糖升高明显,也可能是孕妇怀孕之前就有了轻微的高血糖症状,身体葡萄糖耐量不太稳定,在这样的情况下如果怀孕,则会导致体内血糖水平升高,然而妊娠合并高血糖症状通常会在孕妇生产之后而恢复到正常水平,但是部分孕妇在生产之后仍然会出现高血糖症状,此时需要持续进行降血糖治疗。

• 妊娠高血糖护理方法

在护理妊娠高血糖患者时,要对孕妇日常饮食进行管控,必须遵循低脂低盐的饮食原则,尽量不要吃一些高糖分的食物和水果,比如西瓜、香蕉等。同时要定期监测妊娠高血糖患者在空腹状态下、餐后 2 小时状态下的血糖水平,将孕妇血糖水平控制在正常范围内。同时要按照孕妇的实际情况,制定科学的运动锻炼方案,有助于加强孕妇身体内的胰岛素敏感度,降低血糖水平。如果孕妇的血糖控制不理想,则要服药降血糖,医生应当参考孕妇的血糖情况,实时调整药物服用量,同时要监测胎儿的发育情况,保证孕妇和胎儿的安全。

3 妊娠心脏病

• 什么是妊娠心脏病?

在妊娠合并症中,妊娠心脏病属于比较严重的疾病,但是疾病的发病率较低。妊娠合并心脏病,会加剧孕妇的负担,对孕妇心脏功能发展的影响明显,还会危及到孕妇的生命。妊娠心脏病患者生产时,分娩进程的威胁大,是引发产科死亡的重要病因。

• 妊娠心脏病的护理

妊娠心脏病会加剧孕妇心脏负担,对孕妇心脏功能的影响明显,还会降低孕妇心脏代偿性,加剧心力衰竭的风险系数。所以对于不同阶段的妊娠心脏病患者,必须制定针对性护理方案,孕妇也应当配合医护人员的诊治和护理,增加营养摄入量,保证情绪变化稳定,控制情绪波动。同时,孕妇要自己注意休息,保证睡眠质量,不要让身体处于过度疲劳状态,也不要出现过度的情绪波动情况。妊娠心脏病患者也要注意日常饮食,多吃一些含铁量高,富含维生素、蛋白质的食物,减少盐分摄入量,控制好体重。

4 妊娠合并胆淤症

• 什么是妊娠胆淤症?

孕晚期孕妇容易出现妊娠胆淤症,孕妇会出现不同程度的瘙痒,夜间瘙痒更加严重,从手掌、脚掌位置开始瘙痒,之后逐渐蔓延到肢体、全身。部分严重孕妇还会出现面部瘙痒症状,延伸到黏膜组织。妊娠合并胆淤的时间通常在三周左右,部分孕妇会发病几个月,但是在分娩之后的 2 天会逐渐消失,部分严重患者则需要 1 周左右时间才会恢复。

• 妊娠合并胆淤的护理

在护理妊娠合并胆淤患者时,应当嘱咐孕妇多休息,卧床休息时要采用左侧位,增加胎盘血流量。同时按照孕妇的情况给予吸氧治疗,高渗葡萄糖。患者也要注意日常饮食问题,多摄入富含维生素、能量的食物,同时也要多吃一些护肝食物,从而保护孕妇、胎儿的肝功能,加强母体与胎儿的免疫力,加强缺氧耐受性。针对妊娠合并胆淤患者,定期要检查肝功能、血清胆汁酸,按照检查结果采取治疗与护理措施,以增加孕妇的肝功能。

妊娠合并症对孕妇和胎儿的影响非常大,并且会受到孕妇年龄、身体状态、体重、营养摄入量影响。为了降低妊娠合并症的发生率,孕妇应当采用科学的饮食方案,保证营养摄入量充足。同时还要注重日常运动,密切监测胎儿的变化,定期要到医院做好产检工作,从而降低妊娠合并症的不良影响,维护孕妇、胎儿的安全。

5 妊娠合并症护理的注意事项

一,妊娠合并心脏病患者在妊娠 32-34 周、分娩期、产后 3 天内很容易出现心力衰竭症状。

二,心功能是判断妊娠心脏病患者继续妊娠的依据,针对不适合怀孕的患者,医生建议在妊娠 12 周前进行人工流产。

三,为了预防心力衰竭症状,孕妇每天至少要保证 10 小时睡眠时间,中午也要休息两小时。针对心功能 I - II 级患者,要在妊娠 36-38 周入院待产,并且要缩短第二产程经由阴道

(下转第 112 页)

谈谈肿瘤病人呼吸道感染的预防

黄鑫

成都市第六人民医院 610051

【中图分类号】R73

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2023) 07-112-01

由于患有肿瘤的患者住院的时间比较长，再加上自身的抵抗力比较低，所以很容易出现医院感染的情况，特别是呼吸道感染，会严重的威胁到患有肿瘤患者的生命健康。其中发病率高和难治愈以及病死率也成为了临床上需要攻克的难题。为了能够有效的加强对医院感染的管理，并且预防以及控制患者在医院治疗时发生医院感染的几率，将采取有效的预防措施来降低感染的几率。

一、预防措施

1. 严格执行病室消毒的制度

院内一定要加强对肿瘤患者病室的消毒工作。因为肿瘤的患者病情会比较严重，而患者会因为肿瘤的扩散或者转移需要进行很多次的手术以及化疗和放疗等治疗，所以对于患者自身的消耗量是非常大的。因此，就容易出现呼吸道感染的情况，所以在病室内一定要严格的进行消毒隔离制度，除了每天需要做好日常的清洁工作以外，还需要定期对病室进行大扫除，彻底的清除掉室内的卫生死角。对于污染的地面，可以使用 0.2% 的过氧乙酸溶液进行拖地，一般每天 2 次湿式拖地；对于墙面的消毒，一般高度在 2 ~ 2.5 米的墙面应该使用清水或者 0.2% 的过氧乙酸进行擦拭；对于病室内的床、床头柜、凳子，则使用含氯消毒液或者是清洁的抹布进行擦拭，做到一床一巾、一桌一巾，抹布和拖把专用。此外，还需要对病室进行空气消毒的制度，开窗对流通风是最有效的空气消毒法，每天病室应该通风 2 次，同时使用紫外线进行每天 1 次的消毒，每次消毒的时间为 30 分钟。一定要做到病室空气培养 $<500\text{cfu}/\text{m}^3$ ，物表培养 $>1\text{Ucfu}/\text{m}^3$ ，患者使用的水壶便器以及痰杯一定要专人使用，并且在每次使用完毕以后及时的清洗干净，每周需要通过使用含氯消毒液浸泡 2 次，每次时间为 30 分钟再取出，清洗干净后干燥保存。患者所使用过的吸痰管、吸氧管应该洗净晾干，随后使用高压灭菌或者是使用一次性导管，避免出现交叉感染的情况。

2. 陪护探视制度

由于肿瘤的患者病情比较严重，同时住院的时间又比较长，这也需要家属来照顾和陪伴，但是由于探视的流量比较大，很容易扩散病原菌。所以为了能够既满足照顾患者又能够满足患者的愿望和需求，同时又能够保证病室内空气的清新以

及为患者建立良好的修养环境，就一定要制定探视制度。

3. 严格的病情观察

对于肿瘤的患者一定要密切的观察患者机体的变化，不仅需要观察生命体征，还需要观察患者总体的情况，比如患者的神志、饮食和身心的状态等，当出现异常情况时一定要上报给主治医师进行处理。

二、护理措施

1. 口腔的护理

对于患有肿瘤的患者来说，一般患者的食欲都比较差，再加上摄入的含有维生素的食物比较少以及患者出现恶心、呕吐和黏膜破损等情况，就很容易导致患者出现口腔感染和溃疡等，从而进一步的增加了患者出现呼吸道感染的几率。所以护理人员在对患者进行护理的时候，一定要加强对患者进行口腔护理，同时指导患者在清晨以及饭后和睡前进行漱口，特别是在恶心和呕吐以后应该使用温开水进行漱口，必要的时候也可以使用丽珠口爽进行漱口，一旦患者出现了口腔溃疡，则需要每天使用丽珠口爽液棉球对口腔仔细的清洁，每天 3 次，动作一定要轻柔，彻底的将口腔内脱落的粘膜以及腐败的物质进行清除，能够保证患者口腔的清洁，同时也可以避免患者出现感染的情况。

2. 翻身拍背的护理

对于肿瘤的患者，由于需要长时间卧床休息，再加上患者需要化疗和放疗等，消耗量会比较大。所以患者在咳嗽的时候就会显得非常的无力。因此，分泌物坠积就不能够有效的将呼吸道内的分泌物进行清除，所以护理人员一定要耐心细致的为患者更换体位并拍背。每 2 个小时为患者拍背 1 次，每次拍背的时间在 5 分钟，可以有效的促进患者呼吸道内分泌物的排出。

3. 饮食的护理

由于患有肿瘤的患者由于疾病的原因往往食欲比较差，所以护理人员一定要对患者具有非常高的责任心和同情心。根据患者的实际情况为患者制定针对性的饮食方案，同时指导患者一定要少吃多餐，可以进食高热量且容易消化的食物，在进餐的时候一定要保持稳定的情绪。

(上接第 111 页)

分娩，胎儿分娩之后则要在产妇腹部放置沙袋，时间为 24 小时。同时要静脉注射缩宫素，避免产后出血。心功能 I - II 级产妇可以选择母乳喂养，但要避免身心疲劳。心功能 III 级以上患者则要及时回乳。

四，妊娠前没有做过血糖检查，但是存在高危因素的患者，首次产检血糖升高至以下标准时，则确诊为妊娠糖尿病：空腹血糖超过 $7\text{mmol}/\text{L}$ ，糖化血红蛋白大于 5.5% 。患者应当接受胰岛素治疗，不要口服降糖药物，以免影响胎儿发育。患者日常要注意身体运动和锻炼，通常选择在吃饭后 1 小时，

保证孕中期体重增加 10kg 左右。分娩新生儿后均要按照早产儿进行护理。新生儿分娩后 30 分钟要滴服葡萄糖，避免出现低血糖症状。

五，针对妊娠期合并贫血的患者，以缺铁性贫血为主，血红蛋白小于 $110\text{g}/\text{L}$ ，血清铁小于 $50\mu\text{mol}/\text{L}$ ，患者可口服铁剂，补充稀盐酸、维生素 C，促进铁的吸收。

总之，妊娠合并症不管是对孕妇还是胎儿来说都会造成不良影响，所以要及时到医院建卡，按计划进行产检，发现异常及时处理，积极预防和治疗妊娠合并症，并且提供一系列针对性护理措施，保证孕妇和胎儿的健康生长。