

慢阻肺家庭护理有窍门

冯永琴

丹棱县人民医院 620200

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2023) 07-083-01

慢阻肺又称慢性阻塞性肺疾病,是目前临床上非常常见的一类疾病,患者在患有这类疾病以后会出现支气管哮喘、慢性支气管炎等,而因为患者呼吸衰竭以及出现继发感染的情况会加重患者的病情,并且患者也需要反复住院接受治疗。所以对于慢阻肺除了在医院采取针对性的护理以外,采取家庭护理也是非常重要的,可以增强患者的体质,并且也可以降低患者住院的次数,提升患者的生活质量。

一、慢阻肺

慢阻肺主要发生在40岁以上的人群中。通过临床上对慢阻肺疾病进行分析后发现,其疾病的发生和肺气肿以及慢性支气管炎有很大的关联,因为支气管炎反应会导致患者支气管形成瘢痕,并且重塑结构,导致患者出现支气管堵塞和狭窄等。患者患有这类疾病以后会出现明显的晨间咳嗽、夜间的阵咳和排痰,当患者发生气道阻塞的时候还会出现呼吸困难的现象,但是并不会发生咳嗽等症状;患者还会出现咳痰,并且是白色的粘液和浆液泡沫痰为主,同时还会伴有血丝,一般患者清晨的痰量是比较多的,在患者处于急性期的时候,痰量还会明显的增多,同时还会存在脓性痰;呼吸困难和气短也是慢阻肺非常常见的临床症状,早期则是发生在患者劳动的时候,随后由于病情不断的加重,导致患者在休息时也会出现气短的现象,严重的影响到了患者的生活质量。

二、慢阻肺患者的家庭护理方法

1. 心理护理

由于慢阻肺患者的治疗时间相对来说比较长,所以患者的病情也比较顽固,导致患者很容易出现病情反复的现象,同时大多数患者也因为这类原因出现了抑郁、悲观等不良的心理情绪。所以,家属一定要多多陪伴患者,给予患者一定的鼓励和安慰,帮助患者树立战胜疾病的信心,从而也可以使患者可以积极的面对疾病的治疗,提高患者的康复能力,也能够有效的预防患者由于其他不良因素而对心理状态的影响,保证患者顺利的接受治疗。

2. 居住环境的护理

对于患者所居住的环境一定要定期的进行打扫,并且保证室内的温度和湿度,因为适宜的温度和湿度可以湿化患者

的呼吸道,起到促进排痰的作用。如果室内的温度过热、过冷、过于干燥就会刺激患者的黏膜,从而出现排痰不畅的情况。对于慢阻肺患者使用的洗衣液一定要避免气味很强。

3. 避免感冒

一旦慢阻肺的患者感冒,就会加重患者的病情。所以在日常生活中一定要做好保暖的措施,避免患者受凉。可以使用食醋熏蒸的方式来预防感冒的发生。

4. 饮食护理

一定要加强对患者补充营养,并且对患者摄入的盐量进行控制,可以预防水钠潴留而增加患者的心脏负荷。此外,还需要严禁患者食用辛辣、刺激性强以及冷的食物。对于哮喘的患者还需要注意禁止食用鸡蛋、奶、虾等食物。因为这类食物会导致患者出现哮喘,从而增加了疾病治疗的难度。

5. 预防过敏原

当患者具有对毛类过敏的情况,则一定要注意不可以养宠物,同时也不可以使用毛毯、穿毛料的衣服等;如果对花粉过敏则不能养花,并且远离气味比较强的化学制剂。

6. 家庭氧疗

主要是改善患者的大脑功能,避免患者的病情出现恶化的情况。这需要患者和家属都应该了解其正确的治疗的方法,确保家庭氧疗可以顺利的进行。根据临床的经验发现,家庭氧疗在夜间的效果非常的理想。

7. 强化训练

慢阻肺的患者在进行家庭护理的时候,指导患者进行有效的体育锻炼可以提升患者的体质,同时也可以改善患者的心肺功能,使其可以具备一定的抗病能力。由于肺气肿会导致患者出现肺泡膨胀的现象,降低其弹性,再加上胸部是桶状的,会增加功能残气量。特别对于老年患者来说由于肋骨骨化加强和肋骨肌的萎缩,会降低胸廓的顺应性,所以需要使用腹式呼吸来强化患者的通气功能。主要的方法:指导患者用鼻子吸气、用口呼气,并且维持口唇缩拢,能够提高患者气道的阻力,使用双手对腹部按压,每天3~4次,每次10~15分钟,在维持一段时间以后会具有很好的效果。

(上接第82页)

基本产科超声技术。在早期孕期,即怀孕初期到12周左右,二维超声被用于确认胎儿的存在和确定宫外孕的风险。此外,二维超声还用于测量胎儿的头臀长度(CRL),以确定预产期和胎龄。在中后期孕期,二维超声用于评估胎儿的发育、确定胎儿的位置和姿势,检测胎盘的位置和功能,监测胎儿的心跳和呼吸等生命体征。

2. 三维超声:三维超声在孕期中后期得到更广泛的应用。在20周左右的中期孕期,三维超声用于检测胎儿的器官结构和异常情况,如脑部畸形、心脏缺陷、脊柱问题等。

3. 四维超声:四维超声技术与三维超声类似,但能够提供胎儿的实时视频图像。在中后期孕期,四维超声用于记录胎儿在子宫内的活动,例如吞咽、打哈欠和踢腿。这使医生能够观察胎儿的行为和发育。四维超声在评估胎儿的健康状况和发育方面发挥着重要作用。

总的来说,产科超声技术为医生和父母提供了更多了解胎儿的机会。这些技术的发展使我们能够更全面地观察胎儿的形态、结构和行为,从而提供更准确的诊断和干预。通过产科超声,我们可以更好地保护和关注胎儿的健康,为他们的未来奠定良好的基础。