

门诊护理服务如何提升就医感受

□殷雪华

在过去,大多数人去医院就诊只能获得基本的医疗服务,缺少个体化和细致的照顾。因此,很多人对医院的印象不太好。随着生活水平的提高,人们对就医体验的要求越来越高。门诊护理服务的出现填补了这一空白,为患者提供了更加舒适和温馨的就医环境。

门诊护理服务的目标是每位患者提供个性化、专业化的全方位护理。

细心呵护,关注每一个细节。门诊护理服务以患者的需求为中心,注重细节,关注每一个环节。医护人员会

主动询问患者的需求和感受,确保他们的舒适度和满意度。无论是提供病情咨询,还是指导用药方法,医护人员都会耐心解答患者的问题,并给予专业建议。在治疗过程中,医护人员会时刻关注患者的病情变化,及时调整护理方案,确保患者得到最佳的治疗效果。黄岛区中医医院门诊部成立了门诊特色

志愿服务团队——“莲子心”志愿服务队,服务队以中草药“莲子心”命名,用真心、耐心、决心,让就医市民安心、放心、舒心。

温暖关怀,陪伴患者度过

每一刻。门诊护理服务不仅关注患者的身体健康,更注重患者的心理健康。医护人员会通过亲切的笑容、温柔的语言和贴心的举止,带给患者莫大的安慰和温暖。他们会时刻关注患者的情绪变化,给予他们关怀和理解,让患者感受到家人一样的温暖陪伴。

个性化定制,提供专属护理计划。每个患者都有不同的健康需求和护理要求,门诊护理服务可以根据患者的具体情况,为其提供专属的护理计划。通过与患者的沟通和了解,医护人员可以针对患者的疾病特点、生活习惯和喜

好,制定最适合患者的护理方案。这种个性化的护理计划能够最大程度地满足患者的需求,提供更加精准和有效的治疗。该院门诊部推出全国首家就医二维码自选“超市”让市民明白就医、方便快捷就医,成立门诊综合服务中心、一站式服务中心、学雷锋志愿服务岗、巾帼文明岗等,让市民体验无障碍就医。

门诊护理服务的价值和意义,不仅提供了专业的医疗护理,更给患者带来了愉悦的就医体验。

门诊护理服务作为一种全新的护理模式,通过细心呵护和温暖关怀,给予患者专属的守护。它不仅关注患者的身体健康,更注重患者的心理健康。通过个性化的护理计划,门诊护理服务满足了每位患者的个性化需求。这种贴心的、细致的服务让患者感受到了家人般的关怀,提升了就医体验。

(作者供职于青岛市黄岛区中医医院)

门诊护理服务的价值和意义,不仅提供了专业的医疗护理,更给患者带来了愉悦的就医体验。

门诊护理服务作为一种全新的护理模式,通过细心呵护和温暖关怀,给予患者专属的守护。它不仅关注患者的身体健康,更注重患者的心理健康。通过个性化的护理计划,门诊护理服务满足了每位患者的个性化需求。这种贴心的、细致的服务让患者感受到了家人般的关怀,提升了就医体验。

(作者供职于青岛市黄岛区中医医院)

你是否曾经有过这样的经历:突然感觉全身乏力、食欲不振,甚至出现尿频、尿痛等症?这可能是肾炎在作祟。肾脏是我们身体中非常重要的器官之一,肾炎的发生不仅会影响我们的健康带来威胁,也会影响生活质量。

肾炎是指肾脏组织发生炎症,常见的有急性肾小球肾炎和慢性肾小球肾炎。如果不及时治疗,肾炎会导致肾功能受损,进而引发肾衰竭等严重后果。同时,肾炎还会引发一系列症状,比如水肿、高血压、尿液异常等,给患者的日常生活和工作带来很大困扰。

为了避免肾炎对我们的健康造成更大的威胁,我们需要了解一些科学的护理方法。

注意个人卫生 保持个人卫生是预防肾炎的基础,经常洗手,勤换内衣内裤,避免去公共浴室等能够减少细菌感染的场合。此外,还要注意饮食卫生,养成良好的饮食习惯。

适度运动 适度运动可以增强身体免疫力,提高肾脏的排毒能力。要选择适合自己的运动方式,坚持锻炼,比如散步、跑步、游泳等,每周进行3次~5次,每次30分钟左右。同时,要避免剧烈运动或长时间久坐,以免对肾脏造成不良影响。

合理用药 使用药物时要遵医嘱,不滥用、乱用药物,特别是对肾脏有负担的药物。如果必须使用这类药物,应在医生指导下进行,并注意监测肾功能的变化。

定期体检 定期体检可以及早发现肾脏问题,包括肾炎等疾病。建议每年至少进行一次全面的体检,包括常规尿液检查、血液检查和肾功能检查等项目。

如果不幸得了肾炎,也不要过于焦虑,及时采取正确的治疗方法,往往可以取得较好的效果。

药物治疗 急性肾小球肾炎一般可以通过使用抗生素、消炎药等药物控制感染,减轻炎症反应。慢性肾小球肾炎的治疗主要以控制病情进展为目标,采用抗高血压药物、肾脏保护剂等辅助治疗方法。

中医辅助疗法 中医在肾炎的治疗中有着独特的优势。中药调理能够改善人体内环境,增强自身免疫力,从而达到治疗肾炎的效果。但是,在选择中医治疗时,一定要选择正规的中医机构,避免乱投医。

饮食调理 合理的饮食调理对于肾炎患者尤为重要。首先,要限制高盐、高脂肪、高糖的食物摄入。其次,要增加摄入对肾脏有利的食物,比如苦瓜、小米、黑豆等。最后,还可以根据具体情况,结合医生建议进行个性化的饮食调理。

肾炎不可怕,科学护理是关键。采取注意个人卫生、适度运动、合理用药及定期体检等预防措施,可以减少发生肾炎的风险。如果不幸患上肾炎,及时采取正确的治疗方法,可以缓解症状、控制病情进展。

(作者供职于菏泽市立医院)

肾炎的科学护理很关键

□靳祺

怎么预防和和处理导管感染

□王洪娜

导管相关感染是常见的并发症之一,会严重影响患者的康复和生活质量。作为护理人员,有效预防和处理导管相关感染对于保障患者的安全至关重要。

预防策略

严格落实手卫生和无菌操作技术 在接触导管之前,插管操作前后,护理人员应正确、彻底地洗手,严格执行无菌操作,以减少细菌交叉感染的风险。

选择合适的导管 选择满足患者需求和情况的导管,尽量减少留置时间和导管数量,避免不必要的导管。

做好导管周围皮肤护理 定期检查导管周围的皮肤情况,并采用正确的清洁和护理方法。保持周围皮肤干燥、清洁,避免漏泄和污染。

优化导管护理 定期更换导管和相关配件,按要求进行局部或整体更换。保持导管通畅、无扭曲,避免不必要的移动和抗菌药物。

避免滥用导管 评估导管的必要性,根据需要随时调整导管。定期评估导管的护理效果和患者的感染状况,及时调整导管的位置或拔除导管。

处理方法

及时发现和处理感染情况 护理人员应密切监测患者的体温和感染症状等指标,及时发现潜在的导管相关感染。准确评估导管相关感染,如有必要,进行相关实验室检查和影像学检查。

合理选择和应用抗生素 医生会根据患者的病原菌谱和药敏结果,选择适当的抗生素进行治疗。抗生素的使用应符合指南和规范,并在治疗期间定期评估疗效和不良反应。

做好导管周围护理 对于导管周围感染,应注意清洁伤口、置换导管、使用创面敷料和局部药物治疗等。同时,患者应保持营养均衡,加强个人卫生,增强免疫力。

教育和宣传 护理人员应加强宣教工作,向患者和家属传授导管相关感染的预防知识和自我管理技能,比如正确清洁导管、保持皮肤清洁、观察感染症状等。

多学科合作 护理人员可以与医生、临床微生物学科和药学科等多学科合作,制定和实施导管相关感染的综合管理方案,提高诊治水平,增强预防效果。

导管相关感染的预防和处理是一个复杂的过程,需要护理人员具备良好的专业知识和技能。严格落实手卫生和无菌操作,选择合适的导管、做好导管周围皮肤护理、优化导管护理,严格控制导管的使用等,能够有效预防导管相关感染。

在处理导管相关感染时,护理人员应及时发现和诊断感染,严格选择和应用抗生素等,提高患者的生存质量。此外,护理人员还应定期更新相关知识,关注最新的文献和指南,不断提高自身的专业素养。

(作者供职于寿光市人民医院)

简单高效的老年病护理技巧

□隋雨薇

老年疾病是困扰许多家庭的难题,随着人口老龄化趋势的加剧,老年病护理技巧的需求也越来越大。

健康饮食

首先,作为老年病护理的重要一环,健康饮食是至关重要的。在老年人的饮食中,应特别关注以下几点。

控制盐的摄入 摄入过多的盐会增加高血压和心脏疾病的风险,建议老年人每天摄入的盐量不超过6克。

多吃蔬菜和水果 蔬果富含维生素和矿物质,有助于提高免疫力和预防慢性病,每天推荐摄入5种不同颜色的蔬菜和水果。

营养均衡 老年人需要适量的蛋白质、碳水化合物和脂肪,建议选择富含纤维的全谷类食品、瘦肉、鱼类和健康油脂。

锻炼与休息

适度活动对老年人的健康至关重要。以下是一些简单且安全的锻炼方法。

徒手操 适当的徒手操可以增强关节灵活性和肌肉力量,可以尝试一些简单的抬腿、伸展动作等。

散步 每天规律地散步可以促进血液循环,增强心肺功能。每天散步30分钟就足够了。

平衡训练 平衡能力的下降容易导致意外跌倒,可以进行一些平衡训练,比如单脚站立、练习站起坐等。此外,充足的休息同样重要。

老年人应保持良好的睡眠习惯,每天保证7小时~8小时的睡眠时间,养成午休的习惯。

定期体检

定期体检是老年病护理的重要一环。通过定期体检,医生可以提前发现潜在的健康问题,并提供相应的治疗和预防措施。

慢性病管理 针对已经存在的慢性病,比如高血压病、糖尿病等,定期体检可以帮助监测病情,及时调整药物和治疗方案。

肿瘤筛查 老年人的癌症风险增加,定期进行肿瘤筛查可以早期

发现和治理恶性肿瘤。

心理关怀

长期得病的老年人需要得到关怀和心理支持。以下是一些帮助老年人保持心理健康的技巧。

陪伴与交流 多陪伴老年人,关心他们的日常生活,与他们进行交流。可以尝试一些共同的兴趣爱好,比如看书、听音乐等。

心理疏导 面对疾病和生活变化时,老年人会出现焦虑、抑郁等心理问题,及时寻求专业的心理疏导帮助,能够缓解他们的情绪压力。

社交活动 参加社交活动可以拓展老年人的社交圈,增添生活乐趣,比如参加社区组织的活动、志愿者工作等。

在老年病护理中,健康饮食、适度锻炼、定期体检和心理关怀都是非常重要的。掌握这些简单高效的护理技巧,可以更好地照顾老年人,提高其生活质量。

(作者供职于威海市市级机关卫生所)

这些胃肠重症症状要了解

□冯旭

胃肠道负责将食物分解、吸收,并排出体内的废物。由于生活节奏快,许多人往往忽视了胃肠健康的重要性,导致胃肠重症的发生率逐渐增加。为了更好地保护我们的胃肠健康,本文将向大家介绍一些常见的胃肠重症症状及护理方法。

腹痛与腹泻 腹痛和腹泻是胃肠问题最常见的症状之一,病因包括食物中毒、感染或消化不良等。出现这些症状时,建议立即停止进食,并给予胃肠系统充分的休息。

饮食上应以清淡易消化的食物为主,同时补充足够的水分。

恶心与呕吐 恶心和呕吐是胃肠道不适的另一种常见表现。出现这些症状时,建议多喝温水,避免油腻和刺激性食物,并保持充足的休息。

消化不良与胃灼热 消化不良

和胃灼热经常让人感到不适,应避免油炸食物和辛辣食物,定期进餐,并保持均衡的饮食习惯。

针对胃肠问题,我们可以采取一些简单而有效的护理方法缓解症状,维持胃肠健康。

饮食调整 合理的饮食习惯对于胃肠健康至关重要。建议多摄入富含膳食纤维的水果、蔬菜和全谷类食品,同时少吃油腻、辛辣和过度加工的食品。合理的进餐时间和餐量控制也能有效减轻胃肠负担。

改善生活习惯 保持良好的生活习惯是维护胃肠健康的关键。经常锻炼身体可以促进消化功能,并改善胃肠道的保护屏障。此外,健康的作息时间和充足的睡眠也能帮助胃肠系统更好地工作。

避免压力与焦虑 压力和焦虑是导致胃肠不适的常见病因之一。因此,我们应该学会有效管理压力,

并采取放松和舒缓紧张情绪的方法,比如练瑜伽、冥想或听音乐等。

补充水分 保持身体的水分平衡对胃肠健康非常重要。每天饮用足够的水可以帮助顺利排便,预防便秘。

适量运动 适量运动可以促进肠道蠕动,改善消化功能。选择适合自己的运动方式,比如散步、跑步、游泳等,每周保持一定的运动时间。

胃肠健康是整体健康的重要组成部分。警惕常见症状,并采取相应的护理方法,可以预防和改善胃肠问题,提高生活质量。合理饮食、规律进食、适量运动、补充水分和有效管理压力是保持胃肠健康的关键。尽量避免过度依赖药物,如果症状持续或加重,请及时咨询医生。

(作者供职于济宁医学院附属医院)

胃溃疡的症状和护理

□赵爱艳

胃溃疡是一种常见的消化系统疾病,通常表现为胃黏膜或十二指肠黏膜的溃疡性损伤。了解胃溃疡的病因、症状及采取适当的护理措施对于预防和管理这一疾病至关重要。

病因

幽门螺杆菌感染 幽门螺杆菌是一种常见的细菌,可以感染胃黏膜,引起慢性胃炎,甚至胃溃疡。这种细菌的感染与胃溃疡的发生有密切关联。

非甾体抗炎药的使用 长期或过量使用非甾体抗炎药,比如阿司匹林、布洛芬等,会损伤胃黏膜,增加发生胃溃疡的风险。

年龄 随着年龄增长,胃黏膜的修复能力减弱,增加了发生胃溃疡的风险。

酸度过高 胃酸分泌过多或

胃黏膜对胃酸的耐受性下降会导致溃疡形成。这可能是由胃黏膜受损、神经调节失衡或其他因素引起的。

吸烟 吸烟与胃溃疡的发生有关。烟草中的化学物质会影响胃黏膜,使其更容易受到损伤。

酗酒 过量饮酒会导致胃酸分泌增加,并直接刺激胃黏膜,增加发生胃溃疡的风险。

应激 长期的生活压力、焦虑和紧张会增加胃溃疡的风险。

遗传因素 有些人对胃溃疡有遗传倾向,即使在没有其他诱因的情况下也容易发生。

年龄 随着年龄增长,胃黏膜的修复能力减弱,增加了发生胃溃疡的风险。

疾病等会增加患胃溃疡的风险。

临床症状

腹痛 患者常感到上腹部或胃部疼痛,可能为刺痛或灼热感,通常在饭后数小时或夜间加重。

消化不良 包括胀气、暖气、食欲不振等。患者会有饱胀感,即使没有进食。

泛酸和胃灼热 胃酸反流到食管会导致泛酸感觉,患者喉咙灼热或有酸味。

体重减轻 长期存在的胃痛和食欲不振可能导致体重下降。

恶心和呕吐 在一些情况下,患者会感到恶心,甚至呕吐。

黑便或呕血 当溃疡引发出血时,血液可在胃中分解,导致

黑便。呕血是溃疡的严重并发症之一。

胃部不适 除了疼痛外,患者会感到胃部不适,可能表现为刺痛或沉重感。

平时护理

饮食调整 避免或减少摄入刺激性食物和饮料,比如辛辣食物、酒精、咖啡、醋和某些酸性食物。选择易消化的食物,比如米饭、面包、鸡肉等,有助于减少对胃的刺激。

定时进餐 保持规律的饮食习惯,避免过度饥饿或饱胀。少量多餐,有助于减少胃部压力和酸度。

控制应激 深呼吸、练习瑜伽、冥想或其他放松技巧可以帮助减轻应激。

戒烟 吸烟会加重胃溃疡的

症状,最好戒烟或避免吸二手烟。

避免非甾体抗炎药 阿司匹林、布洛芬等会加重溃疡症状,应避免或根据医生建议服用。

遵医嘱 定期复诊,按照医生的建议进行治疗并定期监测病情。

避免饮酒 饮酒可能刺激胃黏膜,增加溃疡的风险。最好避免或限制饮酒。

胃溃疡是一种需要引起重视的消化系统疾病。良好的生活方式和定期的医疗管理,可以有效预防和控制其发展。如有疑似胃溃疡的症状,应及时就医。

(作者供职于潍坊市人民医院)



汤昱供图

冠心病是一种常见的慢性心血管疾病,临床表现多样,治疗和护理也需要综合考虑。

临床表现 胸痛 这是冠心病的典型症状之一。胸痛通常描述为胸部的不适、紧压、沉重感或疼痛,位于胸骨后。这种疼痛可能向左肩、左臂、颈部、下颌或背部放射。通常,这种疼痛是由冠状动脉血流不足引起的,运动或情绪激动时加重,在休息或使用硝酸甘油后缓解。

呼吸困难 冠心病患者可在活动时感到呼吸急促,被称为劳力性呼吸困难。这是因为心脏不能有效泵血,导致机体组织缺乏足够的氧气。

心悸 患者会感到心跳加快或不规律,这是心脏受到影响的一个特征。

乏力 疲乏和虚弱,即使在轻微活动后也可出现这种感觉。

恶心和呕吐 心脏缺血时,患者会感到恶心,有时还伴随呕吐。

冷汗 患者可出现异常出汗,即使没有明显的劳动或热量条件下也可能发生。

晕厥和昏迷 冠心病会导致血液供应不足,从而引起晕厥或昏迷。

冠心病的症状可以因患者的年龄、性别、健康状况和其他因素不同而有所不同。

治疗 **药物治疗** 药物治疗是冠心病治疗的基础,主要包括抗血小板聚集药物、降血脂药物、扩张血管药物等。需要长期坚持,根据医生的建议调整用药方案。

介入治疗 介入治疗是冠心病的重要治疗方法,包括经皮冠状动脉介入治疗和冠状动

(作者供职于沂源县人民医院)

冠心病的治疗和护理

□李家兵

脉支架植入术等。介入治疗可以有效改善心肌缺血,提高患者的生活质量。

外科手术 对于严重的冠心病患者,外科手术也是一种选择,包括冠状动脉搭桥手术等。

护理 **心理护理** 冠心病患者容易产生焦虑、抑郁等不良情绪,因此,心理护理非常重要。护理人员应给予患者安慰和支持,帮助他建立信心,积极面对疾病。

生活护理 冠心病患者的生活护理也非常重要,要保持居室清洁、安静,避免噪音和刺激。

保持大便通畅 避免用力排便;注意保暖,预防感冒等。

饮食护理 冠心病患者的饮食应以清淡、易消化、低脂、低盐为主,避免暴饮暴食和辛辣、刺激性食物。多吃新鲜的蔬菜、水果和粗纤维食物,保持大便通畅。

运动护理 适当运动可以帮助冠心病患者改善心肺功能,缓解病情。但运动要适度,避免剧烈运动和过度劳累。

用药护理 冠心病患者需要长期用药,因此,用药护理非常重要。护理人员应指导患者正确使用药物,观察不良反应,及时调整用药方案。

总之,冠心病的临床表现多样,治疗和护理需要综合考虑。对于冠心病患者来说,长期坚持药物治疗、定期进行复查、积极配合医生的治疗建议是非常重要的。同时,家庭成员和护理人员也需要给予患者足够的支持和关爱,帮助他建立信心,积极面对疾病。

(作者供职于沂源县人民医院)