

艾滋病患者的心理护理方法

□ 邓佳蓉

由于艾滋病是由 HIV 病毒感染所致的一种传染性疾病,晚期死亡率极高,所以人们对于这种病毒的认识还很有限,更不了解其危害程度。为了确保患有该疾病的病人能够接受到有效的治疗,在临床实践中运用了心理护理作为一种干预措施,目的是帮助他们建立起自信,并提高他们对治疗的依从性。心理护理干预是针对艾滋病患者所采取的一种针对性措施,它能有效地提高艾滋病患者的生活质量。通过采取有效的心理护理措施,可以减轻患者的恐惧、焦虑和抑郁情绪,使他们更加积极地配合医护人员进行治疗,从而改善症状。

一、艾滋病患者的心理阶段反应

(一)震惊阶段:在诊断出患者的身份确认后,有一个的时间跨度,在这个时期的患者,大多数情况下将会经历一个极大的心理震撼阶段。疾病的实质、治疗方式和护理策略都可能会让患者感受到不同级别的焦虑、抑郁或紧张,这无疑大幅度地减弱了他们的生活体验。当被确诊这一结果后,一些病患可能会感到极度的不适。这批病人可能会表现出与癌症类似的心理状态,他们的感情可能会突然波动,情绪难以维持,要想找回稳定状

态,可能需要一段时间;一些患者由于极度的恐惧态度,表现出强烈的不接受或有自杀欲。

(二)存在疑虑的阶段:当患者被诊断后,在大概一个月时间内,心境开始逐步稳定下来。他们对医学的检查反馈日益表示疑虑,因此他们努力搜集与疾病有关的数据,与这些资料进行深入研究以比较其临床症状。他们致力于寻找与诊断相违背的描述,从而更加坚定地驳斥以前的诊断建议。从现有的研究数据分析,54.7%的 HIV 确诊后患者将会再次进行检查和诊断。然而,还有一大批患者很可能会面临第三次诊断这一阶段。很明显,大多数病例在被正式诊断前都经历过如紧张和焦虑之类的消极情绪,一旦出现,很难得到有效的修正。

(三)接受的时段:大约在被确诊后的第36到第45天内,调查揭示大概有一半的病患愿意主动去面对这一事实的真相。他们认为逃避和感到遗憾都不是好的解决办法;只有当他们主动寻求医疗服务时,他们的生活水平才可能有所提高。基于这种疾病的传染性,这种疾病不只是给患者在身体和心灵上带来了沉重的压力,也为社会提出了许多挑

战。因此,对疾病的最初筛查和及时的医疗方案正在逐渐受到社会的更多关注。在这个时期,医生们使用各种不同的方法来向患者传递关键信息,同时指导他们如何采纳合适的方法进行自我维护和健康管理。

二、艾滋病患者的心理护理

(一)与患者形成深入的友谊关系:多数人将艾滋病看作是背离社会伦理不道德的行为所致的疾病,因此普遍受到偏见和歧视的影响。艾滋病具有与生俱来的传播特性和多样的传播途径,使得不同群体之间更容易进行相互传播。因此,在提供医疗援助和护理服务的同时,应更加重视维护患者的权益和利益。而且在积极治疗的基础上,积极与患者形成良好的医患关系,以促进患者的治疗和康复。

(二)确保保护患者的隐私不受损害:医疗领域内的专业人士肩负着保障患者隐私的重任,因此,他们应当对病人的隐私及其知情同意权利给予高度关注。随着治疗技术在医学界的不断发展和完善,大众对医疗和保健服务期待的标准也在逐渐提高。为病人进行高质量的健康指导是提升医疗服务品质的核心措施之一。基于患者的年龄、职业特质、教育程度以及伴随多种基础疾病类别,护士

需要设计出恰当的健康宣教策略和计划。

(三)协助患者规范行为:由于艾滋病无法治愈,因此进行健康教育尤其重要。医学专业人士必须承担起向病患,尤其是处于生育期的男性和女性的宣传教育。大力宣传关于艾滋病防治的专业知识,并在教育过程中特别加强预防从事潜在高风险活动的重视。以达到共同深化对于感染难题理解,增进他们对于个人健康保护的理解,并且坚定地决意抵抗艾滋病病毒传播的目的。对此,也应鼓励他们更加主动地参与各种各样的教育活动。

结语:在感染这种疾病后,患者可能会体验到各种不良情绪,如受到歧视、被社会排斥、以及害怕自己被周围的社区或朋友抛弃,这些情感都严重削弱了他们的生活品质。再者,这种疾病通常在发病时很少被注意到,病情多变且复杂,这极大地增加了治疗延迟至最终死亡的可能性,甚至还可能给患者带来不可逆转的后续影响。为了降低这种疾病对公众产生的有害影响,提高疾病相关知识的覆盖率是关键,同时也需要加强患者对于疾病发生和治疗中可能出现的问题的认识,从而消除他们的错误观点和思维方式。

(作者单位:荔浦市人民医院)

如何有效管理哮喘与慢性阻塞性肺疾病

□ 毕杰刚

哮喘与慢性阻塞性肺疾病(COPD)是两种常见的慢性呼吸系统疾病,它们的症状、治疗和管理方式都有所不同。有效的管理对于这两种疾病都至关重要,以减轻症状、提高生活质量。以下是一些哮喘和 COPD 的有效管理策略:

一、哮喘管理

1.避免过敏原:了解并避免接触过敏原,如花粉、动物毛发等,有助于缓解哮喘症状。
2.药物治疗:根据医生的建议,使用吸入性糖皮质激素、长效 β_2 受体激动剂等药物治疗。务必按照医生的建议正确使用药物。
3.定期复查:定期就医复查,让医生了解

病情,调整药物剂量和种类。

4.健康生活方式:保持适当的运动和合理的饮食,有助于增强身体免疫力,减少哮喘发作的风险。

5.掌握哮喘发作的迹象:了解哮喘的发作征兆,如咳嗽、喘息、胸闷等,一旦出现这些症状,立即采取缓解措施。

二、COPD 管理

1.戒烟:戒烟是预防 COPD 最重要的措施,戒烟可以减缓病情进展,降低医疗成本。
2.健康饮食和运动:合理饮食和适当运动有助于增强心肺功能,减少呼吸困难症状。

3.家庭氧疗:对于病情进展、缺氧明显的患者,可以家庭氧疗,改善缺氧状况。

4.定期检查:定期到医院进行肺功能检查,评估病情,及时发现病情变化。

此外,对于这两种疾病,以下几点都值得重视:

1.定期进行体检:体检有助于及时发现并处理潜在的健康问题。
2.保持良好的生活习惯:充足的睡眠、规律的作息、良好的饮食和充足的饮水都有助于提高身体抵抗力。
3.心理调适:长期的慢性疾病可能会带

来一定的心理压力,因此保持良好的心态,寻求心理咨询帮助都是必要的。

4.紧急求助:在遇到紧急情况时,及时拨打急救电话或到急诊室就诊,确保得到及时的治疗。

综上所述,哮喘与 COPD 的有效管理需要从多个方面入手,包括避免过敏原、合理用药、健康生活方式、定期复查、健康饮食和运动、心理调适以及紧急求助等。同时,定期体检也是非常重要的,可以帮助我们及时发现并处理潜在的健康问题。只有通过全面的管理策略,才能有效控制哮喘和 COPD 的发展,提高患者的生活质量。

(作者单位:山东省淄博市沂源县中医院)

抗药性的产生原因与应对措施

□ 盛海政

抗药性是指病原体对药物产生的耐药性,导致药物对病原体不再具有杀灭作用。在临床上,抗药性的产生会使得疾病的治疗难度增加,因此我们需要了解并采取措施来应对。

一、抗药性的产生原因

1.滥用药物:不合理的用药,如随意增减剂量、更换药物品种、停药过早等,都会导致病原体产生抗药性。
2.频繁更换抗生素:频繁更换抗生素会增加病原体对不同抗生素产生抗药性的概率。
3.联合用药不合理:多种抗生素同时使用时,可能会发生拮抗作用,导致药物疗效下降。

4.忽视局部清洁和卫生:患者在使用抗生素期间,忽视局部清洁和卫生,导致病原体反复感染并产生抗药性。

二、应对抗药性的措施

1.严格遵循医嘱:患者在使用抗生素时,需要严格遵循医嘱,按时按量服用药物,避免随意停药或更换药物品种。
2.定期复查:患者在治疗期间,需要定期进行复查,以便医生了解治疗效果,并及时调整治疗方案。
3.避免过度使用抗生素:过度使用抗生素不仅会导致抗药性的产生,还会增加患者的经济负担。因此,我们需要加强公众健康教育,避免过度使用抗生素。

4.推广使用抗菌药物:对于非感染性疾病的治疗,可以使用抗菌药物来预防感染的发生。但是,在使用抗菌药物时,应遵循医生的建议,避免滥用抗菌药物。同时,对于感染性疾病的治疗,应积极开展微生物学检测,根据药敏试验结果合理选择抗生素,减少抗药性的产生。

5.采用综合性治疗措施:对于耐药菌感染的患者,除了药物治疗外,还应采取其他综合治疗措施,如加强营养、提高免疫力、减少感染播散等。

三、具体案例分析

假设小红因为感冒发烧需要使用抗生素治疗。医生根据小红的病情和可能的病原体,

合理选择了抗生素种类,并且告知了小红正确的用药方法。在这种情况下,小红严格遵循医嘱,按时按量服用了药物,并没有随意停药或更换药物品种。

综上所述,抗药性的产生与滥用药物等因素有关。为了应对抗药性,我们需要严格遵循医嘱,避免滥用药物等措施。对于具体病例,我们需要根据患者的病情、感染的病原体等因素,合理选择抗生素种类、剂量和疗程,避免滥用抗生素。通过这些措施,我们可以减少抗药性的产生,提高抗生素的治疗效果。同时,加强公众健康教育也是必要的,让公众了解滥用抗生素的危害性,从而减少抗药性的产生。

(作者单位:玉田县中医院)

慢性阻塞性肺疾病患者的家庭护理措施

□ 王玉璐

慢性阻塞性肺疾病(COPD)是一种常见的慢性呼吸系统疾病,其特征是持续气流受限和肺部炎症。COPD 患者通常需要长期治疗和管理,包括药物治疗、康复训练和家庭护理。本文将介绍 COPD 患者的家庭护理要点,以帮助患者及其家庭更好地应对这一疾病。

一、了解疾病

COPD 是一种可以预防和管理的慢性疾病。了解疾病的发展过程有助于患者及其家庭制定长期护理计划。通过预防急性加重和缓解症状,患者可以提高生活质量,延缓病情进展。

二、健康生活方式

1.饮食:鼓励患者摄入高蛋白、低脂肪的

饮食,多吃蔬菜水果,确保身体所需的营养。限制刺激性食品如辛辣、油腻食物的摄入。

2.运动:适当的运动有助于提高患者的呼吸能力,增强体质。可根据个人情况选择适合自己的运动方式,如散步、太极拳等。避免剧烈运动,以免加重病情。

3.戒烟:戒烟是 COPD 患者最重要的干预措施之一。戒烟可以显著延缓肺功能下降的速度,减少急性加重的风险。

4.保持环境卫生:保持室内空气流通,定期打扫卫生,减少灰尘和有害气体的吸入。

三、家庭护理要点

1.观察病情:密切关注患者的呼吸状况,如出现咳嗽、痰量增加、呼吸困难加重等症状,应及时就医。

2.家庭氧疗:对于病情进展导致缺氧的患者,可提供家庭氧疗。保持适当吸氧浓度,注意观察患者是否适应。

3.防止呼吸道感染:避免患者接触感冒患者,注意保暖,预防呼吸道感染。

4.规律用药:遵医嘱按时按量服用药物,不要随意增减剂量或更换药物。

5.心理支持:COPD 病程较长,患者容易产生焦虑、抑郁等情绪。应给予患者心理支持,鼓励他们积极面对疾病。

6.呼吸功能训练:指导患者进行呼吸功能训练,如深呼吸、腹式呼吸等,以提高呼吸效率。

四、定期检查与随访

患者应定期进行肺功能检查和血常规等

指标的监测,以便及时了解病情变化。医生会根据检查结果给予调整治疗方案的建议,患者应按时随访,遵医嘱。

五、社区与家庭支持

COPD 患者所在的社区可以组织一些康复活动,如瑜伽、太极拳等,以提高患者的身体机能。家庭成员应给予患者关爱和支持,帮助他们树立战胜疾病的信心。

总之,COPD 患者的家庭护理是一项长期而艰巨的任务。通过了解疾病、实施健康生活方式、关注病情变化、进行家庭氧疗和呼吸功能训练、防止呼吸道感染、规律用药、心理支持等方法,可以帮助患者及其家庭更好地应对 COPD。

(作者单位:枣强县王均中心卫生院)