

舒适护理在老年病护理中的应用

谭荣荣

山东省军区蓬莱离职干部休养所 山东 烟台 265600

摘要: 舒适护理是一种以患者舒适为中心的护理模式,适用于各种类型的医疗机构和各个年龄段的患者。在老年病护理中,舒适护理的应用可以有效地提高老年患者生活质量和健康水平,特别是在缓解老年病症状、减轻疼痛、促进睡眠以及预防并发症等方面。通过系统性地实施舒适护理,能够提高老年患者的满意度和护理效果,提升护理质量和水平。在老年病护理中,舒适护理的应用具有广泛的推广和普及价值,将在未来得到更多的关注和应用。

关键词: 舒适护理;老年病护理;应用

引言:舒适护理是一个以病人为中心的护理模式,力求改善病人的舒适性与生活质量。在老年病护理中,舒适护理的使用也能够帮助老年患者减轻痛苦和不适,提高生活质量,促进康复。在实际应用中,舒适护理需要护理人员具备一定的专业知识和技能,包括疼痛管理、药物治疗、心理支持等方面的知识和技能。同时,护理人员还需要具备良好的沟通能力和人际关系处理能力,与患者建立良好的关系,为患者提供温馨、细致、人性化的护理服务。

1 舒适护理的概念和原则

舒适护理是一种以人为本的医护服务理念,强调尊重病人的人性、尊严和需求,提供温馨、舒适的护理环境,促进病人身心健康和快速康复。舒适护理旨在改善医疗服务的质量和效率,减缓患者的疼痛和症状,增加患者的满足感和信任感。实践舒适护理,需要医护人员具有高度的敏感性、同理心和专业性,能够为患者提供全面、优质的护理服务。舒适护理包括以下方面:舒适的病房环境,及时有效的疼痛管理,人性化的交流和关怀,良好的营养和饮食计划,合理的活动和康复方案等,这些均可全面提升病人全身舒适度,加速康复进程。舒适护理理念的实践,加强医疗卫生行业文化的转型升级,为人民群众健康服务事业提供坚实的保障。

1.1 尊重患者的意愿和权利

护士必须尊重病人的自主性和决定权,协助病人制订个性化的治疗方案。这意味着护士必须和病人进行全面的交流,理解病人的需要与期待,协助病人作出自己的决定。医生应当尊重病人的决定,不应当强制病人相信医生的观点和意见。重视病人的意见和权利才能增加病人的信心和医疗质量。在实际应用中,护士可以通过以下几个方面尊重患者的意愿和权利:

1.1.1 个性化护理计划

护士们需要针对病人的需要与期望,制订个体化的护理计划。护士应当尊重病人的决定,不应当强制病人接受自己的意见或者提议。

1.1.2 提供信息

护士应该向患者提供充分的信息,帮助患者了解自己的病情和治疗方案。护士应该向患者提供多种治疗选择,帮助患者做出自己的决策。

1.1.3 尊重隐私

护士应该尊重患者的隐私权,不应该在未经患者同意的情况下透露患者的个人信息。护士应该在保护患者隐私的前提下,提供优质的护理服务。总之,尊重患者的意愿和权利是舒适护理的核心理念之一。护士应该尊重患者的自主权和选择权,帮助患者制定个性化的护理计划,以满足患者的需求和期望,提高患者的满意度和治疗效果。^[1]

1.2 关注患者的身心健康

舒适护理强调身心健康的综合性,认为身体健康、心理健康和社会健康是相互关联的,缺一不可。因此,在舒适护理中,护士不仅关注患者的身体健康,还关注其心理健康和社会健康,帮助患者缓解疼痛、焦虑、抑郁等不适症状,提高其生活质量和幸福感。关注患者的身心健康可以提高患者的生活质量和幸福感。当患者感到身心健康得到了关注,他们会更加积极地参与治疗,更加乐观地面对生活。这可以提高患者的生活质量和幸福感,促进康复。

1.3 提供个性化的护理服务

在舒适护理中,护士应该根据患者的特点和需求,制定个性化的护理计划。这意味着护士应该与患者进行充分的沟通,了解患者的需求和期望,帮助患者制定个性化的护理计划。护士应该尊重患者的决策,不应当强迫患者接受自己的意见和建议,满足患者的需求和期望。

1.4 促进患者的自我管理舒适护理鼓励患者参与护理过程,提高其自我管理能力,帮助其更好地控制疾病和恢复健康^[2]。

2 方法

舒适管理是一个以病人为核心的管理体系,力求提升病人的舒适感与生命品质。在慢性病治疗中,健康管理的运用能够帮助老龄病人缓解疼痛和症状,改善生命品质,增进健康。老年病是指发病于六十五周岁及以上的人群中的各种疾病,包括心血管疾病、糖尿病、骨质疏松症、阿尔茨海默病等。老年病患者常常伴随着各种病症和不适,如疼痛、呕吐、腹泻、失眠、焦躁、沮丧等,这些病症不但影响病人的健康,还会对病人的心理产生影响。

舒适护理的核心理念是以病人为核心,重视病人的心理健康与生活质量。在老年病治疗中,舒适护理的使用也能够帮助老年人减轻痛苦和不适,提高生活质量,促进康复。具体来说,舒适护理可以从以下几个方面应用于老年病护理中:

2.1 常规护理

2.1.1 加强沟通

老年患者入院后出于对疾病知识的缺乏加上角色的转换,往往容易产生孤独、不安的消极心态,不利于病情的处理和康复,护理人员应积极和老人交流,给老人讲述病情的有关认识和处理办法,增强其的依从感,并且叮嘱病人家属多来陪伴,以减少病人的担忧。

2.1.2 住院期间

对患者的膳食加以照顾,同时每日对血压加以控制,在药物的使用剂量方面加以照顾,并注重预防并发症。

2.1.3 留存患者的联系方式

在患者出院前,护理人员应该向患者询问其联系方式,如电话号码、地址等。护理人员应该将这些信息记录在患者的病历中,并告知患者可以随时联系,以便及时解决。留存病人的联系方式,可以方便护理人员了解病人的健康状况。当病人出院后,护理人员可采用电话、短信等途径与病人取得联系,了解其康复状况。护理人员可以询问患者的病情变化、用药情况、饮食情况等,以及是否存在其他问题。这可以帮助护理人员及时发现问题,提供必要的帮助和支持。留存患者的联系方式可以促进患者的康复。当患者感到自己得到了关注和支持,他们会更加积极地参与康复,更加乐观地面对生活,这可以促进康复^[3]。

2.2 舒适护理

2.2.1 病房环境护理

护理人员应该为病人营造了一种温暖、舒适的住院环境,以保证病区适当的温度和湿度,且定时开窗通气可以按照病人的需要,在病房内给患者配备微波炉、电磁炉、休息活动室等,另外还可在病房内放置花草或绿植等。护理人员要每天对病人的房间进行清理和消毒,避免微生物、病毒的侵袭。老年病患者由于与社交网络和多媒体接触较少,所以可以打发时的娱乐活动也较少,因此护理人员应该在地点摆放报刊书籍,以使病人体会到一个浓厚的文化氛围。

2.2.2 心理疏导

而临床数据也表明,老年人患者对癌症的畏惧和担忧程度远超青少年,以及中年人。护理人员在看护过程应及时关心病人的身心情况,当病人发生情绪低落或少语的现象要及时与病人做好交流,平时也要有机会和病人进行聊天另外也要做好病人父母的工作,督促病人的子女多花时间陪陪病人。

2.2.3 手术护理

针对需要进行手术治疗的,护理人员在收到治疗通知单时要向病人详细说明病情和治疗的有关资料,协助病人解决治疗的恐惧感,让病人能够主动配合治疗,术后告知病人治疗顺利,避免增大病人的心理压力,并告诉病人术后可能发生的反应及注意事项,辅以常规养护,促使病人术后更快康复。

2.2.4 恶心、呕吐护理

恶心和呕吐是常见的身体反应,可以由多方面造成,包括消化不良、病毒感染、食物副作用等。对病人而言,这些反应也会引起症状和疼痛,必须进行正确的护理和治疗。首先,护理人员需要知道病人的情况和体征,如呕吐和腹泻的次数、严重性以及时间。在判断病人的症状后,护理人员要咨询患者的病历、服药状况和饮食习惯等,才能有效的掌握病人的状况和制订正确的治疗方案。医护人员需要采取措施减轻病人的反应。这可以通过给予食物疗法、改变食物的液体摄入量、提供舒适的环境等。比如,护理人员可以为病人供给清淡易消化的饮食,如米汤、面食、蛋糕等,以免给病人带来刺激性东西,如辣、油腻等。另外,护理人员还可以给患者提供清凉的饮料,如冰水、茶等,以有助于减轻恶心和呕吐的情况。此外,医护人员也需要关注病人的安全。因为恶心和呕吐可能会造成病人昏迷或失去平衡,护理人员应该确保患者在行动时有足够的支持和帮助^[4]。因此,医护人员需要使用手杖、拐棍等辅助工具,来协助病人行动。此外,护理人员需要定期检查病人的体重、血压、心率等生命体征,以保证病人的身体平

稳。最后,护理人员也需要进行心理健康指导。恶心和呕吐会对病人的情感和身心状况造成影响,护理人员需要和病人进行沟通,了解他们的感受和需求,并提供适当的心理支持和安慰。例如,护理人员可以鼓励患者进行深呼吸、放松训练等,以帮助缓解焦虑和紧张情绪。总之,恶心和呕吐是常见的身体反应,需要得到适当的护理和管理。护理人员应该了解患者的病情和症状,采取措施缓解症状,注意患者的安全,提供心理支持和安慰,以帮助患者尽快康复。

2.2.5 睡眠管理

老年人的睡眠质量普遍较差,常常会出现入睡困难、夜间多次醒来等问题,这会对身体健康和生活质量带来负面影响。舒适护理在老年病护理中的应用,强调保护老年人的睡眠质量,通过为老年人提供舒适的睡眠环境和加强睡前关爱,帮助老年人建立良好的睡眠习惯,增加睡眠的连续性和深度,改善老年人的睡眠质量,提高其身体健康和生活质量。具体措施包括:保持安静、舒适的睡眠环境,控制室内温度和湿度,提供舒适的床铺和床上用品,帮助老年人进行放松训练和呼吸训练,避免在晚上饮用刺激性饮料等。

2.2.6 心理支持

在老年病患者中,心理健康问题尤为突出。因此,舒适护理的另一个应用领域是心理支持。通过提供温馨关怀、鼓励和支持老年患者,可以促进他们的情绪稳定和心理健康^[5]。舒适护理可以通过下列措施来实现心理支持:

(1) 与老年患者建立良好的关系,了解他们的生活习惯、嗜好和个性特点,尊重他们的意愿和需求。

(2) 提供情感支持,对老年患者的疾病、身体变化和生活中的困难进行倾听和关怀。

(3) 帮助老年患者找到适当的社区资源,如社交团体、义工服务等,以帮助他们保持社交活动和社区联系。

(4) 提供有关心理健康的培训和支 持,帮助老年患者学习如何应对和管理自己的情绪。

这些措施可以帮助老年病患者建立更健康、更积极的心理状态,提高他们的生活质量和幸福感。

2.3 合理活动

老年人的身体机能逐渐下降,骨骼肌肉的强度和柔韧性也受到一定程度的影响。因此,老年人需要合理的康复治疗来防止肌肉废弃和萎缩。在舒适护理中的合理活动方案,能够帮助老年人实现早期的病症缓解及其

功能的恢复。首先,合理活动的前提是需要了解老年人的身体状况,比如他们的传统体质(性别、年龄、体型),生理状况和活动水平。在制定康复方案的时候,应该根据这一信息为老年人设计有效的锻炼计划,包括身体耐力、柔软度、平衡性、力量和身体协调等各方面。身体耐力是指人体在进行运动时的耐受能力,适合老年人的身体耐力的训练包括慢跑、快走、骑车、游泳等有氧运动。腿部肌肉训练也可以包括爬楼梯、抬腿等练习。这些活动有助于减轻老年人的心肺负担,增加身体耐受力,同时还可以促进老年人的科学冥想。柔软度是指人体肌肉和关节的活动范围,同时也关系到身体的灵活性。在舒适护理中,针对老年人的柔软度锻炼可以采用徒手按摩、伸展等训练方式,可以有效地缓解动脉系统的硬化,增加肌肉活动的灵活性。平衡性是指人体站立的稳定性和控制纵向运动的能力,适合老年人的平衡性实验包括工作技巧训练、瑜伽等。平衡性训练可以有效避免跌倒和其他不必要的运动伤害的出现。身体协调是指人体各个系统之间的协调性,适合老年人的身体协调器的训练,包括足球、篮球、乒乓球、羽毛球、网球等。

结语:综上所述,舒适护理需要护理人员具备一定的专业知识和技能,包括疼痛管理、药物治疗、心理支持等方面的知识和技能。同时,护理人员还需要具备良好的沟通能力和人际关系处理能力,与患者建立良好的关系,为患者提供温馨、细致、人性化的护理服务。总之,舒适护理在老年病护理中的应用可以帮助老年患者减轻痛苦和不适,提高生活质量,促进康复。护理人员应该秉持以患者为中心的理念,为老年患者提供温馨、细致、人性化的护理服务,帮助他们度过晚年的美好时光。

参考文献

- [1]林莉莉.老年病护理中舒适护理的应用效果观察[J].实用临床护理学电子杂志,2020,005(002):10-11.
- [2]刘燕霞,崔世红,张敏,等.基于叙事医学护理在慢性老年病患者的临床应用[J].西部医学,2020,32(1):139-143.
- [3]石怀英,苏娅,黄志萍,等.OEC管理模式在老年病临床护理管理中的应用[J].中国基层医药,2020,27(5):614-616.
- [4]景希杰,岳翠平.探讨舒适护理在老年病护理中的应用[J].中国保健营养,2019,29(24):12-13.
- [5]张洪云.探讨舒适护理在老年肺性脑病患者中的应用[J].中国保健营养,2019,17(17):190.