

# 病毒性肝炎患者的分层护理策略：从急性期到慢性期的全程管理

何秋雷

温州市人民医院 浙江 温州 325000

**摘要：**病毒性肝炎对公众健康构成严重威胁，推行科学的分层护理策略对患者全程管理意义重大，从疾病急性期到慢性期，依据不同阶段患者的生理与病理特点，制定包含症状监测、心理干预、治疗配合、生活指导、并发症预防内容的分层护理措施。急性期侧重病情观察与基础护理工作，慢性期则注重培养患者长期自我管理 ability 以维持病情稳定，力求提升患者生存质量，延缓疾病发展进程，降低并发症发生风险，为病毒性肝炎患者的临床护理提供系统且全面的参考方案。

**关键词：**病毒性肝炎；分层护理；急性期；慢性期；全程管理

## 引言

病毒性肝炎属于全球性公共卫生难题，具备传染性强、病程漫长、易于反复等特征，随着医学模式朝着生物-心理-社会模式转变，针对病毒性肝炎患者的护理需要更加强调全程化与个性化。不同疾病阶段患者的需求存在明显差异，当前现有的护理模式难以满足全程管理的要求，探索从疾病急性期到慢性期的分层护理策略，能够精准契合各阶段的护理需求，提升护理服务质量与患者的健康结局，为临床护理实践提供优化路径。

## 1 急性期护理要点

### 1.1 病情监测与评估

急性期病毒性肝炎患者因症状明显、肝功能严重受损且病毒复制活跃，密切监测病情至关重要，护理人员需定时测量患者体温，发热常为病毒感染引发炎症反应的表现，体温波动可反映病情变化，要细致观察黄疸程度，查看患者巩膜、皮肤黄染情况及询问尿液颜色是否加深，判断胆红素代谢异常程度。凝血功能监测亦不容忽视，凝血酶原时间、部分凝血活酶时间等指标变化，能直观反映肝脏合成凝血因子的能力，若出现凝血功能障碍，可能预示病情恶化并存在出血倾向风险，需及时采取干预措施。

### 1.2 休息与环境管理

为患者打造安静、舒适且光线柔和的休息环境，对促进肝细胞修复、减轻肝脏负担意义重大，病房需保持空气清新，控制适宜的温度与湿度，通常温度维持在22-24摄氏度，湿度保持在50%-60%，这样的环境利于患者放松身心、提升睡眠质量。充足睡眠是保障患者体力恢复的基础，护理人员可协助患者调整作息，创造有利睡眠的条件，睡前避免强光和噪音刺激，必要时为患者

提供温水泡脚、听舒缓音乐等助眠措施，患者应减少不必要的体力活动，尽量多卧床休息，以降低机体代谢率，让肝脏获得更充足的血液供应，为肝细胞自我修复营造良好条件。

### 1.3 消毒隔离与治疗协助

严格落实消毒隔离措施，是阻断病毒传播、防范交叉感染的重要举措，病房需定期消毒，地面、家具等物体表面可用含氯消毒剂擦拭；患者使用的餐具、衣物等需单独清洗并消毒，护理人员接触患者时，必须规范穿戴防护服、口罩、手套等防护用品，严格执行手卫生规范，防止自身感染及病毒在患者间传播<sup>[1]</sup>。在协助患者完成检查与治疗时，护理人员要提前向患者说明检查目的、流程及注意事项，消除其紧张恐惧心理，确保按时、准确为患者用药，密切观察药物不良反应，如抗病毒药物可能引起的胃肠道不适、乏力、头晕等症状，若发现异常，及时报告医生并采取处理措施。

## 2 稳定期过渡护理

### 2.1 心理状态关注与疏导

当患者从急性期进入稳定期过渡阶段，病情虽有缓解但仍不稳定，此时患者心理状态极易波动，经历急性期身体不适及对疾病未知的恐惧，患者常易出现焦虑、抑郁等负面情绪，焦虑会使患者过度担忧病情反复、对治疗效果缺乏信心，抑郁则会导致情绪低落、失去康复动力，这些负面情绪会严重影响康复进程。护理人员应主动与患者沟通，倾听其内心想法与感受，给予充分理解与支持，运用认知行为疗法等心理护理技巧，帮助患者纠正对疾病的错误认知，引导其看到病情好转的积极面，树立战胜疾病的信心，以积极心态面对后续康复。

### 2.2 活动指导与康复训练

随着患者身体状况逐步好转,指导其逐步恢复活动是稳定期过渡护理的重要内容,护理人员需依据患者具体身体情况,为其制定个性化运动计划,从简单的床边活动起步,像翻身、坐起、床边站立等,再逐步增加活动量与活动范围,患者进行床边活动时,护理人员要在一旁协助,保障患者安全,防止跌倒等意外情况发生。当患者适应床边活动后,可过渡到在病房内行走,慢慢增加行走距离与时间,之后,根据天气和患者身体耐受程度,安排适当户外活动,在医院花园散步等,经过循序渐进的活动指导与康复训练,既能增强患者机体抵抗力,促进身体机能恢复,也有助于改善患者心理状态,提升其自我认同感与康复信心。

### 2.3 健康知识宣教强化

在稳定期过渡阶段,加强对患者的健康宣教,对于提高患者对疾病的认知水平、为进入慢性期的自我管理奠定坚实基础起着关键作用,护理人员应系统地为患者讲解病毒性肝炎的病因、具体传播途径、多样化治疗方法以及预后等相关知识,经过通俗易懂的生活化语言、搭配图文并茂的彩色宣传资料,让患者深入了解疾病从发生到发展的完整机制,清晰明白自身所患疾病的独特特点与规范化治疗的必要性,详细告知患者不同治疗方法的具体作用机制与可能出现的各类不良反应,抗病毒药物可能引发的胃肠道不适、乏力、头晕等症状,使患者在整个治疗过程中能够更主动、精准地配合<sup>[2]</sup>。向患者着重强调疾病预防复发的重要意义,如坚持保持良好的个人卫生习惯、避免与病毒携带者进行密切接触等具体注意事项,切实提高患者的自我防护意识,为后续慢性期的自我管理做好全面的知识储备与充分的心理准备,让患者能够在日常生活中熟练掌握自我照料技能,有效预防病情出现反复。

## 3 慢性期管理重点

### 3.1 个性化治疗方案实施与监督

慢性期病毒性肝炎患者病程漫长,制定个性化治疗方案并确保其严格执行是护理工作的核心要点之一,医护人员需综合考量患者年龄、性别、病情严重程度、病毒类型、既往治疗史及个体身体状况等多方面因素,为患者量身定制最适宜的治疗方案,治疗方案可能涵盖抗病毒治疗、免疫调节治疗及对症支持治疗等多种手段的联合应用。治疗过程中,护理人员要肩负起监督患者遵医嘱按时服药的重要职责,向患者详细阐明按时服药的重要性及漏服、错服药物可能导致的不良后果,可设置服药提醒、发放用药记录卡等方式,帮助患者养成良好的服药习惯,定期督促患者到医院复查肝功能、病毒载

量等关键指标,以便医生依据检查结果及时调整治疗方案,确保治疗效果实现最大化。

### 3.2 健康生活方式指导与养成

指导慢性期患者建立健康的生活方式,对维持病情稳定、延缓疾病进展有着至关重要的作用,在饮食层面,护理人员需为患者制定科学合理的饮食计划,着重强调均衡营养的重要意义。需严格要求患者戒烟限酒,因为香烟中的尼古丁和酒精都会对肝脏造成直接损害,进而加重肝细胞的损伤,还要提醒患者避免过度劳累,保证充足的休息与睡眠时间,合理规划工作与生活,杜绝熬夜现象,让肝脏在良好的生活节奏中得到充分的修复与调养,从而增强机体的免疫力,有效抵御病毒对肝脏的持续侵害。

### 3.3 病情自我监测与心理支持

教会慢性期患者识别病情变化的信号,是提升患者自我管理能力、保障自身健康的关键所在,护理人员需经过细致的讲解与直观的示范,让患者清晰知晓当出现乏力症状加重、黄疸再次显现、肝区疼痛程度加剧、食欲显著减退、腹胀不适等症状时,可能预示着病情出现波动或恶化,此时患者应立即前往医院,接受进一步的检查与治疗,关注患者的心理健康同样是慢性期护理的重点内容<sup>[3]</sup>。由于长期患病,患者可能面临经济压力、社会歧视等诸多现实问题,容易滋生孤独、自卑、焦虑等负面情绪,护理人员要与患者保持密切的沟通交流,给予他们充分的心理支持与精神鼓励,引导患者积极参与社会活动,加入病友交流团体、参加社区康复活动等,让患者在与他人的沟通互动中获取情感支持,缓解心理压力,重新融入社会生活,提升生活质量,以积极乐观的心态面对漫长的慢性病程。

## 4 并发症预防护理

### 4.1 并发症风险评估与监测

病毒性肝炎若未得到有效控制,极易引发一系列严重并发症,如肝硬化、肝性脑病、肝癌等,这些并发症会显著加重患者痛苦,更可能危及生命,在护理过程中,密切关注患者病情变化、定期开展全面的并发症风险评估与监测至关重要。护理人员需熟悉各类并发症的早期症状与体征,对患者进行细致观察,如每日检查腹部情况以判断是否有腹水产生,留意患者精神状态及行为举止,及时识别肝性脑病的前驱症状,定期协助患者进行腹部超声、甲胎蛋白检测等相关检查,以便及时发现并发症迹象,为及时干预治疗争取宝贵时间。

### 4.2 针对性预防措施实施

针对各类并发症,落实针对性预防举措是降低并发

症发生概率的核心，面对存在肝硬化倾向的患者，护理人员需密切监测腹水变化状况，借助测量腹围、观察下肢水肿程度等途径，评估腹水消长情况，指导患者践行低盐饮食准则，减少水钠潴留问题，降低腹水生成风险。留意患者脾功能亢进表现，像血常规里白细胞、血小板计数的波动，及时察觉因脾功能亢进引发的血细胞减少，采取对应的治疗和护理手段，对于肝性脑病高危患者，尤其要留意规避诱发因素，严格把控患者蛋白质摄入量，防范因高蛋白饮食致使血氨升高，进而诱发肝性脑病。

#### 4.3 患者健康指导与依从性提升

强化患者健康指导，增进患者对并发症危害认知及预防方法了解，对提升患者依从性、有效防范并发症意义重大，护理人员可举办健康讲座、发放宣传手册、开展一对一讲解，向患者介绍并发症危害，使其认识预防重要性<sup>[4]</sup>。为患者讲解预防措施操作方法与注意要点，保证患者理解掌握。鼓励患者参与自身护理，配合饮食控制、按时服药、定期复查。

### 5 护理质量优化

#### 5.1 评价体系构建与效果评估

搭建完备护理质量评价体系，是提高病毒性肝炎患者护理质量的有力支撑，评价体系要覆盖护理全程关键环节和指标，包含患者病情监测精准度、护理措施落实时效与成效、患者对护理服务满意程度等。定期全面评估护理措施实施效果，采集患者生理指标数据、观察康复进展、收集患者反馈等途径，客观判定护理工作是否达成预期，评估时采用科学数据分析手段，量化分析各项指标，精准定位护理工作存在的问题，为后续改进提供依据，不断优化护理质量，契合患者护理需求。

#### 5.2 护理人员专业培训强化

护理人员专业素养直接左右护理质量好坏，故而加强护理人员专业培训，提升其对病毒性肝炎各阶段护理要点把握程度与实际操作能力极为关键，培训内容需涉及病毒性肝炎前沿医学知识，诸如疾病发病根源、诊断方式、治疗新成果等，促使护理人员及时知晓行业新动向，从而为患者呈上专业护理服务。重点强化各阶段护理技能培训，像急性期病情严密监测方法、慢性期患者自我管理引导手段、并发症预防护理具体操作等，借助

理论阐释、案例解读、模拟实操等多样培训形式，加深护理人员对护理要点的领会与牢记，切实提高其实际动手能力。

#### 5.3 信息化管理与多学科协作推进

运用信息化管理手段，为护理质量提升注入全新动能，搭建系统化的患者健康档案信息平台，将患者从疾病急性期到慢性期的各类护理相关信息，进行全面数字化录入、存储与管理，实现护理信息在不同工作场景下的实时传递共享和持续性动态追踪，护理人员可经过该平台，随时便捷查阅患者既往病史、系统治疗记录、各项护理措施执行进度等详细信息，为制定契合患者个体状况的护理计划，提供详实且精准的数据支撑<sup>[5]</sup>。积极促进多学科深度协作，有效突破学科间的固有界限，联动医生、营养师、心理医师等不同领域专业人员，共同参与患者全程护理工作，定期组织召开多学科病例研讨会，针对每位患者的具体病情特点，从多学科专业维度深入分析探讨，制定科学全面、切实可行的综合护理方案。

#### 结语

病毒性肝炎患者从急性期迈向慢性期的分层护理策略，达成全程管理的精细与有序，凭借各阶段适配护理举措，切实改善患者健康状态，削减并发症发生几率。伴随医学技术演进和护理理念革新，需进一步推进分层护理策略探究，融合人工智能、大数据等前沿技术，达成护理方案的智能定制，为病毒性肝炎患者供给更优良高效的护理服务，推动患者生存质量提升与预后改善。

#### 参考文献

- [1] 王晓红.病毒性肝炎患者的护理干预研究[J].中国医药指南, 2024, 22(11): 145-146.
- [2] 李明.病毒性肝炎患者的护理策略[J].中国社区医师, 2023, 39(12): 112-113.
- [3] 张丽.病毒性肝炎患者的护理体会[J].中国医药指南, 2023, 21(23): 156-157.
- [4] 刘洋.病毒性肝炎患者的护理措施探讨[J].中国医药指南, 2024, 22(15): 123-124.
- [5] 陈静.病毒性肝炎患者的护理方法及效果分析[J].中国社区医师, 2024, 40(8): 108-109.