

# 乳腺癌术后护理应该注意的问题

盛 丽

四川省巴中市通江县人民医院 636700

【中图分类号】R473.73

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 ( 2019 ) 08-075-02

在当下,乳腺癌是危害女性生命最常见的恶性肿瘤之一,手术前,手术过程中及术后,病人从身体到心理都承受着巨大负担,手术切除组织多、胸部明显畸形,影响女性的外观形象。患者能否以最好的状态与病魔斗争,需要医护人员的专业护理也需要家人的陪伴,那么乳腺癌术后有哪些需要注意的呢?

## 一、关于医护人员护理有哪些需要注意的呢?

观察生命体征患者一般会在硬膜外和静脉复合麻醉下进行乳腺癌手术,当手术结束后,患者应去枕平卧 6 小时。由于乳腺癌手术属于大型手术,因此护士应随时观察病人病情,护士应每小时进行一次监测病人血压、脉搏、呼吸等生命体征,待患者各项指标平稳后两小时进行一次监测。

当病人清醒且生命体征平稳后,应让患者处于半仰卧状态,鼓励患者多进行深呼吸,预防肺部并发症,也更有利于呼吸和引流,避免手术肢体水肿,观察患者伤口敷料是否干燥及引流管是否通畅。

对患者进行心理护理。乳腺癌手术与其他手术不同,手术会对病人的身体产生一定的影响,所以许多女性在术后出现心理病态、难以接受,较多反应为焦躁不安、消沉、敏感多疑甚至出现极端的拒绝治疗的情况。

护士应主动与病人沟通并取得病人的信任,在对患者进行心理护理后,采取患者最容易接受的方式进行治疗,治疗过程中护士应经常巡视、交谈,让病人意识到治疗的必要性,与此同时提前告知病人不良反应避免患者焦虑不安。

医务人员在治疗前应根据病人的困扰给予相应的解释,为病人建立与疾病作斗争的信心,让患者明白,癌症在及时的治疗加上积极的心态的基础上是可以治愈的,并且可以介绍相关成功案例,鼓励病人,减少患者内心恐惧。

协助护理术后根据患者自身的情况以及需求,在护士的协助下可以进行适当的运动,术后 24 小时内指导患者活动手指和腕部,可作伸指,握拳,屈腕等锻炼。术后 1 到 3 天,可以用健侧上肢或他人协助患侧上肢进行曲肘,伸臂等锻炼。术后 4 到 7 天,协助和鼓励病人用患侧手洗脸,刷牙和进食等,并做以患侧手触摸对侧肩及同侧耳朵的锻炼。术后 1 到 2 周协助病人做肩关节活动,同时防止引流管脱落。

饮食指导在术后应鼓励患者进食营养丰富的食物,食物种类尽量多样化,且进行合理调配,这样可以提高患者机体抵抗力,并且对治疗和康复都十分的有利。多食高蛋白,高维生素,高热量和低脂肪的食物。搭配上应注意多吃易消化易吸收的蛋白质食物,比如牛奶、鱼类和豆制品等,在食物摄取过程中应适当补充糖类,若患者进行放射治疗,那么体内的糖代谢遭到破坏,所以多补充葡萄糖的效果较好,也可以多吃蜂蜜、马铃薯等含糖丰富的食物;患者进行乳腺癌手术,术后更应多进食具有抗癌作用的食物,比如黑木耳、蜂王浆等等。

患者的饮食应尽可能多样化,保证色香味俱全促进患者食欲,烹调食物应尽可能采取蒸、煮、炖的方法,避免油炸等

难以消化的食物,术后也要禁止饮酒以及刺激类饮品。

化疗护理对需要进行化疗的患者和家属提前介绍化疗的作用、方法及不良影响,提前为患者做好心理准备,告诉患者恶心、呕吐、脱发等症状都是正常现象,治疗结束后便可以缓解,无需过度紧张。化疗期间因全血细胞减少、机体消耗大,所以患者尽量减少活动,多休息;化疗也会对胃肠道产生影响,所以患者多无食欲,但也要正常进食,以清淡、营养、易消化为主;化疗结束后患者的免疫能力下降,所以应预防感染,保证室内清洁,常开窗通风保持患者皮肤及口腔的清洁。

健康指导护士在患者进行手术后,应正确为患者及其家属介绍乳腺癌的发病原因,教会患者如何自理以及家属应怎样进行照顾,如患者对自身手术疤痕十分在意,以后可根据自身情况进行乳房再造术。

护士应劝告患者改变不良生活习惯,如暴饮暴食、酗酒、吸烟、超重等,术后患者要合理改善饮食、避免熬夜合理进行休息,保持心情愉悦,护士还可以与患者进行交流重建患者生活信心,恢复往日自信。

## 二、术后家属应注意哪些护理问题呢?

(一) 饮食护理手术后患者的饮食是十分重要的,结合护士给予的饮食指导的基础上,还要确保患者摄取足够的维生素、蛋白质和无机盐,这样才能有利于伤口愈合。手术常伴随不良反应,患者多有食欲不振的状况,这会对患者带来短暂性痛苦,此时家人应鼓励病人与病魔斗争,并适当吃一些营养丰富的生物,确保身体能够承受治疗。

摄取食物也要避免暴饮暴食,应有节制,营养过剩也不利于术后恢复,所以,在治疗后,处于恢复期的患者,在正常的营养需求下,坚持适度饮食原则。

(二) 生活护理在治疗期间,病人的身体虚弱,所以在术后家属应多加留心。患者术后抵抗力较差,为了防止术后感染,家属应减少病人与外界接触,避免到公共场合,此时患者受到细小的损伤都可能引起细菌感染,所以要避免创伤、患肢抽血、量血压等行为,也尽可能避免蚊虫叮咬、高温照射、避免穿紧身衣、吊带内衣等,一定要做好护理工作防止感染。

(三) 康复训练术后,家属应帮助病人进行康复训练,一般情况下,术后前两三天便可以进行上肢活动,试着用健侧上肢辅助患肢做伸展运动。术后可进行循序渐进的上肢运动,十天左右便可以将患肢举过头顶,根据伤口愈合情况进行反复抬举、扩展等活动,术后应根据自身情况进行康复训练,切不可急躁,也不能不进行任何康复训练。

(四) 心理安慰及陪同患者术后更需要来自家人的关怀,特别是丈夫的鼓励和关爱,患者在进行手术后内心的焦虑多疑还是希望和亲近的家属进行倾诉,所以家属还应协助医生做好心理辅助工作,劝说和陪同病人坚持治疗。

(五) 术后修补措施爱美是女人的天性,为了减少患者的

(下转第 76 页)

# 精神科和心理科的区别

史会兰

彭州市第四人民医院 四川成都 611933

【中图分类号】R749

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596(2019)08-076-01

笔者今天想说一下，是笔者近来发生的一件事，笔者有位朋友在去年生了二胎，这无疑是一件喜事，我们大家都为她高兴，但是最近通过交谈，总发觉她有一些焦虑，抑郁以及对任何事情都打不起精神的状态，对于生活好像无所眷恋，对于二胎的小儿子和大姑娘并无特殊的爱恋，对于二胎更是谈不上喜欢，言语之间总透露着一股想要轻生的念头，总是说起生活无所谓，日子无所谓，生命也无所谓，家人朋友对她这种状态甚是担心，笔者的另外一位朋友建议她去看一下医生，因为他现在的状态和产后抑郁实在太相近了，其实笔者也是这样想的，觉得她真应该看下心理医生。朋友听从了大家的建议，在医院的时候给我打了一个电话问我这种情况应该看精神科还是心理科呢？笔者想大家对心理科和精神科可能不是很了解，其实这两个科室是有一定差异的，具体有什么差异医者在下文要仔细的阐述下。

## 1 什么是精神科

在现代医学中精神病学是重要的分支组成，精神科主要研究和精神障碍有关的致病因素，发病机理以及临床症状、表现，规律以及判断，预防，治疗和康复有关的问题。从我国目前精神病学现状来看精神病学在理论上涉及到很多分支，其中以自然科学，心理科学为主，同时和社会科学分支都有相关性，经过不断的发展和实现，已经处于和社会以及心理卫生结合的阶段。总而言之，精神科医生所面对的病人基础上已经处于意识脱离了社会以及群体，脱离的正常的生活，活在无知的个人世界里面的病人。

## 2 精神科主要治疗什么疾病

其实精神科主要治疗的疾病还是以精神为主，精神类疾病主要表现在心理活动紊乱、行为紊乱。根据目前研究结果证实，在社会以及家庭环境的作用下，在加上病人自身神经生化因素、遗传因素等内在因素反应相互作用下，所导致病人出现以行为活动、心理活动以及神经系统紊乱为主的疾病，都统称为精神病。精神科所看疾病有：精神分裂症、情感精神障碍、脑器质性精神障碍等。

## 3 什么是心理科

心理科也是临床比较常见的科室，主要是使用心理学方法和原理，对于心理以及情绪方面存在问题的人进行治疗，干预、预测以及理解。心理科所看疾病有：因心理问题而存在入睡困难、易醒、夜间醒后难以再入睡、早醒、睡眠浅等；以及各种神经症及躯体疾病情绪问题，比如焦虑症、强迫症、

恐怖症、疑病症；以及因亲子关系、就业、婚姻而出现焦虑等出现的情绪问题等；儿童青少年学习，情绪问题等。

## 4 心理科和精神科的区别

对于心理科和精神科大家都有所了解，认为这两种科室都差不多，其实不是的，这两种科室还是有所差别的，具体有什么差别，笔者在下文中将要阐述下。

### 4.1 服务人群的差别

精神科主要面对的疾病有精神分裂症、情感精神障碍、偏执性精神病以及脑器质性精神障碍症等，同时精神科也会收治一些比较严重的神经症以及人格障碍症患者。心理科主要面对遇到心理困惑或者是受到心理因素所困扰的正常人群，同时还会收治一些因心理因素或是被心理问题所困扰的人，例如睡眠障碍人群，焦虑症，抑郁症，适应障碍等。

### 4.2 患者就诊方式不同

来我院精神科就诊的患者，大多数都是由家属陪同或是警察将患者强制送来就医，但是患者本人往往不承认自己存在疾病。而来我院心理科就诊的患者，多数都是自行前来，多数都是本人认为自己存在心理问题或是被心理问题所困扰，大多数患者都存在想要改变现状的就诊动机，此类患者多数都是自主要求治疗并非强迫。

### 4.3 就职人员不同

精神科就职医生多数都是医学精神科毕业的学生，在学校受到过很多关于精神疾病的教育、生物学的教育，具备处方权，并擅长诊断。心理科，就职医生同样也是医学专业毕业，主要的治疗手段为使用心理学有关的技巧以及方式，视病人情况不同而采用不同的治疗方法，两者在本质上有较大差异，精神科以药物以及其他治疗方式，例如MECT等为主，而心理科以心理疏导、干预为主同时药物辅助治疗。

### 4.4 治疗理念的差异

精神科主张以药物治疗为主，心理疏导为辅，而心理科恰恰相反，以心理干预为主，以药物治疗为辅。

### 4.5 就诊环境不同

精神科所处医院，多数都由家属陪同或是由家属强制过来，在医院中需要排队叫号和治疗，但同时也会对病人保守隐私。而心理科相比来讲是比较隐秘的，而且实施预约挂号等的形式，对病人的隐私实施保密性质。

笔者在此文中阐述了心理科和精神科的区别，希望大家在本质上可以区分两者，在遇到困难时可以找到适合自己的科室。

(上接第75页)

心理压力也为满足患者的心理需求，家属可以建议患者进行保乳手术或乳房再造手术。如果不愿进行手术也可以选择配戴义乳来保持女人的完美体形，并且可以消除预防切除后胸部不平衡而产生的肩部肌肉酸痛等现象。

乳腺癌不仅可以击垮一个病人，还会给一个家庭带来严重的负担，虽然术后护理不是一件容易的事情，但是如果护理

得当病人可以尽快脱离痛苦，积极的与癌症抗争。

乳房对于女人来说十分重要，尽早的发现乳腺癌可以最大程度的保留乳房。在日常生活中，我们提前预防疾病的发生，在产生病症时积极正确的面对，在术后建立正确的态度和生活方式。由此，才能更好的进行术后恢复和有效的预防并发症及后遗症的发生，最大程度的促进身体康复和生活质量的提高。