

直肠癌日常护理怎么做

谢妍红

四川省通江县中医医院 636700

【中图分类号】R473.73

【文献标识码】B

【文章编号】2096-0867(2021)01-168-02

随着人们年龄上涨,身体素质会逐渐下降,各种病症的发生概率则会不断上升,直肠癌就是其中一种。直肠癌属于日常中较为常见的一种消化道内产生的恶性肿瘤,一旦患上直肠癌,会对患者的日常生活产生较为明显的影响。让我们一起来了解一下直肠癌的病因、临床表现以及日常护理方法。

一、直肠癌的病因

直肠癌的发病原因颇为复杂,而且主要发病年龄是50岁以上。它不是由某一种单独的原因引起的,而是环境、生活习惯、饮食以及遗传等因素共同作用的结果。其实大多数直肠癌患者一开始都患有腺瘤性息肉,而后演化为直肠癌。

(一) 生活习惯

大多数患有直肠癌的患者,都存在着吸烟、肥胖、运动少这些不良习惯。烟草中的尼古丁是一种致癌物,经常吸烟的人群非常有可能患上直肠腺瘤。一旦人过于肥胖,身体的各种器官会处于亚健康状态,而且长期肥胖的人群心理会产生压抑感,这种心理因素也会在一定程度上影响健康。众所周知,多运动会加快肠道的蠕动,促进身体的新陈代谢,如果人的活动频率较少,肠道蠕动较慢,粪便排不出,那么肠道与粪便中的致癌物长期接触,非常有可能患上直肠癌。

(二) 饮食因素

维生素、低纤维、蛋白质以及其他微量元素摄入较少的人群,非常容易患上直肠癌。

(三) 遗传因素

根据可靠调查能够得知,所有直肠癌患者中20%左右的患者都有着家族直肠癌遗传史,所以如果家中的直系亲属患有直肠癌,那么其家人出现直肠癌的概率会非常大。

二、直肠癌的临床表现

直肠癌早期一般不会出现任何症状,随着病情的发展和病灶范围的扩大,会出现大便频繁、排便时肛门不适感、排便习惯与以往发生较大改变等情况。

(一) 排便习惯改变

直肠癌早期患者的排便习惯改变主要表现在,经常会出现腹泻或便秘,排便时经常会出现不尽感,随着肠道内肿瘤的不断长大,直肠癌患者能明显发现个人大便逐渐变细。

(二) 便血

肠道内的肿瘤本来就较为脆弱,当大便经过肿瘤时,非常容易引发出血。一开始粪便表面会出现血或黏液,随着肿瘤溃烂,大便时会有粘液排出。

三、直肠癌患者的日常护理

直肠癌的日常护理分为术前和术后护理。

(一) 术前护理

1. 心理护理

护理人员首先要向直肠癌患者详细讲述直肠癌的术前护理有关事项,向患者阐述直肠癌患者将要永久做的人工肛门的

必要性。而且要告诉患者做了人工肛门后,只要经过一段时间的训练,就能实现自主排便,而且对患者的日后生活不会产生任何影响。通过讲述和耐心劝导稳定病人情绪,提高病人手术配合度。

2. 饮食护理

在手术开始之前,护理人员要多提供给患者含有高蛋白、维生素丰富、渣滓少的食物,必要时,护理人员可以对患者进行静脉输液,平衡水电酸碱,提高患者对直肠癌手术的耐受性。

3. 肠道准备

①直肠癌手术的前三天患者要食用无渣滓、半流质的食物,手术前两天患者只能食用流食,手术前一天患者需禁食,这能有效减少患者肠道内的物质形成。

②为了保证手术顺利进行,术前一天护理人员要为患者提供泻药,帮助患者清理肠道内的物质。

③手术前三天护理人员要让患者服用抑菌药物,并向患者详细讲解药物作用。

④如果患者在手术前出现肠梗阻症状,应适当增加护理人员对患者的肠道准备工作。必要时可以选择灌肠,也就是用大小粗细合适的肛管,轻轻清理患者的肠道。

(二) 术后护理

1. 心理护理和健康指导

①护理人员要向患者讲述外科手术后的直肠癌护理注意事项,大致了解了直肠癌术后的护理内容后,患者能更好的配合护理人员的工作。

②护理人员在患者手术结束后,要提醒患者尽量多食用消化快、渣滓少,而且不会在体内产生过多气体的食物。护理人员还要时刻提醒直肠癌患者坚决不能食用生冷、辛辣等会对肠胃产生极大刺激的食物。容易让身体产生气体的食物有地瓜、空心菜、玉米以及各种豆类,除了食物的原因,饮食习惯也有可能造成肠道内气体产生,例如进食速度太快,吸入过多空气,咀嚼类似口香糖的食物或者喝碳酸饮料。

③护理人员要提醒患者术后定时排便。手术后初期患者可能会对人造肛门不太适应,但经过一段时间的训练后,会逐渐适应人造肛门的排便习惯。完全适应了人造肛门后,护理人员可以引导患者参与一些日常活动,恢复患者的正常生活。

2. 饮食护理

患者在手术结束后,为了保持肠道内的通畅,要禁食,等待肠道蠕动功能恢复后,直肠癌患者才能拔出体内的胃管,循序渐进的服用流质食物。对于保留肛门的患者来说,术后一周半以内只能服用流质食物,一周半以后可以服用半流质食物,两周后就能进行正常饮食。对于使用人工肛门的患者来说,肛门排气后就能循序渐进的从半流质饮食到普通饮食

(下转第169页)

ICU 谵妄该怎样护理

罗贵强

泸州市人民医院 四川泸州 646000

【中图分类号】R473.74

【文献标识码】B

【文章编号】2096-0867(2021)01-169-01

在治疗 ICU 患者时，不仅要重视对其本身病症的治疗，而且还要重视患者护理工作，如果在护理上存在不到位的问题，那么将产生谵妄症，这对于本身就有严重病症的患者来说更是雪上加霜，所以要做好 ICU 谵妄护理。

一、ICU 谵妄的发病原因

ICU 谵妄病症的发病原因主要为：（1）个人和环境。在 ICU 中工作的医务人员十分忙碌的，而且在 ICU 病房中配备有各种各样的仪器，以便应对于突发情况，当患者每天都看见如此繁忙的工作人员和大量的仪器，其难以与他人进行沟通，从而导致产生 ICU 谵妄。与此同时，在 ICU 病房中一直处于光亮的状态，监护仪器常常会发出报警声音，再加上同病床环境经常会因为疼痛发出呻吟声等等，这些都会给患者的听觉与视觉带来过大的负荷，从而使其内心出现恐惧或是焦虑等心理。ICU 谵妄主要是多发于男生、性格内向以及老年人等人群身上。（2）疾病与药物。身处 ICU 的病人主要都是病情十分严重的患者，因为疾病本身将会产生非常大的疼痛或是不适，如此则导致患者对于疾病从内心产生非常大的恐惧，从而引发 ICU 谵妄症。在 ICU 病房中经常使用的药物如止痛剂等等，这些药物也会增加该病症发病的概率。（3）其他方面。在 ICU 中常常需要对其进行特殊的护理与治疗，在很多时候病人都会在睡觉中惊醒，导致其睡眠时间较少而且质量较差，而且在使用镇静剂时也会造成病人失眠出现紊乱。另外，在 ICU 中还会常常将自己的身体暴露给他人，让病人感受到了屈辱，同时亲人探视时间严格受限，让病人十分缺乏安全感，导致其内心感到焦虑，继而产生谵妄症。

二、ICU 谵妄的护理措施

首先，改善患者所处的环境。环境将会对患者的心情产生直接影响，改善其周围环境，让患者一直处于十分舒适的环境中能够让其心情保持良好的状态，避免其出现焦虑等心理问题。在环境的改善上应当最大程度减小 ICU 病房中的声音，在夜间要关闭灯光，让患者能够在夜晚得到安稳的休息。当患者在进入 ICU 病房之前要与其进行沟通，对病房内的环境等方面进行介绍，以此来降低患者内心的焦虑，而且还要根据病患个人情况与其构建良好的病患关系。其次，做好疾病护理。对于病人原发病症进行有效治疗，对水、电解质所存在的紊乱现象进行纠正，对低血压和感染等问题加以控制，从而对病痛进行有效治疗，在护理早期还要分析该病症所存在的危险因素。当患者病情得到控制以后，还应当尽早将一些侵入人体的管路拔出人体，这主要是因为根据相关调查研究病人在 ICU 病房的时间与气管留在人体的时间都会对谵妄症的发生产生直接影响。再次，确保患者能够得到高质量睡眠。睡眠质量将会对患者自身状态产生直接影响，所以要最大程度保障患者能够拥有一个高质量的睡眠。在护理期间，应当避免灯光直射患者，降低各种报警声音，在患者休息期间尽量降低护理操作等等，这些都是提高患者睡眠质量的有效措施。最后，维护患者自尊。很多患者都拥有非常强的自尊心，所以在对患者进行护理时要最大程度避免患者身体暴露给其他人，给予其最大的尊重，而且为患者清洁身体或是做一些私密处护理工作时也要进行遮挡，避免暴露给更多的人。此外，还要给患者家属更多的探视时间，让患者家属对其进行开导、安慰与鼓励，让其从内心上能够得到安慰，从而降低 ICU 谵妄症的发生。

（上接第 168 页）

日常生活。

3. 伤口护理

护理人员要时刻注意患者的伤口敷料，清洁以及干净状况。如果敷料一旦出现渗血，或被其他物质污染，要立即更换干净的伤口敷料。另外护理人员还要时刻注意患者的伤口出血情况，一旦发现异常，要立即上报医师。

4. 导尿管的护理

① 直肠癌患者在术后一般会将导尿管留置两周左右，所以护理人员要帮助患者做好导尿口的清洁。

② 提前为拔除尿管做准备工作，护理人员在患者术后 5~7 天起，每隔 4 个小时开放一次尿管，帮助患者训练膀胱功能。当患者膀胱功能恢复正常后，导尿管便能拔出。

5. 人工肛门护理

① 手术结束后，直肠癌患者的人工肛门不能立即开启，先用钳夹暂时封闭。等待患者的肠道蠕动功能恢复正常后，开启人工肛门。

② 患者在术后初期会出现排便频繁、排便物稀薄的情况，为了让患者排便方便，调整至行卧位是最好的选择。

③ 由于患者初期的排便物较为稀薄，而且非常频繁，所以很有可能会对周围皮肤产生较为明显的刺激。为了不让排便物污染切口，护理人员要用塑料薄膜将患者的切口和人工肛门分隔开来，并将周围的皮肤都涂上氧化锌软膏，防止被排便物刺激。

④ 患者在术后一周就应进行适当活动，护理人员要训练患者定时排便，还要教给患者粪便袋的使用方法。

6. 出院后护理

直肠癌患者出院后要每隔 3 个月到医院复查一次。直肠癌患者出院后也要注意日常饮食和个人卫生，还要保持心情舒畅，一旦出现排便困难等情况要立即就医。

综上所述，文章从术前和术后两个方面分析了直肠癌的日常护理，希望能对有关人士提供帮助。为了预防直肠癌的各种病症，人们要进行定期检查，并在日常生活中时刻保持个人清洁和卫生，养成良好的饮食习惯。