

小儿肺炎家庭护理工作有哪些？

白 敏

成都市新都区妇幼保健院 610500

【中图分类号】R473.72

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2023) 08-069-01

肺炎是小儿常见的疾病之一，对于家长来说，了解如何正确进行家庭护理是非常重要的。下面是一些通俗易懂的家庭护理操作指导，帮助家长更好地照顾患有肺炎的小儿。

1. 保持室内空气清新：肺炎患者需要呼吸新鲜的空气，所以要保持室内空气流通。可以打开窗户通风，但要避免让小儿直接对风吹，以免感冒加重。室温应保持在适宜的范围内，不要过热或过冷。湿度也要适中，可以使用加湿器或湿毛巾来增加空气湿度，但要注意保持清洁，避免细菌滋生。

2. 密切观察小儿的呼吸状况：肺炎可能导致呼吸困难，家长要密切观察小儿的呼吸频率和深度，如果出现呼吸急促、气喘或呼吸困难等症状，应及时就医。

3. 饮食调理：小儿肺炎期间，饮食要清淡易消化，多给予流质或半流质食物，如米粥、面条、蔬菜汤等。避免食用辛辣、油腻和刺激性食物，如辣椒、油炸食品等。肺炎患者要多喝水，保持体内水分充足，有助于稀释痰液，促进痰液的排出。可以给小儿喝温开水、淡盐水或温开水加蜂蜜。

4. 定期监测体温：肺炎患者常伴有发热，家长要定期测量小儿的体温。可以使用电子体温计或红外线额温枪，将测得的体温记录下来，以便及时向医生报告。

5. 注意休息：肺炎患者需要充足的休息，家长要保证小儿有足够的睡眠时间。可以在白天适当安排休息时间，避免过度劳累。

6. 规律吸痰：肺炎患者常伴有痰液增多，家长要定期帮助小儿进行吸痰。可以使用吸痰器或吸痰管，按照医生的指导进行操作，注意保持清洁和安全。

7. 注意个人卫生：家长要帮助小儿保持良好的个人卫生习惯，如勤洗手、勤换洗衣物和床上用品，避免交叉感染。

8. 定期复诊：肺炎患者在家庭护理期间，要定期复诊，按照医生的建议进行治疗和护理。及时向医生汇报小儿的病情变化和治疗效果。

9. 避免二手烟暴露：二手烟对小儿的呼吸系统有害，容易引发或加重肺炎症状。家长要尽量避免在小儿附近吸烟，保持室内空气清洁。

10. 注意药物使用：如果医生开具了药物治疗方案，家长要按照医嘱正确使用药物。注意药物的剂量和使用频率，避免过量或漏服。同时，家长要了解药物的副作用和注意事项，如需要空腹服药等。

11. 观察病情变化：家长要密切观察小儿的病情变化，包括体温、呼吸、咳嗽、食欲等方面的变化。如果发现病情恶化或出现其他异常症状，应及时向医生报告。

12. 鼓励小儿咳嗽和咳痰：咳嗽是小儿排痰的一种自然反应，家长要鼓励小儿咳嗽，帮助排出痰液。可以轻拍小儿的背部或胸部，促进痰液的排出。

13. 注意防护措施：肺炎是一种传染病，家长要注意采取防护措施，避免小儿与其他患有呼吸道感染的人接触。家庭

成员要保持良好的个人卫生，如勤洗手、佩戴口罩等。

14. 给予情绪支持：小儿肺炎期间，小儿可能会感到不适和焦虑，家长要给予情绪上的支持和安慰。可以陪伴小儿、与其进行交流，转移注意力，帮助他们渡过难关。

15. 避免小儿接触病原体：肺炎通常由细菌或病毒引起，家长要注意避免小儿接触可能携带病原体的人或物品。避免带小儿去人多拥挤的地方，尤其是季节性高发的疾病流行期。

16. 鼓励小儿多活动：适当的体育锻炼有助于增强小儿的免疫力和呼吸系统功能。家长可以鼓励小儿进行适当的户外活动，如散步、跑步等，但要避免在空气污染严重的环境中活动。

17. 注意小儿的睡眠质量：良好的睡眠对于小儿康复很重要。家长要为小儿提供安静、舒适的睡眠环境，保证充足的睡眠时间。可以建立规律的作息时间表，帮助小儿建立良好的睡眠习惯。

18. 定期清洁和消毒：家中的常用物品和表面可能携带细菌或病毒，家长要定期清洁和消毒这些物品，如玩具、桌面、门把手等。使用适当的清洁剂和消毒剂，按照说明进行操作。

19. 保持良好的心理状态：肺炎对小儿的身体和心理都有一定的影响，家长要给予小儿足够的关爱和支持。可以与小儿进行亲子互动、讲故事、玩游戏等，帮助他们保持积极的心态。

20. 增加小儿的液体摄入量：肺炎患者常伴有发热和呼吸困难，容易导致体液丢失。家长要鼓励小儿多喝水或其他适宜的液体，以保持体内水分平衡。

21. 避免过度劳累：小儿肺炎期间，身体处于恢复阶段，家长要避免让小儿过度劳累。合理安排活动和休息时间，避免过度活动或参加剧烈运动。

22. 注意药物存放和使用：家长要将药物存放在小儿无法触及的地方，避免误食或误用。同时，按照医生的指导正确使用药物，遵守药物的使用方法和剂量。

23. 定期清洁小儿的呼吸道：小儿肺炎期间，呼吸道容易积聚痰液，影响呼吸。家长可以使用生理盐水滴鼻或使用鼻吸器清洁小儿的鼻腔，帮助减少痰液的堆积。

24. 遵循医生的建议：家长要密切配合医生的治疗方案和建议，按时给小儿服药、复诊和进行相关检查。如果有任何疑问或困惑，及时向医生咨询。

25. 保持良好的个人卫生习惯：家长要示范和教育小儿正确的个人卫生习惯，如勤洗手、咳嗽时用纸巾或肘部遮挡口鼻等，以减少病原体的传播。

最后，家长在进行小儿肺炎的家庭护理时，要保持耐心和细心，密切关注小儿的病情变化，并及时向医生报告。家庭护理的目的是帮助小儿更好地康复，但具体的护理措施还需根据医生的建议和小儿的具体情况来确定。如果有任何疑问或困惑，建议及时咨询医生或专业医疗机构。