

2010年内科护理：肥胖症标准护理计划护士资格考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/0/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_86_85_c21_635.htm

肥胖症是指体内脂肪堆积过多，体重增加，体重超过理想体重的20%或体重指数大于24可定为肥胖症。病因可能与遗传、代谢、内分泌功能异常、精神因素、生活及饮食习惯、能量消耗小等有关。单纯性肥胖其脂肪分布均匀，男性脂肪分布以颈项、躯干、头部为主，女性则以腹部、下腹部、乳房及臀部为主。临床上可有自卑感、焦虑、抑郁等身心相关问题，而在行为上则可引起气急、关节痛、浮肿、肌肉酸痛，致使体力活动减少。此外与肥胖症密切相关的一些疾病，如心血管病、高血压、糖尿病等患病率和病死率也相应增加。治疗方法有控制饮食、运动疗法、药物治疗及手术。常见护理问题包括：营养失调：高于机体需要量；有感染的危险；焦虑；活动耐力。一、营养失调：高于机体需要量【相关因素】采集者退散多食。内分泌功能紊乱。遗传。【主要表现】肥胖，超过理想体重的20%。【护理目标】病人体重控制在理想水平。【护理措施】与病人商讨，制定合适的饮食计划，指导病人选择食物，限制脂肪和含糖高的食品。鼓励病人多饮水。指导病人建立良好的进食习惯：增加咀嚼次数，减慢进食速度。来源

：www.examda.com 吃饭时集中注意力，避免边看电视、边听广播或边读边吃饭。克服疲乏、厌烦、抑郁期间的进食冲动。鼓励病人进行锻炼，应时行有氧运动，循序渐进并持之以恒。【重点评价】病人的体重变化。是否对日常生活产生影响或引起并发症。二、有感染的危险【相关因素】浮肿。

【主要表现】 皮肤皱褶易发生皮炎、擦烂、合并化脓性或真菌感染。 **【护理目标】** 能复述出预防感染的方法。无感染发生。 **【护理措施】** 严格执行无菌技术操作。保持室内空气新鲜，每日通风2次，每次15-30min. 限制探视的人数及次数，禁止任何有感染的人探视。保持床单干燥、平整、无屑，定期翻身、按摩，预防褥疮。嘱病人注意个人卫生，勤洗澡，勤换衣服，不到人多的公共场所。指导病人适当锻炼，以增强机体抵抗力。 **【重点评价】** 病人的体温变化。皮肤有无发红、破溃、发热等感染征象。

三、焦虑 **【相关因素】** 本文来源:百考试题网 肥胖引起外形改变。病程长。 **【主要表现】** 自卑、抑郁、睡眠差、不愿与人交往等。 **【护理目标】** 焦虑感减轻。能正常地进行工作和学习。 **【护理措施】** 鼓励病人表达自己的感受。与病人讨论疾病的治疗及愈后，增加病人战胜疾病的信心。鼓励病人进行自身修饰。加强自身修养，提高自身的内在气质。 **【重点评价】** 焦虑感减轻的程度。有无焦虑的行为和语言表现。

四、活动无耐力 **【相关因素】** 肥胖。来源：考试大 **【主要表现】** 气急、关节痛、浮肿、肌肉酸痛、体力活动少。活动持续的时间缩短。 **【护理目标】** 病人能参加一般的日常活动。能适当地进行体育锻炼和体力劳动。 **【护理措施】** 与病人一起制定活动计划，鼓励进行体育锻炼和体力劳动。运动要循序渐进、持之以恒。病人运动期间，不要过于严格控制饮食。运动时有家属陪伴。 **【重点评价】** 来源：考试大 病人的活动耐力是否逐渐增加。能否耐受日常活动和一般性运动。更多信息请访问：百考试题护士网校 护士论坛 护士在线题库 百考试题执业护士加入收藏相关推荐：2010年内科护理：糖尿病标准护理计划 2010年内科护理

：低血糖症标准护理计划 100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com