

2010年护士社区护理：哮喘病人的家庭护理\_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\\_ti2020/2/2021\\_2022\\_2010\\_E5\\_B9\\_B4\\_E6\\_8A\\_A4\\_c21\\_2011.htm](https://www.100test.com/kao_ti2020/2/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E6_8A_A4_c21_2011.htm) 家中若有哮喘病人，可进行以下预防

和护理措施：一、避开过敏源 哮喘的发生与天气密切相关，尤其在春季，乍暖还寒，气候多变，病人需随时添加衣物，减少外出，防寒保暖；对带毛的动物过敏者，不要养宠物；家中尽量不用有强烈刺激性气味的物品，如香水、洗发液或润肤液等。不要焚香；不用地毯，常洗床单、被套和枕套，并在阳光下曝晒，以防止螨类生存；定期开窗，以保持室内空气新鲜和干净；不要在室内刷漆、喷洒杀虫剂、清洁剂等。二、积极锻炼增强体质 锻炼要做到三点：一要量力而行，不可勉强；二要循序渐进，不可急于求成；三要持之以恒，不可一曝十寒。可逐渐用冷水洗手乃至洗脸。从做简单的深呼吸运动开始，继而散步，然后慢跑，练气功，锻炼时如出汗须及时擦干，以免受寒。三、合理饮食来源：考试大 饮食应以清淡为主，少吃多餐，做到均衡、适度和规律化。因哮喘患者的蛋白质消耗量大，平时应多补充家禽、瘦肉、牛奶及豆制品；还应多吃含维生素C的食品，如柑桔、橙柚、西红柿、菠菜、白菜等，以增强抗病能力。亦可适当服一些维生素片。禁食肥肉、海鱼、虾蟹类。忌食烟、酒、浓茶、葱蒜、辣椒等。食物不宜过冷、过热、过甜、过咸。四、加强护理 注意心理防护，避免情绪过度激动。哮喘多发作在夜间，夜间尤须警惕。还须鉴别是肺源性哮喘或者心源性哮喘，然后采取相应的处理措施。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 2010年执业护士保过班优费 赠

送E币 2010护理学专业（护士）《相关专业知识》全真模拟试  
汇总 2010护理学专业（护士）《基础知识》全真模拟试题相  
关推荐：2010年护士社区护理：恶性肿瘤的家庭护理 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](http://www.100test.com)