

肿瘤护理知识：肿瘤患者外出旅游的护理手册 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/219/2021_2022__E8_82_BF_E7_98_A4_E6_8A_A4_E7_c67_219907.htm 肿瘤患者完成治疗，处于康复时期时，可以适当外出旅游，饱览祖国的大好河山，名胜古迹，从中吸取精神力量，激励自己战胜疾病。不过在外出旅游时，还要注意以下问题：（1）量力而行肿瘤患者旅游路线不宜过长，时间不宜过久，日程不宜过紧。如果远行最好分段分程，时行时息。由于目前旅游成风，因而最好既能照顾到季节适宜，又能避开旅游高峰，这样旅游时车、船、食、宿可提前安排。（2）自知自重旅游前要对自己的健康现状有一个全面的正确估价，有的病人虽已康复，但还需长期服用一些药物，最好随身携带足量，因为有的药物在旅游途中未必能买到。肿瘤病人通常免疫功能较为低下，虽然康复期的病人已有所恢复，但仍不及正常人。因此，自己应对天气变化、温度改变等情况随时留意，及时采取相应措施。夏季旅游，由于早晚温差较大，除了带上随身的换洗衣服外，最好再带一件夹衣或绒线衣；冬季旅游，必须带上毛衣、棉衣、风帽等。外出期间尽可能注意个人卫生，特别是饮食卫生。（3）尽兴而归肿瘤病人外出旅游的主要目的是为了促进身体的进一步康复，尤其是在精神上使自己逐渐摆脱疾病的影响。患病之后自己曾有过恐惧、烦恼、郁闷等情况的话，那么最好能在旅游之中将它们抛弃。在旅游中要时刻想到，自己度过了与癌症斗争的关键时期，现在整个大自然都在欢迎自己，自己一定能够彻底战胜癌症。100Test 下载频道开通，各类考试题目直接下载。详细请访问

