

视网膜脱离手术患者的出院指导 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/270/2021_2022__E8_A7_86_E7_BD_91_E8_86_9C_E8_c67_270885.htm

1 心理卫生指导 告诉患者视网膜脱离，尤其是复杂的视网膜脱离或再次发生视网膜脱离，经视网膜复位手术治疗后，恢复了部分视功能，这是一件很不容易的事情；住院期间有医护人员的治疗护理和监督，出院后的恢复时期更需严格按照医护人员的出院指导去执行；要认识到，手术出院后并非万事大吉，仍要经常复查，密切配合，看书，看电视要适当，注意劳逸结合，避免用眼过度，保证睡眠质量；防止眼部外伤，注意珍惜和保护已恢复的视力，确保手术疗效。例如一名从事科研工作的中年患者，因住院手术使研究工作暂时停止了，他心情很焦虑，忍不住翻看资料，更担忧以后视力恢复不佳，怕影响自己所研究的课题，我们针对其事业心强注重健康及有较强的参与意识等心理特征，做好耐心细致的出院指导，追踪门诊复查8个月，患者视力恢复到0.6，已精力充沛投入到工作中去了。

2 回家途中乘坐交通工具的指导 接到出院通知，大多数患者都很兴奋，那种归心似箭的心情是可以理解的。我们指导患者乘坐汽车时，尽量坐在车的前部，尽可能不坐摩托车，乘飞机遇起飞和降落过程或高空中遇气流发生颠簸时，要系好安全带，平稳地靠在座椅上，尽量避免头部震荡，以免再次发生视网膜脱离。例如一名外省年轻患者，术后满意出院，结果在乘飞机回家途中因空中遇气流，头部随飞机剧烈颠簸震荡，再次发生视网膜脱离。在患者第二次手术出院时，我们重视了出院指导。出院后10个月来信说：在当地医院进

行眼底检查，视网膜复位情况良好，已能从事正常的工作，感谢我们的出院指导做得好。3 回家后个人清洁卫生的指导有些患者认为医院的被褥和病号服大家轮流使用，不符合自己的卫生习惯，回家后迫不及待地进行个人卫生整顿，他们毫不顾忌地洗头擦澡，长时间的低头，用力地抓挠，极易造成视网膜再次脱离。出院时我们指导其在家人帮助下或去理发馆，采用仰卧位洗头法，轻轻地冲洗，并保护好眼睛，勿使头部剧烈运动，做好保暖，预防感冒咳嗽，遇大力咳嗽或打喷嚏时，应用舌头顶住上腭，防止患者视网膜再次脱离的发生。4 正确指导患者的营养摄入 指导患者增加粗纤维食物，多吃新鲜的蔬菜、水果及适量的猪肝等，忌吸烟，禁饮酒，少吃或不吃刺激性食物，保持大便通畅，鼓励其养成定时排便的习惯，避免过度用力大便，保证眼睛恢复时的足够营养和防止患者视网膜再次脱离的发生。5 复查的指导 术后3个月内应经常到医院复查，适当口服一些神经营养药，如维生素B1、肌苷、三磷酸腺苷等，有利于视网膜功能的恢复，3个月后又应定期来院复查，如眼前出现闪光感或火花闪动，指导其应立即到医院散瞳检查眼底，以早期发现视网膜病变部位及程度，及时治疗，防止再次视网膜脱离发生。

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