

如何减轻病人的恶心与呕吐公卫执业医师考试 PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/646/2021_2022__E5_A6_82_E4_BD_95_E5_87_8F_E8_c22_646352.htm 有时，一个人不想吃东西也会有恶心，什么东西没吃而且不恶心也会呕吐。有的人是吃了不合适的食物起引起呕吐，也有些癌症病人由于作了放射疗法或化学疗法而感到恶心呕吐，但不少病人接受了放射疗法或化学部法后只有轻微的恶心，甚至没有一点这方面的反应。其实，恶心与呕吐不一定是放射疗法或化学疗法的影响，有些癌症本身就会引起这种反应。呕吐太频繁是很危险的，因为它会导致脱水或将呕吐的东西吸入气道。应引起注意的情况如下：饮食习惯改变，口中有臭味，睡觉时从口中渗出黄绿色有臭味的液体。对于恶心采取吃些清淡的食品，如烤面包片或饼干，如果仅在两餐之间感到恶心，可少量多餐，临睡觉前吃些点心，要吃合口的饭食，如果对红色的肉不感兴趣，可以吃些其它富有蛋白的食物，如鱼和鸡，吃些冷食或相当室温的食品以减少其气味或味道的刺激。可吃些香味浓郁的柠檬或薄荷糖，喝清澈的饮料或汤水，如肉汤、果汁、茶等，放凉后慢慢辍饮。可在安静的环境中舒服地休息，听听轻音乐、看喜爱的电视节目或与家人朋友谈话以分散对疾病的注意力，每次饭后至少安静地休息一小时，感到恶心时自己要放松并慢慢作深呼吸，注意口腔卫生。对于呕吐，最好侧卧以免呕吐时误吸，可吃些冰块或果汁块，慢慢地嚼碎咽下，止呕药可采用肛门栓剂。必须注意，不要用强吃强喝的办法来压住恶心与呕吐，不要吃过甜、过咸油腻辛辣食品或气味浓烈的食品，避免不必要的刺激或激动

，不能两三天不吃饭只喝清汤或果汁。有下列情况需请医生：将呕吐的东西又误吸回去，一小时之内呕吐三次以上，而且连续三小时以上均是如此，吐出的东西带血或有象咖啡渣样的东西，一天喝的水不到四杯，两天以上吃不进固体食物，药也吃不进，感到极度虚弱并且头晕。有时，一个人不想吃东西也会有恶心，什么东西没吃而且不恶心也会呕吐。有的人是吃了不合适的食物起引起呕吐，也有些癌症病人由于作了放射疗法或化学疗法而感到恶心呕吐，但不少病人接受了放射疗法或化学部法后只有轻微的恶心，甚至没有一点这方面的反应。其实，恶心与呕吐不一定是放射疗法或化学疗法的影响，有些癌症本身就会引起这种反应。呕吐太频繁是很危险的，因为它会导致脱水或将呕吐的东西吸入气道。应引起注意的情况如下：饮食习惯改变，口中有臭味，睡觉时从口中渗出黄绿色有臭味的液体。对于恶心采取吃些清淡的食品，如烤面包片或饼干，如果仅在两餐之间感到恶心，可少量多餐，临睡觉前吃些点心，要吃合口的饭食，如果对红色的肉不感兴趣，可以吃些其它富有蛋白的食物，如鱼和鸡，吃些冷食或相当室温的食品以减少其气味或味道的刺激。可吃些香味浓郁的柠檬或薄荷糖，喝清澈的饮料或汤水，如肉汤、果汁、茶等，放凉后慢慢辍饮。可在安静的环境中舒服地休息，听听轻音乐、看喜爱的电视节目或与家人朋友谈话以分散对疾病的注意力，每次饭后至少安静地休息一小时，感到恶心时自己要放松并慢慢作深呼吸，注意口腔卫生。医学教育网搜集 对于呕吐，最好侧卧以免呕吐时误吸，可吃些冰块或果汁块，慢慢地嚼碎咽下，止呕药可采用肛门栓剂。必须注意，不要用强吃强喝的办法来压住恶心与呕吐，

不要吃过甜、过咸油腻辛辣食品或气味浓烈的食品，避免不必要的刺激或激动，不能两三天不吃饭只喝清汤或果汁。有下列情况需请医生：将呕吐的东西又误吸回去，一小时之内呕吐三次以上，而且连续三小时以上均是如此，吐出的东西带血或有象咖啡渣样的东西，一天喝的水不到四杯，两天以上吃不进固体食物，药也吃不进，感到极度虚弱并且头晕。更多信息请访问：百考试题医师网校 医师论坛 医师在线题库 百考试题执业医师加入收藏 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