

避免搬提重物,次日可用温水毛巾热敷,教会患者或家属用听诊器听血管杂音、触摸血管震颤等检查内瘘的方法,一旦发现异常,及时与护理人员联系;让患者尽量不去人员流动性较大的公共场所,注意保暖,预防感冒等;经常与患者或家属交流沟通,耐心倾听患者诉说,取得他们的信任,多了解患者的心理状态和需求,尽可能满足患者的要求。

参考文献

[1] 夏桂芝,田淑侠,庄小花,等.影响血透室护理安全的因素及其

对策[J].吉林医学,2007,28(10):1242-1243.

[2] 何晓凤,张莉,王新.维持性血液透析中低血压的预防和护理[J].西南国防医药,2002,12(4):342-343.

[3] 王颖,武向兰.透析液温度对血液透析病人体温与血压的影响[J].中国护理研究,2007,21:130-132

[4] 王靖.德国橡山医院血液净化中心院内感染的管理[J].国外医学护理学分册,2003,22(11):548-549.

(收稿日期:2008-07-29)

(本文编辑:潘雪飞)

· 短 篇 ·

“两高期”老干部的心理护理

汪 萍

(南京军区联勤部南京第五干休所,江苏南京 210003)

[关键词] 两高期,老干部;心理护理

中图分类号: R473 文献标识码: B 文章编号: 1672-271X(2008)05-0375-01

目前,军队干休所老干部平均年龄已超过80岁,人均患有4~5种疾病,“高龄、高发病率”的问题更加凸显。这个特殊群体的突出特点是“四多四少”:即身体病弱者增多,身体健康者减少;独居生活者增多,子女在身边者减少;室内活动者增多,户外活动者减少;需要别人照顾者增多,生活完全自理者减少。对于他们的情感关怀和心理护理尤显重要,需要我们针对老人的特点,及时提供耐心细致的心理服务,千方百计帮助老干部调节好心理状态^[1]。

1 准确把握老年人的“自我”心理

平时护理工作中,我们常常想,“满腔热情”服务一定会得到老人的欢心,其实有时并非如此,老人希望通过一定活动证明自己,实现自我,过于“热情”会让老人感觉到压力,陷入丧失自我的不安中,其结果不是令老人满意,有时还会适得其反。要用心去揣摩老人的心思,在安全许可的情况下,对老人的意志要顺从,要多鼓励、肯定和支持,这样才能与他们达成共识,才能换来心灵的沟通,让老人心情愉悦。

2 尊重每位老人的个性

尊重个性是护理的基础,每个老干部都带有多年生活中形成的个人特征和生活习惯,需要通过各种方法来了解、判别每一个老人的特点,找到有关的线索来实施护理。

3 选择老人认同的话题进行沟通

处于“两高期”的老人,多伴有生理功能低下,记忆力、辨

别力下降,甚至患有严重疾病。我们用专业术语讲一些大道理,显然不会被老人接受。所以,要根据老人的年龄、职业、文化和社会背景等自然情况,选择老人认同的问题做切入点,达到沟通的目的,从而接近他们,完成进一步的护理。

4 善于倾听老人的诉说

老年人总是喜欢向倾听者谈及往事,以此给自己的人生定论。倾听的时候,切忌三心二意、左顾右盼,也不要随便插话,可以恰当地用表情和手势迎合老人,说明在认真地听,诉说者才有兴致,以达到情感宣泄的目的。我们要利用一切可能的机会和时间,善于发现和掌握每位老人感兴趣的话题,主动引导并认真倾听老人的诉说。“倾听”应当作为平常巡诊工作的重要内容。我们在与老人交流和引导其诉说的同时,还需要鼓励他们与别人沟通,遇到不愉快的事情要冷静应对,以保持良好的人际关系。

参考文献

[1] 亢英奎,刘林强,于宏,等.浅谈“双高期”老年人的心理保健[J].解放军保健医学杂志,2006,8(3):178.

(收稿日期:2008-07-22)

(本文编辑:孙军红)