

护理程序在预防保健工作中的应用

蒋秀华

珠海市中西医结合医院 广东珠海

【摘要】随着我国经济的发展和社会的进步,临床医学护理模式和理念在不断向着更高效、更开明的方向发展。而护理服务也逐渐成为预防保健工作中的核心任务,随着我国经济的不断发展,医院乃至社会对民生尤为重视,社会通过预防保健的措施预防居民产生疾病,是基于改善居民健康状况所采取的制度方案、技术方法、组织措施的全称,预防保健一般为居民健康管理检测的三级防护措施。本文通过采用护理程序进行对预防保健工作内容的研究探讨,从而将护理程序运用在预防保健工作中。

【关键词】 护理程序; 预防保健工作

【收稿日期】 2022年10月20日 **【出刊日期】** 2022年12月31日 **【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20220386

Application of nursing procedure in prevention and health care

Xiuhua Jiang

Zhuhai Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital Zhuhai, Guangdong

【Abstract】 With the economic development and social progress in China, the clinical medical nursing mode and concept are constantly developing towards a more efficient and enlightened direction. And nursing service has gradually become the core task in the prevention and health care work. With the continuous development of China's economy, hospitals and even the society pay special attention to the people's livelihood. The society uses preventive health care measures to prevent residents from having diseases, which is the full name of the institutional programs, technical methods, and organizational measures taken to improve the health status of residents. Preventive health care is generally a three-level protective measure for residents' health management and testing. This article discusses the content of prevention and health care work by using nursing procedures, so as to apply nursing procedures to prevention and health care work.

【Keywords】 Nursing procedure; Prevention and health care

在社会高速发展的当下,护理程序在人、环境、健康、护理四个基本概念之上建立新的管理监控体制,在不同护理理论指导下萌生出新的指导概念、新的思想,并将其运用到预防保健工作中去,从而建立起相对独立、相对高效的预防保健机制。从上世纪以来,人类战胜多种疾病,如天花、鼠疫等烈性传染病。在社会不断进步的过程中,人类也对预防工作、预防保健越来越重视,群众对预防保健需求越来越高,而护理程序应用到预防保健工作中后,将预防保健事业工作进行的更完美,在医院的发展中起到推动作用,现珠海市某医院通过对此类工作的结合应用,完成了医院的发展。

1 有关预防保健的预防方式

预防保健是对当下群众较为友好的一种保护身体

免受疾病困扰的预防机制。通过对预防保健的应用,使当前社会各类疾病产生预防,保护人的身体,建立相对稳定的屏障。社会现对民生问题尤为重视,而预防保健是保护群众身心的有效实施措施,有关护理程序在预防保健中的应用,是社会各医院需要认真研究并探讨的问题,各医院也针对预防保健问题出台了相关政策,并通过一下几个方面探讨了预防保健的预防方式。

1.1 病因预防

病因预防也叫做一级预防,是针对病因和致病因素的预防措施,这种预防措施主要对患病人群有效,因为其是根据病因而产生的预防措施,具有较强的针对性,是较为有效、强度较大的一种预防模式。其主要分为增进健康与特殊防护两方面任务

(1) 增进健康

增进健康是提高健康水平为目标进行的一系列增强健康的方式措施,例如改善环境条件、进行卫生宣讲普及群众对卫生重要性的认识,建设卫生设施,开展计划生育和妇女保健措施,指导各年龄段对健康不同程度的营养需求,组织进行体育锻炼和养生活动,向医院请教有关增强免疫力增强体质的措施等。以此来增强健康,加强人机体对疾病的预防能力,从而进行预防保健。

(2) 特殊防护

特殊防护主要是指针对不同病情状况,不同病因采取的特殊保护预防机制,如接种疫苗,控制环境中有害因素等手段。通过这一方面的任务,可以使预防保健在对群众甚至患者中进行有效的保障,在护理程序与预防保健的有效结合中,特殊预防更具有针对性,能够更有效更高效的进行预防,为群众和患者的身体健康提供有效保障,同时为社会保健行业的发展建立了有效的预防机制。

1.2 二级预防

二级预防是临床前期进行的预防工作,是在疾病还未发展的时候进行的早期预防、早期管理方式。该种预防方式遵循三早基本原则,即早期发现、早期诊断、早起治疗预防措施,这类预防措施是最适合有关保健工作的预防方式。对于群众尤其是老年人来说,其随着年龄的增长,身体会出现大大小小的疾病,保健预防在这时就产生了极大的作用。通过保健预防的相关措施,可以实现对疾病的早期排查,诊断时期越早,对疾病的预防和治疗时效就越好,后期愈合效果也好,有关护理程序在预防保健中应用二级预防时,具体方法有:(1)普查,利用普查的方式对有关保健工作进行定期筛查,通过普查的方式对群众保健需求有所了解,针对不同人群进行不同的保健护理程序措施,实现对护理保健人群的有效二级预防。

1.3 三级预防

三级预防也叫做临床预防,是医院经常使用的一种预防措施,医护人员通过对护理程序的了解并利用,通过对保健人群身体发生的各种问题进行临床预防,其安全性较高,对已患有某种疾病的保健人群进行有关病情的排查,同时预防并发症的产生,防止后期恶化或造成身体上其他不必要的伤害。对老弱病残或其他出现心理疾病的人,通过护理程序采取积极的保健操作,使其身体早日恢复正常,延年益寿,最大限度的参加各种社会活动并延长寿命。

2 预防保健工作具体措施建议

有关预防保健问题,医院应给出群众相关保健建议措施,让群众或患者做到心中有数,加强全民对预防保健的相关知识,同时出台一系列相关建议措施,将预防保健工作做到完美。以下将提供几类建议:

2.1 保证患者或受保人群的营养均衡

民以食为生,正确的饮食是保健工作预防的重要方式。不仅要保证每日的正常身体饮食需求,还要保证每天吃到 50 种以上的食品。山珍海味、五谷杂粮等食物都要涉及到,这才是真正的营养均衡。食补是最有效的保健工作,通过饮食就可以尽量远离疾病,虽然在日常生活中,人们往往因为种种原因很难达到这样的标准,但还是要尽量满足人类身体一天所需的营养均衡,同时要注意做到定时定量,不要暴饮暴食,盲目进食,过度无节制进食。而当保健人群是儿童或老弱病残者,更要注重其每日的饮食情况,将他们的饮食控制计划好,以建立良好的保障工作体系。现社会某些医院积极响应相关号召政策,在医院张贴营养食谱,通过各种宣传方式加强对营养问题的宣传。

2.2 保证患者或群众充足的睡眠

良好的睡眠不仅可以保持充足的精力应对第二天的工作学习,更可以加强身体的保护屏障。在日常生活中,虽然有朝九晚五的休息说法,但对于大部分人来说还是很难办到,在生活中存在很多问题影响我们的睡眠时间,因此据调查显示,造成人民亚健康的原因之一就是睡眠质量不好、睡眠时长不够。世界卫生组织甚至将“睡得好,睡得香”作为评判一个人是否健康的客观标准。由此可见,睡眠对我们来说是十分重要的事情。各大医院和社会各界也在响应号召,对人们的睡眠问题尤为重视,对儿童学生甚至标明规定其睡眠时长。当我们感到情绪不佳或身心疲惫时,睡眠时让人感到精神百倍的良药,甚至会让人感到体力恢复,对第二天的工作学习具有非常重要的效果。对于患者一类的人群来说,良好的睡眠是疾病愈合的重要前提,现将护理程序运用到保健工作中后,大大强化了保健工作效率,对睡眠等相关建议的推出也具有借鉴意义。

2.3 加强群众及患者的锻炼养生。

运动是生命一切的来源。运动锻炼可以保证群众良好的身体状况,甚至可以增加心理愉悦性。健康的身体离不开合理的锻炼,所以人们的精神状态有一部分是需要锻炼出来的,让人的身体活动或和锻炼时四肢的律动会让身体锻炼得更加灵活,甚至会使思维变得更活跃,使身体内部器官更加活跃更加健康,这样可以抵御疾病,提高免疫力,远离疾病,远离亚健康的身体状态。

对于儿童学生来说,国家更是推出一系列相关政策保证学生体育健康状况,如推出相关课程,培养学生有关体育方面的能力,进行体育检测,甚至将体育运动纳入考试成绩,由此可见运动对健康的影响。对于老弱病残和患者来说,养生和锻炼是有助于疾病愈合,身心健康的良药。通过养生建立起身体健康的保护屏障。通过养生和锻炼达到强身健体、预防疾病、延年益寿的功效。

2.4 培养群众和患者的兴趣爱好。

兴趣爱好是所有人应该做的,广泛的兴趣爱好总会给人们带来良好的收益,无论是对身体还是心理都是一种良好的培养方式,所以增加兴趣爱好对身体健康有极大的帮助。当兴趣爱好广泛后,我们的身心都会一定程度变得更健康。当我们用心投入到一件自己感兴趣的事后,不仅能够陶冶情操还能修养身心,可一定程度上加快病情的恢复,心理的自信程度。兴趣爱好在预防保健的过程中能够给予更有效的预防方式。对于儿童学生亦或是成年人来说,积极的兴趣爱好能够使其在繁重的学业工作中获得短暂的放松时间,不仅可以加强以后工作学习的精力,同时对身心健康有很大的作用。有关预防保健工作,不仅是通过食物、药物进行保障,还需要加强像兴趣爱好的开发,针对患者或老年人来说,良好的兴趣爱好可以使

3 护理中的程序内容

护理程序是医院对群众或患者进行看护管理的相关措施,在护理过程中,护士应选择整理相关问题解决的资料,尽量做到不与其他资料重复。资料是有关护理程序具有重要的参考价值,从护理程序整体来看,对护理资料有关内容的分析,可以从以下几个方面进行:

3.1 生理情况整理分析

生理情况主要包括感觉系统、生殖系统、神经运动状况、排泄情况及体温、呼吸、皮肤、循环系统等方面的生理情况资料的整理。(1)感觉系统分为眼鼻口及触觉,医护人员在护理程序方面的评估时,分别调查保健人群有无视力障碍,甚至失明、复视、幻视等情况;有无听力障碍,失聪,详细到单耳或双耳的问题;其中对各种疼痛、刺激及触摸的感觉等做好详细调查。感觉系统不同于其他系统,其对保健人员的作用有大有小,程度不同。(2)从生殖系统中的资料调查,要重点关注其男性和女性的生育状况是否正常,询问其保健人群的疾病史、计划生育情况等;(3)运动神经关乎保健人群的健康状况,同时也是护理程序资料整理分析中记录最长也是最具有研究性的一部分生理资料。行动是否方便,有无关节畸形,肌肉是否萎缩,能否不借助工具

走路,是否需要拐杖轮椅等,日常剧烈活动是否受影响等问题都是运动神经方面出现的差错。有关运动神经的问题时护理程序乃至整个医院都需要解决的一大重点难题,在护理程序进行的同时,将此类问题资料整理分析好,就是对该问题最大的帮助。(4)排泄状况是每个人都需要关注的问题,平时的排泄习惯与排泄规律都可能引起疾病。预防保健过程中,采用先进的护理程序要对其所有生理状况进行排查,对人员的排泄问题更要详细记录,以便后期在保健中出现问题的不时之需。(5)循环、呼吸、体温、皮肤等都是最直观反映人们健康状况的检查项目。医院护理程序在进行的同时,要保障对保健人员该类基本问题的整理分析,通过严格详细的生理状况记录,为保健人员打造一个最健康的身体健康状况。对生理状况有关的分析,是护理程序进行的首要前提,而预防保健中的护理程序在进行中不断改善,强化,对预防保健产生了积极作用。

3.2 环境状况的整理与分析

一个好的环境往往是好的开始,预防保健中的护理程序在不断进行的过程中,对环境的要求也在不断严格。保健人员能否在保健的工程中建立安全感,并根据自身具体情况施加相应措施,是否环境优美让保健人群感到身心舒适,这都是护理程序所需要考虑的外在因素。对于环境状况类资料的整理与分析是有关护理程序中的助推力量,可以为护理程序的发展推波助澜。

3.3 心理状况的整理与分析。

对保健人群的有关资料记载不应只停留在对其身体生理方面的整理分析,当下社会越来越发达的大背景之下,对群众的心理健康方面问题重点进行研究。护理人员在建立护理程序时,对保健人群的心理状况分析统计也应该重点进行关注。对有心理疾病的群众通过预防和护理程序进行及时疏导,对他们的心理状况进行逐一记录并整理。

4 护理程序在预防保健工作中的应用及前景

在预防保健的工作中,随着社会不断发展进步,各医院为了保证对工作中的预防保健措施,将护理程序机制运用到其中,护理程序主要包括了评估评价、诊断治疗、方案实施等各种步骤,在此解决的相关问题中,做到具体问题具体分析。护理程序问题是一种科学合理、耐用可循环的方法,在预防保健发现问题解决问题方面起到非常大的作用。护理程序与预防保健机制两者相互配合,因此为了保证预防保健工作做到完美,必须通过护理程序加强对其的管理。只有这样,才能在工作的过程中,促进工作效率的提升,保证预防保健工作做到最

好。因此,各大医院通过两者的相互配合,在医院和社会保健机构的共同配合下,相继应用生产出了更有利、更便民的医疗应用器械及管理方法,纵观整个社会来看,护理程序在预防保健工作中前景光明,产生非常有效的工作水平。

5 结束语

随着社会医疗水平不断加强,经济的不断发展变化,广大群众在生活水平不断提高的同时,对身体健康问题的关注也越来越重视。有关护理程序在预防保健中的应用,无论是社会各保健机构,还是医院都具有良好的发展前景。现医院正积极准备通过护理程序对预防保健出现的问题进行合理化解解决,各医院各单位对此研究极为重视,在不久的将来,护理程序在预防保健中的应用将更普遍的流传在社会,造福群众。

参考文献

- [1] 杨帆.碳素光结合普朗特水凝胶联合治疗促进创面愈合的机制研究及临床护理应用前景分析.[D].长春中医药大学.2020.8—18
- [2] 李曼.护理程序在预防保健工作中的应用研究.[J].中西医结合心血管电子杂志.2017.(5).157—162
- [3] 刘昶荣.“健康老龄化”是我国应对人口老龄化成本最低、效益最好的途径[J].中国青年报.2022.012.

版权声明: ©2022 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS