



如何更好地促进外科手术患者预后

毛亿秀 (成都市双流区第二人民医院, 四川成都 610219)

外科手术就是老百姓所俗称的“开刀”，现在定义为借助外科设备或仪器，并在临床相关外科医师或其它专业人员的操作下，进入到人体组织内部，以外力的方式发现病变、进行改造或植入外来物的处理过程。外科手术在临床上有较为广泛的应用，其具有令人认可的临床疗效。但是，手术本身会给患者带来多多少少的不良影响，如术后护理不当可发生感染、压疮、栓塞，抑郁、焦虑等问题，都会影响患者术后恢复。这些问题都需要得到及时解决。

首先，要做好伤口术后护理，防止手术后出现感染、出血、压疮、跌倒等相应并发症。其次，对术后患者要及时给予心理上的护理，减轻患者焦虑心情，促使患者积极配合术后治疗。最后，饮食也是外科手术患者需要注意的问题，一般术后观察24 h生命体征无波动后，患者可开始少量进食。

1 伤口方面

护理人员要密切观察外科手术患者术后生命体征，定时观察手术切口部位，是否有血液渗出现象、是否有敷料脱落的情况。若发现敷料出现污染，应及时联系医生进行更换，保证伤口处于无菌状态。

患者在手术后下床活动不应过早，但也不能完全不活动，护理人员可协助患者进行翻身，最佳的间隔时间为每2 h协助翻身1次，避免久躺导致褥疮。同时要注意清洁卫生，医护人员或家属要帮助患者进行清洁，在手术完成当天或当天不便清洗的患者，隔天也要用温水进行全身擦洗，更换干净舒适的衣物；对有引流的患者，要保证引流期间管道通畅，观察引流液性状，以防出现感染。

伤口尽快愈合的最基本要求便是保持无菌环境。患者出院后要尽量少去公共场所，避免伤口接触外界细菌或病毒，降低伤口感染风险。同时针对疾病类型不同，在患者恢复到一定程度时，要鼓励患者多下床走动，协助患者进行早期康复运动，但是一定要注意控住运动量，切不可为追求康复速度而急功近利。

2 心理疏通

手术在治愈疾病的同时，也会对患者的身体和心理造成

一定的创伤，给患者带来一些负面的情绪，如紧张、焦虑、恐惧、抑郁等。若不及时进行疏导处理，不仅会耽误手术的进行，也会影响患者的预后质量。

在术前，应对患者进行鼓励，通过聊天等缓解恐惧心理恐惧，以便更好地配合医生进行治疗；同时结合患者所患疾病类型，护理人员可生动通俗地向患者讲解疾病相关知识以及护理要点，让患者能更加全面地了解所患疾病，并掌握一定的护理知识，促使其配合护理人员工作的开展；术后，医护人员要认真倾听患者诉求，从患者角度考虑问题，全方位满足患者所需，同时在与患者的日常交流过程中要有诚恳的态度，语气要轻柔。

总之，优质的心理护理可以减少患者不适感，提高患者治疗积极性，同时有助维持良好的医患关系。

3 饮食指导

对于手术后伤口的愈合，一是需要预防感染；二是要避免刺激性食物影响伤口的愈合，同时预防便秘；三是要注意膳食平衡，让机体保持充足的能量。

术后，患者通过增加维生素的摄入可以加速伤口愈合。维生素C广泛存在于蔬菜水果中，像绿叶蔬菜：青菜、韭菜、菠菜、芹菜等，以及瓜果：西红柿、苦瓜、柑桔、柚子、葡萄等。增加维生素A的摄入也对伤口的愈合能起到一定作用，其主要存在于鱼油、胡萝卜等食物中。

饮食中增加蛋白质同样对伤口愈合有促进作用，能减少感染概率。平时需要摄入低脂肪和低胆固醇含量的优质蛋白，通常可以通过适当吃蛋白粉来补充，还可通过其他含蛋白质丰富的食物，如各种瘦肉、牛奶、蛋类、新鲜的鱼虾等进行补充。

人体主要的供能来源是糖，术后只有保证充足的能量供给才能促进伤口愈合，建议通过适当多吃含糖丰富的水果来增加糖的摄入量。但要避免辛辣刺激食物，以免延长伤口愈合期。

促进外科手术的预后，主要是加快伤口的愈合，这需要从患者的心理状态入手，从饮食方面进行把控，以及对患者伤口的严格护理。