

护理专案活动在降低脑出血患者便秘发生率中的应用

□杜红妍

护理专案活动是依据护理业务中特定的主题加以系统的控制及分析,以达成特定目标的一种活动,是提高护理质量的科学手段。在专案活动过程中可以发现系统中存在的问题。脑出血患者便秘时,用力排便可使腹腔压力升高,导致心肌收缩力加强、血压升高、颅内压骤增,会诱发脑出血,严重时诱发脑疝,病情加重,甚至死亡。因此,保持大便通畅是护理脑出血患者的重要措施之一,可减轻患者的痛苦,促进其早日康复,减少平均住院日,提高病房服务质量,从而真正体现优质护理服务的内涵。

2018年4月~7月,我们成立护理专案小组,开展“降低脑出血患者便秘发生率”专案活动,取得了预期效果。

资料与方法

一般资料:医院在2018年4月共收治治疗期间非外伤性脑实质内血管破裂引起的出血患者300例,在非医疗干预的情况下排便时间大于或者等于3天,即被视为调查对象,每天15时询问其是否发生便秘,统计脑出血患者发生便秘的情况,发生便秘的患者有90例。通过总结工作中导致脑出血患者便秘的影响因素以及查阅相关文献,总结出导致脑出血患者便秘的相关因素为:饮食改变、缺少运动、既往便秘史、排便体位改变、心理作用、胃肠道蠕动减慢、药物副作用。

方法:成立护理专案小组。科室成立护理专案小组,共5名成员,由护士长担任组长,其中主管护师3名,护士2名,均为本科学历。组长召开工作会议,落实小组成员职责,制订计划进度表、现状调查、目标设定、原因分析、实施对策等。

现状调查

资料收集时间为2018年4月,对便秘发生情况进行分析,计算脑出血患者便秘发生率为30%。

护理流程:指导脑出血患者预防便秘的措施及注意事项。

责任护士每天15时询问患者大便情况,如果未发生便秘,进行神经内科常规护理直至出院;如果发生便秘,立即告知医生,遵医嘱采取措施或用药,并查找便秘发生原因,然后继续追踪。该流程不太完善,主要存在的问题为:对脑出血患者没有统一规范的风险评估量表,对此类患者宣传教育内容过于简单,相应的健康指导资料内容形式过于单一,护理人员对此类知识掌握得不太熟练,有待提高熟练程度和灵活运用能力。

调查结果:在90例发生便秘患者中,饮食改变共46例,占所有发生便秘患者的51.11%;缺少运动共27例,占所有发生便秘患者的30%;既往就有便秘史的共6例,占所有发生便秘患者的6.67%;因脑出血患者必须卧床造成体位改变的共3例,占所有发生便秘患者的3.33%;心理作用共3例,占所有发生便秘患者的3.33%。依据活动方案与原则,将占81.11%的前两项作为本次专案的重点。

确立问题:确立本次专案活动的主题为“降低脑出血患者便秘发生率”。

原因分析:小组成员从“人、料、法、环”4个方面通过头脑风暴法,列出具体原因,并

绘制鱼骨图。

专案小组成员运用要因评价法,分析总结,并逐一验证,找出导致便秘发生率高的原因。

确定目标:通过柏拉图分析法,根据“二八定律”将改善重点定为81.11%。小组预计改善能力采用小组成员内评分的方式评定,需要多部门合作,分数为1分;需要一个部门合作,分数为3分;小组能自行解决,分数为5分。小组5名成员分别进行打分,取5名成员评分平均值为最终得分,并转化为百分比。

文献查证:便秘是临床常见的复杂症状,而不是一种疾病,对不同的患者来说,便秘有不同的含义。常见的症状是排便次数明显减少,2天~3天或者更长一次,无规律,质地干燥,常伴有排便困难的病理现象。

脑出血患者是指非外伤性脑实质内血管破裂引起的出血患者。

脑出血患者卧床时间较长,活动量减少,加之用药、饮食减少或者不合理、排便习惯改变、心理等因素影响,便秘发生率较高。便秘与脑出血病情轻重呈正相关,病情越重,病程越长,出现便秘的概率就越高;此外,便秘致使大量毒素聚集在肠道内,被肠道吸收进入血液,损害中枢神经系统,影响脑功能恢复;脑出血患者便秘时用力排便可使腹腔压力升高,导致心肌收缩力加强、血压升高、颅内压骤增,可诱发脑出血,严重时诱发脑疝。因此,保持大便通畅是护理脑出血患者的重要措施之一,可减轻患者痛苦,促进其康复。

实施方法

一是拟定专案执行过程进度表。二是全员培训相关知识。由护士长主持召开护士长座谈会,了解大家对脑出血患者预防便秘的相关知识及认知情况,针对薄弱环节制订全面详细的培训计划,主要为理论授课形式。由护士长分配任务,3名主

管护师查阅相关资料,搜集材料,制作成PPT(演示文稿软件),为全体护士进行授课,集中讲解神经内科脑出血及便秘相关知识,以及如何预防此类患者便秘的发生,一课双讲,确保出勤率为100%,每位护士均能熟练掌握,从而灵活运用。然后,由护士长现场考核,考核形式分两种:一种是对授课内容随机提问,如有答错人数多的知识点,重新讲解相关知识,直至所有知识点均掌握;另一种是情景模拟,两名护士分别扮演脑出血患者及其家属,护士现场做健康宣传教育,其他护士提意见,找到最适合患者及家属沟通的方法。

规范统一评估量表:由全科护士共同参与,在护士长的指导下,分析有关脑出血患者发生便秘的因素,讨论并制定规范的脑出血患者便秘风险评估量表。责任护士每天下午对脑出血患者进行评估,对高风险患者加强宣传教育。各责任护士互相监督,护士长将其作为每日重点巡查内容,专案小组每周评估,根据评价反馈效果,针对不足之处寻找原因,及时修正并持续使用。

制作丰富多样的健康宣传教育资料供患者及家属参照、阅读。责任护士根据患者及家属的文化水平、接受能力进行个性化指导,取得患者及家属的配合,并分享以往脑出血患者不严格听从医生、护士建议导致再出血的病例,从正反两方面告知患者积极配合的重要性。护士长不定期督导,如发现不按照要求做的患者及家属,认真倾听其意见,进一步沟通,分析原因,制定改进措施。

流程再造:重新梳理现有工作流程,制定更有效率的新流程。

评价指标:比较专案活动前后即2018年4月和2018年7月神经内科脑出血患者便秘的发生率及患者满意度;统计学方法:采用统计学软件进行统计分析。计数资料以百分比表

示,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

通过护理专案活对比发现,前后脑出血患者发生便秘的情况比较。

护理专案活动前后脑出血患者便秘的发生率及患者满意度见表。2018年4月、7月脑出血患者便秘的发生率及患者满意度。在护理专案活动后的脑出血患者便秘发生率低于活动前,前后比较,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。

讨论:脑出血患者卧床时间较长,活动减少,加之用药、饮食减少或不合理、排便习惯改变、心理等因素影响,便秘发生率较高。便秘与脑出血病情轻重呈正相关,病情越重,病程越长,出现便秘的概率就越高;此外,便秘使大量毒素聚集在肠道内,被吸收进入血液后毒害中枢神经系统,影响脑功能恢复。

护理专案活动 增强科室凝聚力

护理专案是运用系统理论和系统方法对问题进行系统分析,透过表面现象看到藏在问题背后的深层次原因所在,然后以科学的方法、理性的态度处理工作环境中临床护理工作的人、事、物。

本专案着重从脑出血患者发生便秘情况着手,通过头脑风暴法分析脑出血患者便秘发生的因素,绘制鱼骨图,建立改进目标,借助流程图,改进模式分析对相关因素进行改善。实施全员培训相关知识,规范统一评估量表,制作丰富多样的健康宣教资料,有效地降低了神经内科脑出血患者便秘发生率,提高了患者满意度,对护理质量的提高起到积极的作用。

总之,护理专案活动增强了科室凝聚力,鼓舞了护士的士气,能有效降低神经内科脑出血患者便秘发生率和提高患者满意度,从而提高总体护理质量,值得临床推广应用。(作者供职于河南省人民医院)

小发明



可伸缩试管架

□王荃 张婷 文图

在临床夜班护士的工作中,一项很重要的工作就是晨起为入院或者预出院的患者采血,说到抽血就离不开摆放不同采血试管的试管架。

在我们临床护理工作中常用的试管架是10列×5个的插孔,对于新入院的患者,入院次日早晨常规需要抽取7个~8个试管的血标本,工作中会出现错排摆放的情况,存在安全隐患。

针对这一问题,我们有了制作一种可伸缩试管架的构想。于是,我们便从网络上搜集相关文献资料,与实际工作相结合,设计出了可纵向拉伸的伸缩试管架,解决患者需要采血试管数大于5个时,需要另起一列占用空间的问题。护士可在需要时,向外拉伸隐藏的伸缩层,一列可放下一位患者的试管,最多可摆放10个试管,可最大限度地利用空间。

可伸缩试管架两端各为一个支架,两个支架之间连接顶板和底板,顶板上开设有插设试管的管孔,收缩时形成一扁平状试管架。顶板上大孔径的试管放置孔内设有数片弹性材料。其中,顶板和底板之间设有一层中板,中板由数个相同宽度的中板条组成,两端的中板条分别平行地与相邻的支架相连接,各中板条之间平行地连接成平板状的中板;每个中板条上平行地设有数排试管放置孔,试管放置孔的数量、孔径和位置对应顶板上的试管放置孔;其中,一个支架的外侧设有提手。

可伸缩试管架在运送和储存时可以将其中板收缩成扁平状,使用时伸展成一个试管架,同时,使用一个试管架就可以放置不同尺寸型号的试管。

护士在正常使用时,将可伸缩试管架两侧的支架向两侧拉开,连接于支架的顶板、中板以及底板伸展成平板状的试管架。使用完毕,护士储存或者运送时,将可伸缩试管架两侧的支架向内部推挤,连接于支架的顶板、中板以及底板收缩成折叠状,整体为一个扁平状,缩小体积,便于收藏。

应用价值及意义:一是成本低,可消毒后重复使用。二是能节省时间及人力,提高护理效率。三是操作简单,使用方便,经济实惠。四是可伸缩试管架较传统的试管架具有小巧、灵活、容量大的特点。五是可伸缩试管架可随工作量的大小随意伸缩,平时不占空间。六是每位抽血患者的试管放在一列,方便护士拿取及核对,高效快捷。七是不存在两位患者的试管混放,增加护理安全风险。

(作者供职于河南省肿瘤医院)

护理体会

轮转提升了我的自信心

□宋欣儒

四月,春暖花开的时节,阳光洒在身上暖暖的;花儿都向着太阳露出笑脸。记得林徽因写过一首诗《你是人间的四月天》,我喜欢最后一句“你是爱,是暖,是希望,你是人间的四月天”。我就是在这时有幸走进了医院呼吸一区的大门,开始了为期一年的轮转工作。刚来到这个科室时,我首先感受到护士长对我们的爱,带我们迅速熟悉环境和科室的各项制度。渐渐地,我感受到了科室的温暖:来自带教老师无微不至的关怀、同事对自己的鼓励、患者对自己的信任等。渐渐地,我少了初入职场时的迷茫、无助、孤独,多了一些对未来的希望。因此,我觉得“你是爱,是暖,是希望,你是人间的四月天”可以完美表达我当时的感受。

时光荏苒,我来呼吸一区的日子越来越长,理论知识得到了巩固,操作能力得到了很大提升。同时,我也学会了为人处世之道,学会了与医生沟通、与患者沟通、与同事相互沟通。

在2019年10月,罗老师带着我上夜班,那是极为平常的一天,上午时,病区来了一位90多岁的老年人,他神情呆滞,不愿意和医务人员交流,只会和家人做一些眼神交流。患者的双下肢中度水肿,由于遭受疾病折磨,只能端坐着,身上有压疮。当时,我感到他的眼神中透露着对陌生环境的恐惧和对穿白色衣服人员的害怕,对医务人员操作、治疗、护理很不配合,尽管我们好言相劝,他都不理睬。我每天都需要在病床旁边与接班护士交待患者的病情。患者一直不能自主大便,需依赖开塞露。有一天中午,他在大便时发生心肌梗死,昏迷了过去。这也是我第一次参加抢救工作,不知道该如何进行救治,两只手直打哆嗦,大脑不能正常思考,只能机械地听罗老师逐一安排。所幸,患者被及时抢救过来了,他说的第一句话令我印象特别深

刻:“刚才,我叫你们怎么没人答应。”当时,我在旁边安慰他,开导他,发现他神志清醒了,也愿意和我们交流了。经过第一次抢救患者,我总结了自己的不足之处,罗老师给我提出了一些建议,我又把理论知识和操作规范复习了一遍。以后,我每次去病房都要和这位患者聊一聊,问问他哪里不舒服,吃饭怎么样,睡得怎么样等。起初我没发现有什么异样,后来,我给他扎留置针时,发现患者主动伸出手臂,他的女儿还笑着说:“你扎针不疼,他愿意让你扎针。”我突然感受到一股暖流从心间升起。患者毕竟年龄大了,病情也不乐观,我们共抢救他6次,我参加了3次。抢救患者时,我的紧张感越来越少出现,也越来越会配合医生。有一天,我中午值班时,患者解不出小便,从床上移到床边后便昏迷了,但这次患者再也没有醒过来!因为我是这个患者的责任护士,抽血、推抢救车、应用抢救药物以及呼吸气囊等,一切均在迅速、有条理地进行着,我再也没有了当初的恐惧和慌乱。心脏按压的时候,我的脑海中只有一个念头,希望老人可以苏醒过来。可是,事实上患者再也没有醒来,这是我真正意义上送走的第二位患者。当天,我写抢救记录的时候,一直想人的生命如此脆弱,我们应该好好珍惜当下。

总之,通过护理这位危重症患者,我发现了自己的很多不足之处。我可能没有太多的精力与每一个患者都深入交流,但我定会尽全力帮他们解决问题。我非常感谢护士长和带教老师给予我指导和帮助,让我明确前进的方向。

人生之路,风云变幻,沉浮不定,有坎坷的山路,也有暗晦的沼泽,但只要我们的内心充满阳光,我们就已经走在通往成功和幸福的道路上。(作者供职于郑州市第一人民医院)

巩义市总医院

医务人员“出摊”送健康

□白鹏 张艺丹

9月8日19时,在巩义市东文化广场,一群身穿白大褂及文化衫的地摊推正式“上线”,吸引了众多群众驻足。

原来,这是由中共巩义市委宣传、巩义市科学技术协会、巩义市卫生健康委、巩义市文化广电和旅游局主办,巩义市

总医院承办的巩义市第十届健康文化节暨巩义市总医院第三届健康科普大赛。与一般的地摊不同,他们的“产品”,既不是吃的,也不是玩的,而是把“健康”打包,免费赠送给群众。

巩义市第十届健康文化节暨巩义市总医院第三届健康科普大

赛在巩义市人民医院宣传片中拉开帷幕。巩义市副市长刘军杰,巩义市政协副主席王继锋,巩义市卫生健康委主任白利亚,巩义市文化广电和旅游局党组书记袁照熙,巩义市科学技术协会党组书记杨智威,巩义市总医院院长乔永军、党委副书记赵

雨及全体领导班子出席开幕式。歌舞《家和万事兴》、时装表演《魅力青春》、舞蹈《雨夜蝶》、手语操《国家》等节目精彩纷呈。除了健康讲座和激动人心的抽奖环节外,广场上还设有“普通外科腹腔镜手术体验馆”,群众还可以体验3D腹腔镜

模拟手术操作。

河南省肿瘤医院肿瘤内科主任陈小兵以《健康四字经》为题,运用通俗易懂的语言为现场群众作了精彩演讲。此次“健康地摊夜市”活动将持续到9月15日,巩义市总医院每天都有不同科室、不同专家准时“出摊”送健康。

苗雪梅:在善待患者中成长进步

□王婷 蒋建国

苗雪梅是新乡市结核病防治所项目督导科科长,从事结核病防治工作16年来,始终奋战在结核病项目督导管理、结核病统计战线上,多次被评为省疾控中心先进个人,新乡市卫生健康委先进个人,新乡市结核病防治所先进个人。

督导管理提升防控能力

结核病项目督导管理工作,涉及从患者的追踪、确诊到全程治疗管理,工作琐碎而繁重,要想做好,必须具备强烈的责任感和非凡的耐心。患者在治疗前,要认真、耐心宣教,提高患者依从性,帮助患者树立战胜疾病的信心,减少丢失和拒治现象发生,提高患者治疗成功率。

作为督导调研组重要成员,

苗雪梅每年参与对市辖7个县(市)结核病防治工作4轮督导调研,详细撰写现场督导报告,对存在的问题及时向被检单位反馈,并提出整改意见。她每年参与两次对市区各级医疗卫生机构的结核病归口管理工作调研,调研期间对存在的问题现场给予反馈,同时书写结核病归口管理现场笔录,调研结束后及时撰写详细的全市结核病归口管理调研报告。通过检查规范了综合医院结核病患者的报告和转诊,提高了肺结核患者和疑似肺结核患者转诊到位率。

自肺结核患者健康管理服务工作纳入国家基本公共卫生服务项目以来,苗雪梅每年参加新乡市卫生健康委组织的全市基本公共卫生服务肺结核健康管理服务考核工作,指导基

层工作人员掌握结核病健康管理服务规范及相关知识,提高了肺结核患者的规范管理率及规则服药率。

学校结核病防控 需持续努力

针对学校结核病防控工作,项目督导科设专人浏览专报系统,发现学生及教职工身份的结核病患者,按照《学校结核病防治工作规范(2017版)》和《河南省学校结核病疫情处置技术方案》的有关规定,在15日内对其密切接触者进行结核病筛查;每年还和学校商定利用“五一”假期快速进行密切接触者筛查工作等。整个“五一”假期,苗雪梅和同事们一起对密切接触的师生共7000余人进行筛

查,有效控制了学校结核病疫情。

此外,苗雪梅还指导科室工作人员做好结核病统计工作,认真完成卫生统计月报和年报,并准确无误地上报到省里,做好患者病案信息及准确录入结核病专报系统;及时上报市结核病防治所及各县每个月月报,季度季报,年度年报,并准确无误地上报到省里。苗雪梅认真负责的态度得到了上级主管部门的认可和好评。

“结核病防治工作任重道远,我今后将加倍努力。”谈起下一步工作计划,苗雪梅说,基于结核病防治工作的特殊性,她将以最深的理解,最大的宽容,善待每一位患者,为彻底控制结核病疫情作出自己应有的贡献。