

健康教育在职业病患者中的应用

李玲

(贵州省疾病预防控制中心 职防所, 贵阳 贵州 550008)

职业病是指企业、事业单位和个体经济组织的劳动者在职业活动中, 因为接触粉尘、放射性物质和其他有毒有害物质等因素而引发的疾病。职业病多为慢性病, 治疗康复期一般在 3 个月以上, 乃至几年、几十年。

职业病患者在住院治疗的过程中接受健康教育, 对职业病并发症的防治、延缓病程进展、延长职业患者的寿命, 提高生活质量, 都存在着重要意义。

健康教育是以传播、教育、干预为手段, 以帮助个体和群体建立健康行为和改变不健康行为为目标, 以促进健康为目的所进行的一系列的活动及其过程。

职业病患者的健康教育可分为几个阶段来实施: (1) 入院前期, (2) 入院诊断、治疗、康复期, (3) 出院后指导、随访期。

1 入院前期

医务人员对职业病患者的深入了解是健康教育的前提。其主要内容包括: 用人单位对他们的关心程度, 患者的生活习惯、生活方式, 患者对自身所患疾病的了解程度, 家属对他们的态度, 作业环境、工龄、工种, 通过各种检查了解职业病的病情轻重, 有无并发症, 诊断、治疗的经过, 有无职业病以外的其他疾病, 以及家庭情况等。与患者建立良好的、平等的医患关系, 加强医务人员自身的心理修养, 注意言谈举止, 仪表作风, 语言亲切, 态度和蔼, 富有同情心, 使患者产生信赖感。同时做好患者家属的思想工作, 因为患者与家属长期相处, 他们的语言、行为均能给患者带来各种影响, 安宁的家庭环境与和谐的家庭生活可以对患者的情绪产生良好的作用。对上述项目进行综合分析, 提出健康教育方案。

2 入院诊断、治疗、康复期

职业病患者入院后经过一段时期的检查及诊断性治疗期, 对于病情做出诊断, 有些没有诊断为职业病, 有些确诊为职业病, 对于已经确诊的职业病将针对病情制定出具体治疗方案。对药物治疗中可能出现的副作用, 应适当向患者说明, 以提高患者内在条件的适应程度, 消除患者的后顾之忧, 从而减轻患者的畏惧心理, 使患者建立自我保健意识, 愉快地配合医务人员完成治疗计划。经过一段时期的治疗, 某些

患者的病情可有明显好转, 但也有相当一部分患者病情无特别明显的好转。加之目前有些职业病如尘肺、苯中毒、锰中毒等缺乏特效的治疗药物, 并且有病程长、恢复慢、并发症多等特点, 这时应帮助患者树立战胜疾病的信心, 给予安慰和鼓励, 告知患者职业病不是不治之症, 只要与医生积极配合, 首先从精神上战胜疾病, 并通过临床药物治疗、配合辅助治疗, 仍可缓解症状, 延长寿命; 鼓励他们要有与疾病做斗争的信念, 树立正确的人生观、价值观, 对今后的生活要充满信心; 并积极地劝导患者参加户外活动, 利用体疗、音乐疗、理疗等手段帮助患者放松自己, 解除精神压力, 重新振作精神, 提高与疾病作斗争的能力。医务人员要以充分的事实为依据, 在进行解释和鼓励的基础上用充满信心的态度和明确、肯定的语气向患者作出适当保证, 只要患者积极与医务人员配合, 经过系统的治疗, 症状会很快缓解, 病情会有所控制。加上医生的高尚医德及高明技术, 在患者心目中树立绝对权威, 使患者产生安全感, 消除不良心理, 使患者对自己的病情有一个全面而正确的认识, 建立战胜疾病的信心和希望。支持患者改正不良的生活习惯与方式, 宣传吸烟、酗酒的危害, 调整自身的心理状态, 提高自身的抗病能力, 在一定的范围内允许他们参加治疗方案的制订, 充分发挥他们在治疗过程中的主观能动性, 使健康教育与临床药物治疗有机地结合在一起, 提高职业病的治疗效果。

3 出院后指导、随访期

职业病患者经过住院期间一系列治疗, 大部分患者症状有所缓解或减轻, 可以出院回家自行调整、休养, 出院前应向患者交代出院后及在家休养期间的注意事项。出院后建议患者建立充实而有规律的生活, 戒烟, 预防呼吸道感染, 如有感染要及时抗感染治疗, 避免情绪变化或波动, 合理安排膳食结构, 保证营养均衡, 日常生活中每天的膳食必须保证糖、蛋白质、矿物质、维生素等人体所必需的营养物质, 多吃新鲜水果和蔬菜, 同时, 脂肪类食物适量即可, 不可多食, 也不可食。不要暴饮暴食或偏食。改变不正确的生活方式, 劳逸结合, 适量体育锻炼, 保证充足睡眠, 睡前喝一杯热牛奶或洗个热水澡。向出院患者发放出院联系卡片, 上面有患者的住院号、职业病诊断名称, 以及医院的电话和出院后注意事项, 同时医院也应该留下患者的家庭住址和联系电话, 以便随访, 及时了解患者情况并进行指导。

收稿日期: 2009-02-26

作者简介: 李玲 (1962-), 女, 主任医师。

欢迎投稿、订阅、刊发广告