# 护理结石病人中饮食的重要作用

来源：网络 作者：流年似水 更新时间：2025-03-26

*护理结石病人中饮食的重要作用【摘要】目的：探讨在结石病人护理中进行饮食指导的意义。方法：对2024年1月到2024年8月结石病人外科收治的患者200例，并随机分为观察组与对照组，每组100例。观察组除正常护理外应该增加特定的饮食护理，而另一...*

护理结石病人中饮食的重要作用

【摘要】目的：探讨在结石病人护理中进行饮食指导的意义。方法：对2024年1月到2024年8月结石病人外科收治的患者200例，并随机分为观察组与对照组，每组100例。观察组除正常护理外应该增加特定的饮食护理，而另一组照常进行正常日程的护理。结果：观察组结石患者对饮食的控制能力显著增。在随后的跟踪回访中，观察组选定的100例患者中，结石的复发人数仅为2，而另一组复发人数为12。结论：在结石病人接受手术初步治疗之后可以附加饮食护理，得到理想的预后效果。

【关键字】结石病人；护理；饮食；饮食规范标记卡

众所周知，泌尿道结石在泌尿外科疾病中是普遍发生的一种疾病，以发病率、复发率较高成为泌尿外科的头号疾病。泌尿道结石疾病的出现和饮食、机体、遗传、药物、感染等因素都有密切关系，它的临床表现主要为血尿、疼痛。泌尿结石病人可能因为手术进行的形式以及检查的分项有所不同，不同的病人所需饮食也就需要不同方面的注意，这样直接的饮食护理密切的关系到了病人的预后状况。

资料与方法

1.1

一般资料

选取本院2024年1月到2024年8月结石病人患者200例，男性148例，女性78例，年龄8到86岁，平均年龄56.2

±6.5

岁。

1.2

方法

将选定的200例病例，随机分为观察组与对照组，每组100例。观察组在常规护理的基础上加强饮食护理，对照组进行常规护理。

对于需要加强饮食护理的观察组，特地设计了饮食规范提示卡，用不同的纸张和颜色提示食物的选择及禁忌。饮食规范提示卡语言简洁易懂，充分体现科学性、针对性和艺术性。

结果

观察组患者对饮食的自我控制能力有所提高。术后随访中，观察组100例患者中，复发结石者仅2例，复发率为2％，而对照组复发者为12例，复发率为12％。

结论

3.1合理科学的饮食结构

结石患者手术之后，逐渐恢复了肠道的术后肠道的蠕动功能，必须遵守餐数增加、餐量减少、逐步加深的原则，不同的手术情况必须遵守特定的进食原则，调整饮食，平衡营养，帮助患者实现蛋白质、纤维、维生素含量丰富的食物。通过饮食的辅助来增强身体免疫能力，促进机体的进一步完善。

3.2要限制部分营养物的摄入

动物蛋白质，其摄入过多会增加尿钙、草酸、尿酸的排泄量，使尿液PH值降低，增加形成结石的危险性；摄入糖分过多，会促进肠道对钙的吸收，导致草酸吸收增加，使草酸钙形成结晶；摄入过多嘌呤食物，则会导致尿酸排泄量增加，增加尿酸结石形成的危险性。在结石病人尿结石中，百分之七十八都为含钙结石，一般包括碳酸钙、草酸钙。

3.2.1减少草酸钙的摄入

限制在人类众多的食物中，草酸钙是一种较为常见的能够引起结石的食物，而且由其引起的结石有发病率、复发率的特点。因此，草酸钙结石患者在手术之后要严格限制高草酸等含有大量钙、酸的食物的摄入量。

3.2.2减少嘌呤类食物的摄取

尿酸结石类疾病的患者需要严格限制嘌呤类食物摄取，比如动物的内脏。这类病人首相要保证蛋白质的日摄入量要小于9090克，并且要加大水果蔬菜的摄取，加快尿酸的溶解。此外结石患者必须注意在睡前减少奶类的饮用，奶类在饮用后的两小时到三小时内会通过肾脏排泄，但在睡眠后尿量一般会减少，在尿液中增加各种有形的物质，其浓度在短时间内急剧增加，容易形成肾结石。因此，结石患者若要饮用奶类，应该在睡前4小时到5小时内饮用。

此外，高钙结石患者要限制钙的摄入量在700克以下。结石患者要尽可能少饮酒甚至不饮酒，减少尿钙排泄，进而降低结石复发率。

3.3保证每日饮水量

尿量低会增加尿液溶质饱和度，容易形成尿结石，因此，患者在手术后要增加大量饮水，稀释尿液，以降低尿盐沉淀，避免尿石结晶，促进小结石不断排出。尤其是夏季，人体出汗多，摄入的液体不足就会导致尿量过低。因此，要增加饮水，避免结石复发。在夜间以及清晨要注意合理饮水，少饮用饮料、果汁等含有草酸成分的饮品。

3.4固定复查，开展饮食护理卫生宣教

在众多泌尿患者中，很大一部分严重缺乏饮食控制的健康观念。这是就需要医务工作对结石病人做好健康宣教工作，重点突处饮食的不规律和不限制对结石性疾病的影响和危害，利用实际案例加强结石病人对饮食自我控制的要求和意识，从而帮助结合患者养成正确的饮食习惯，让患者得知饮食结构以及饮食对于防止复发的作用，形成良好的饮食习惯，避免结石复发。

对结石病人结石患者，要做好固定的回访和复查，每三个月、六个月、十二个月进行随访，对治疗的效果进行深层次的得知，及时得知患者的生活及复发情况，固定做好复查，包括腹部平片、B超、尿液及血液分析，为以后科学指导提供依据。及时对形成疾病的可能因素加以控制，采取积极有效的措施，进一步减少以至消除手术之后的复发现象。

3.5饮食规范提示卡的大力使用

在手术或是实验的时候，结合病人因为个人单独的饮食习惯因素，导致了检查无法顺利进行，或是因为护理对饮食方面的疏忽导致了手术无法顺利进行。在众多的患者当中尤其需要注意的是没有家属陪护的病人或者是记忆力减退的老年人，饮食提示卡起到持续提示的作用，减少遗忘的几率。病人满意度由

90%上升为

96%。伴随着护理人员风险意识的逐渐增加，结石病人的护理缺陷发生率逐渐降低，规范及时使用饮食提示卡已成为每位护士的自觉行为。

结论

饮食与结石病人疾病有着密不可分的关系，外科泌尿患者应遵循合理科学的饮食原则，在饮食中注意保证低嘌呤、低蛋白、低糖、高纤维。感染性结石患者要注意做到低磷、低钙饮食，慎食肉类。泌尿结石类患者建议日常多运动、多饮水，少食用热量高的食物，坚持合理科学饮食，这样才可以有效的减少结石的复发。

综上所述，做好泌尿外科患者手术之后的饮食护理，可以调整其结石物质的饱和状态及PH值，降低结石形成的几率，对避免结石复发有现实意义，值得提倡。

参考文献

[1]

汤新辉,谌永毅,刘翔宇；全面护理质量控制在护理质量持改进中的应用及体会[J].解放军护理杂志,2024（02)102-106.[2]

曾少彬,黄洁珍,钟秀莲,卜少英；护理质量管理的实践与体会[J].当代医学(学术版),2024(06)112-118.[3]

李丽,郑爱民;护理部与医院感染管理控制的关系[J].中国实用护理杂志,2024(14)104-109.[4]

包丽芬,蒋琼仙,王柏萍；质量控制管理对护士行为的影响[J].中国实用护理杂志,2024(16)103-107.[5]

吴俊琪．健康教育在高龄泌尿外科患者中的应用［J］．

齐鲁护理杂志，2024，（20)

:

125

－

126．

[6]

王明恕.泌尿外科患者的护理及健康教育［J］．

齐齐哈尔医学院学报，2024，（05)

:

143．

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！