**过敏性紫癜出院健康处方**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **过敏性紫癜出院健康处方** | | |
| **处方内容** | |
| **医疗** | 1、遵医嘱按时、按量服用药物。特别是糖皮质激素不要漏服、不要自行调整剂量或突然停药。  2、定期门诊复查：出院后按预约的复诊时间和地点门诊复诊，是否需要再次复诊和再次复诊时间遵循门诊复诊医师的医嘱。  3、遵医生医嘱，定期复查。包括血常规、尿常规、肝肾功能等的定期监测。定期追踪监测，才能保证您有效治疗，避免或减少药物不良反应发生。  4、过敏性紫癜常反复发作。春秋季节、感冒发烧，或接触到过敏原时，可能出现反复。最常见的症状就是皮肤对称性的出血性皮疹，有时还伴有腹痛、腹泻、关节肿痛等。遇有这些情况，请尽快医院就诊。  5、在其他科室就诊时，请向医生说明您患有过敏性紫癜，以及您目前服用的药物和剂量。尽量避免使用容易引发过敏反应的药物。  6、可以配合中医中药治疗，但要到正规的中医医院或综合医院的中医科，不要盲目听信偏方。  7、一般不宜接种各类疫苗，即使是灭活疫苗。 |
| **护理** | 1、皮肤的护理  观察患者皮下出血的大小、观察出血的颜色、观察出血消长情况。皮疹有痒感，应保持皮肤清洁，防擦伤，防小儿抓伤，如有破溃及时处理，防止出血和感染。除去可能存在的各种致敏原。遵医嘱使用止血药、脱敏药等  2、关节肿痛的护理  观察患者关节疼痛的部位、程度、有无红肿及活动障碍，提醒患者减少关节活动。对关节型病例应观察疼痛及肿胀情况，保持患肢功能位置，协助患者选用舒适体位，(尽量抬高患肢，促进回心血量，减轻肿胀)做好日常生活护理。局部使用肾上腺皮质激素，对缓解关节痛效果好  3、腹痛的护理  腹痛时应卧床休息，尽量守护在床边。观察有无腹绞痛、呕吐、血便，注意大便性状，有时外观正常但潜血阳性，有血便者应详细记录大便次数及性状，留取大便标本，腹痛者禁止腹部热敷以防肠出血。  腹型紫癜患者应给予无动物蛋白、无渣的流质，严重者禁食，经静脉供给营养，静脉滴注皮质类固醇、输血等。  4、肾脏的护理  观察患尿液颜色、尿量及尿液化验检查的结果；观察血压及水肿情况。  5、其他  （1）限制活动量，急性期绝对卧床休息，避免劳累，避免情绪波动及精神刺激。  （2）应尽量少去公共场所，减少细菌病毒的感染机会。  （3）如无特殊情况，患者1年内不可接种任何疫苗。 |
| **康复** | 1、过敏性紫癜可反复发作或并发肾损害，给患者及家属带来不安和痛苦，应根据具体情况尽量予以解释，树立战胜疾病的信心。  2、应做好出院指导，使家属学会继续观察病情、合理调配饮食。嘱出院后必须定期来院复查，及早发现肾脏并发症。  3、患者患病后容易精神紧张，此时患者应了解本病的一些基本知识，做到心中有数,充分信任医生，尽快消除不良心理反应，树立战胜疾病的信心，积极配合治疗,可建议患者听轻音乐,看书，与人聊天等方式分散注意力，以解除紧张恐惧焦虑的心理建立康复信心。 |
| **营养** | 1、勿食致敏性食物  鱼、虾、蟹、蛋、牛奶等;植物性食物，如蚕豆、菠萝等。  2、发病初期  以清淡易消化食物为主，如米汤、稀饭、烂面条、软米饭、软馒头等。  3、病情缓解期  先少量进食一些普通蔬菜，如炒土豆、西红柿等，先添加一种，逐步加量，增加品种。  4、皮疹消退期  消退2～4周，可添加少量新鲜的瘦肉类饮食。 至3-4月后，可添加鸡蛋，先水煮，1月后可炒。病情稳定6个月后才能加牛奶。  在1-2年后才能加海产品。如明确对某种食物过敏，切忌再次进食。 |