

Alta del Paciente y Educación Higiénica

-35-

Como ya dijimos, la glomerulonefritis es en un alto porcentaje, curativa por lo que la enfermera nunca deberá descuidar este aspecto.

La educación de los pacientes variará de acuerdo a su edad, sexo, profesión, estado psicológico (en el cual la enfermera ya se habrá adentrado durante la estancia del paciente en el hospital). Dentro de la planeación se incluye:

a).- El reposo del paciente que puede ser parcial, durante 20 o 30 días; se le advierte que todo tipo de trabajo que haga será de menor a mayor es decir, desde los cortos paseos por la casa hasta la atención del jardín y la reintegración al trabajo.

b).- Se hará hincapié en las visitas periódicas al médico, explicando al paciente la importancia de ella para evitar recaídas. Es el médico quien dice la periodicidad con que se efectúan éstas.

c).- Así como es importante hacer hincapié en las visitas al médico, lo es también la administración de los medicamentos que se le indiquen.

d).- La dieta en este caso es muy importante para evitar recaídas; los alimentos que se prohíben por su toxicidad sobre el café, los alimentos muy condimentados, el tabaco y el alcohol porque al ser eliminados producen irritación y exceso de trabajo en los riñones.

Todo lo anterior debe ser tratado con la individualidad que el caso requiere, pues es frecuente que se presenten casos de personas que cubren su inseguridad con lo que ellos llaman "valentía"; sin embargo, existen otras personas que se exceden en cuidados, todo esto causado por el miedo y la inseguridad. La enfermera aclarará todas las dudas del paciente, le sugerirá nuevas actividades, contestará todas las preguntas que el enfermo haga, advirtiéndole que evite las exposiciones al frío y el contacto con personas que padezcan enfermedades de las vías respiratorias.

Cuando se trata de madres de familia la enfermera deberá enterarse de las actividades que desempeña dentro y fuera del hogar y le aconsejará que el inicio de éstas sea paulatino.

Los niños son más adaptables a los cambios del medio pues no --

tienen actividades fijas en la vida y se someten con buena táctica de los padres; enseñándoles juegos en los que no necesariamente predomine la actividad física, se canalizan sus energías a cosas de fijación; ejemplo: existen en nuestro medio fuentes de diversión como son el cine y la televisión, se fijará la atención del niño a programas apropiados, cuadernos de iluminación, para usar creyones o pinturas de agua; también el relato de cuentos o historias y la visita de otros niños de su edad o compañeros de escuela según sea el caso. Si el médico indicara el control de líquidos ingeridos y excretados, la enfermera puede decirle al paciente y sus familiares que para medir los líquidos ingeridos pueden vaciarlos en un litro graduado e ir anotando la cantidad ingerida y después sumarla. Para los excretados pueden utilizar también frascos y medir después el total. Si se trata de niños inducirlos a que orinen en la basinica. Se recomienda que los pacientes tomen 1,000 ml de agua más de la cantidad de líquidos excretados durante el día anterior (como ya se dijo anteriormente, esto es según el criterio médico).

El control de peso puede llevarse semanalmente y en las visitas al médico se debe hacer presente cualquier cambio, ya sea aumento o disminución (5).