

ADULT Exam



BY
BIWTY_NURSE

เทคนิคการทำข้อสอบ



หาวิธีควบคุมความเครียด

ก่อนทำข้อสอบ : สวดมนต์ นั่งสมาธิ ทำใจให้สงบ อ่านบทท่อนที่เราสรุปไว้

ขณะทำข้อสอบ : ตั้งสติ อ่านใจทบทวนให้ดี โหมดจ่ออยู่กับวิชาที่ทำ อย่าวอกแวก วิชาที่เพิ่งผ่านไปก็ไม่ต้องเก็บมากกังวล ทำวิชาตอนนี้ให้ดีที่สุดใน

หลังทำข้อสอบ : ไปหากิจกรรมทำ การสอบผ่านไปแล้ว เราทำดีที่สุดแล้ว รอฟังผล

ถ้าตอบไม่ได้

ให้เดาตอบไปเลย ไม่ต้องกังวล เพราะจะไม่มีเวลากลับมาอ่าน หรือสุดท้ายเราก็ต้องเดาอยู่ดี

ห้ามเวทมนตร์

เพราะอาจจะทำให้ลืมกลับมาทำ หรือทำข้อสอบหลงข้อได้

หาKeywordsให้เจอ

เพราะนั่นแหละคือทางนำไปสู่คำตอบที่ถูกต้องที่สุด

ถ้ายังมีเวลา

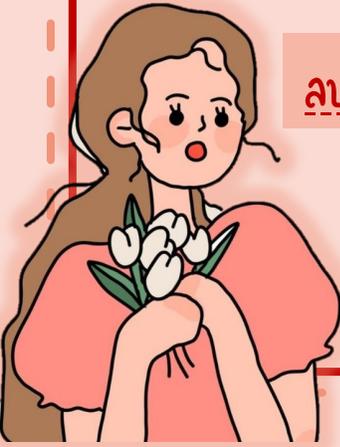
ให้ตรงจกระดากคำตอบว่าตอบครบไหม และทบทวนคำตอบซ้ำ

ลบให้สะอาด

ถ้าเปลี่ยนคำตอบ เพราะเขาใช้เครื่องตรวจ

ขอโทษเองทุกคนโปรดดีนะคะ

ขอให้สอบผ่านทั้ง ๘ วิชา



ชื่อหนังสือ รีวิวข้อสอบผู้ใหญ่(ADULT Exam Review)

จัดทำโดย Biwty_Nurse

ผู้เขียน เนตรนภา ศรีโมรา

พิมพ์ครั้งที่ 1 กันยายน 2565 จำนวน 500 เล่ม

จำนวนหน้า 73 หน้า

ราคา 299 บาท



ช่องทางการติดตาม

สารบัญ

เรื่อง	หน้า
การพยาบาลผู้ป่วยนรีเวช	1
การพยาบาลผู้ป่วยที่มีการผันแปร ออกซิเจน ในระยะเฉียบพลัน วิกฤต และเรื้อรัง	4
การพยาบาลผู้ป่วยที่มีปัญหาการเคลื่อนไหวและประสาท สัมผัส ในระยะเฉียบพลัน วิกฤตและเรื้อรัง	18
การพยาบาลผู้ป่วยที่มีปัญหาการย่อยการเผาผลาญ และการขับถ่ายในระยะเฉียบพลัน วิกฤต และเรื้อรัง	32
การพยาบาลผู้ป่วยที่มีปัญหาติดเชื้อ การเสียสมดุลน้ำ เกลือแร่ในระยะเฉียบพลัน วิกฤต และเรื้อรัง	42
การพยาบาลผู้ป่วยที่มีปัญหาขับถ่ายปัสสาวะ ในระยะ เฉียบพลัน วิกฤต และเรื้อรัง	49
การพยาบาลผู้ป่วยมะเร็งในระยะเฉียบพลัน วิกฤต และเรื้อรัง	53
การพยาบาลฉุกเฉิน บาดเจ็บและสาธารณสุข	58



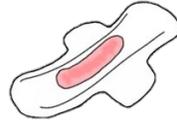
วิชาการพยาบาลผู้ใหญ่



การพยาบาลผู้ป่วยหริเวช

หญิงไทยอายุ 55 ปี มาโรงพยาบาลด้วยอาการเลือดออกทางช่องคลอดกะปริกะปรอย นาน 6 เดือน หลังทำ Curettage สัญญาณชีพ BT 36.8 °C, PR 88 ครั้ง/นาที, RR 24 ครั้ง/นาที, BP 100/70 mmHg การพยาบาลที่สำคัญใน 24 ชั่วโมงแรกคือข้อใด ?

- วัดสัญญาณชีพทุก 4 ชั่วโมง
- ดูแลการให้ออกซิเจน 3 ลิตร/นาที
- ใส่ผ้าอนามัย สังเกตการมีเลือดออกทางช่องคลอด
- งดอาหารและน้ำดื่ม



เฉลย : ค. ใส่ผ้าอนามัย สังเกตการมีเลือดออกทางช่องคลอด เนื่องจากการทำ Curettage มีโอกาสเลือดออกได้ จึงต้องใส่ผ้าอนามัยไว้ เพื่อประเมินปริมาณเลือดที่จะออก ว่ามีเลือดออกผิดปกติหรือไม่ และต้องให้การรักษายังไงต่อไป

หญิงวัย 50 ปี ร้อนวูบวาบ ประจำเดือนมา 3-4 เดือนต่อครั้ง ครั้งละมากน้อย แตกต่างกัน ค่าแนะนำใดต่อไปนี้ไม่เหมาะสม ?

- ออกกำลังกายสม่ำเสมอ
- งดชา กาแฟ
- งดมีเพศสัมพันธ์
- กินวิตามินและเกลือแร่



เฉลย : ค. งดมีเพศสัมพันธ์ เนื่องจากร้อนวูบวาบ ประจำเดือนมา 3-4 เดือนต่อครั้ง คือ อาการของวัยทอง (Menopause) คือ ภาวะที่สตรีเข้าสู่วัยหมดประจำเดือน โดยรังไข่หยุดการผลิตไข่ ส่งผลให้ไม่มีประจำเดือนอีกต่อไป ผู้หญิงที่เข้าสู่วัยทองจะมีอายุเฉลี่ยประมาณ 45-55 ปี ค่าแนะนำการปฏิบัติตัว คือ



- หลีกเลี่ยงอาหารรสจัด และเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ ซึ่งจะช่วยลดอาการร้อนวูบวาบ
- ออกกำลังกายเป็นประจำ จะช่วยลดปัญหาอนไม่หลับ ทำให้อารมณ์ดีขึ้น อีกทั้งยังทำให้กระดูก และสุขภาพแข็งแรงขึ้น
- รับประทานอาหารที่มีประโยชน์ เช่น ปลา ดัก และผลไม้ เพื่อปรับฮอร์โมนให้คงที่ ช่วยลดระดับน้ำตาลในเลือด และควรเพิ่มฮอร์โมนเอสโตรเจนจากรธรรมชาติด้วยการรับประทานอาหารจำพวกถั่วเหลือง หรือพืชผักใบเขียว เพื่อช่วยลดอาการหงุดหงิดและลดอารมณ์แปรปรวน

