

SHOW 模式的护理对吸烟人群口腔自我管理的影响

周健红 张东尔 乔振

上海市金山区廊下镇社区卫生服务中心 上海 201516

【摘要】目的: 分析在吸烟人群中口腔自我管理中应 SHOW 模式的效果。方法: 选择 2022 年 1 月 -2023 年 6 月为研究开展时段, 使用滚雪球抽样法抽选在研究时段内廊下镇吸烟者 400 例作为试验开展对象, 对所有患者均实施 SHOW 模式的护理, 对比试验对象护理前后的口腔健康现状、护理前后的口腔自我管理能力。结果: 护理后本组试验对象口腔现状较护理前更佳, 软垢、牙石、牙龈指数、出血指数均低于护理前, 差异对比有统计学意义, $P < 0.05$ 。而在口腔自我管理能力上, 本组试验对象护理后口腔卫生习惯更佳, 就诊行为更佳, 口腔自知分数更高, 和护理前对比差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。结论: 在吸烟人群口腔自我管理应用中 SHOW 模式的护理效果很好, 可让口腔现状更佳, 牙软垢、牙石牙齿出血的情况更少, 同时可提高吸烟人群的口腔卫生意识, 进行正确的牙齿保健和牙齿自护。

【关键词】 SHOW 模式护理; 吸烟人群; 口腔自我管理

烟是人类第一杀手, 迄今为止, 全世界范围内因吸烟而死亡的人数高达 250 万。吸烟造成的危害不局限于肺部和身体各组织器官, 同时也会对口腔造成严重危害。人体口腔存在有多种细菌, 吸烟会降低口腔内的链球菌、变形杆菌门细菌等菌种比例, 诱发蛀牙和牙周类疾病, 同时还即可破坏牙周组织的自愈能力, 导致牙序列紊乱, 牙齿缺失, 影响咀嚼功能和面容美观 [1]。因此, 为保障口腔健康, 应对吸烟人群进行口腔自我管理的相关护理, 引导选择正确的健康行为, 树立保护口腔的良好习惯, 降低口腔疾病的发作概率。SHOW 模式的护理是一种新型的健康护理模式, 应用广泛, 覆盖面积广, 可提升受检者的口腔健康水平, 促进其健康水平和生活质量 [2]。为探究在吸烟人群中口腔自我管理应 SHOW 模式的具体效果, 特开展本试验, 现进行如下报道:

1 对象和方法

1.1 对象

选择 2022 年 1 月 -2023 年 6 月为研究开展时段, 使用滚雪球抽样法抽选在此时段廊下镇吸烟者 400 例作为实验开展对象, 对所有患者均实施 SHOW 模式的护理, 其中男性人数 386 人, 女性人数 14 人, 年龄最大者 70 岁, 年龄最小者 18 岁, 平均年龄为 45.6 ± 10.6 岁,

烟龄最长者 23 年, 烟龄最短者 1 年, 平均烟龄 8.6 ± 4.9 年; 日吸烟根数最多者 20 支, 最少者 3 支, 平均吸烟数量 7.6 ± 1.8 支;

1.2 纳入标准和排除标准

纳入标准: 年龄范围为 18-70 周岁; 每日吸烟量 ≥ 1 支烟, 烟龄 ≥ 6 个月; 知情且自愿加入该项研究, 且同意配合实验开展进行口腔相关数据的测取; 可进行有效的言语交流者;

排除标准: 精神障碍者; 认知低下者; 聋哑者; 当前已有戒烟计划者; 已经戒烟者; 不同意加入该项研究者; 已经被同类型的吸烟人群口腔自我管理试验纳入为试验对象; 既往史曾接受过同类型的吸烟健康护理护理;

1.3 方法

本组患者实施采用基于 SHOW 模式的口腔综合护理护

理: 让口腔执业医师开展口腔检查, 将牙结石、牙软垢、牙周病情况进行登记, 由试验人员牵头, 进行信息的收集, 主要包括有性别、年龄、烟龄、吸烟习惯、家庭状况等。

而后发放口腔自我管理调查表, 主要有平素自身的口腔清洁习惯、对口腔保健的态度, 既往口腔检查史和诊治史, 口腔知识获取途径、口腔健康自知情况。针对以上信息, 即对患者进行简单的健康教育, 强调吸烟对身体健康和口腔危害的影响。将口腔护理中的咀嚼、叩齿、正确刷牙、漱口、牙龈按摩等训练融入到 SHOW 模式护理内, 采用有关于口腔保健的小视频 + 吸烟的危害等书面手册 + 鼓励戒烟、督导戒烟行为等口头指导 + 微信提醒, 实时跟进等四方面。对所有患者进行综合性的护理, 护理次数每 3 月 1 次, 方式为门诊和随诊。门诊强调检查患者的口腔健康状况, 随诊则强调鼓励和引导患者戒烟, 注重口腔卫生选择更健康的生活方式。

1.4 观察指标

对比本组患者的护理前后的口腔健康现状, 使用口腔健康指数 OHI 评分表进行评价, 指标含有软垢指数 (DI)、牙龈出血指数 (SBI)、牙石指数 (CI)、牙龈指数 (GI), 每项指标最低者 0 分, 表示无软垢、出血、牙石、牙龈异常情况, 最高者 5 分, 表示软垢、出血、牙石、牙龈异常情况严重, 分数越大, 口腔健康现状越差。

对比本组患者的护理前后口腔健康自我管理能力, 总指标含有口腔卫生习惯 (刷牙次数、时长、刷牙方式、餐后漱口、有无牙线和洁牙行为)、口腔就诊行为 (牙痛就医、定期牙齿保健)、口腔健康自知情况则采取 Likert 5 分法, 根据自我认知对口腔情况进行赋值, 5 分很重要, 4 分重要、3 分一般重要、2 分不重要, 1 分很不重要。

1.5 统计学分析

将本文研究所获得的数据立即纳入统计学 SPSS24.0 软件中分析, 计量资料比较采用 t 检验, 并以平均数, 即 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 而例和率计数资料采用 χ^2 检验, 并以率 (%) 表示, ($P < 0.05$) 差异明显, 且存在有统计学意义。

2 结果

2.1 对比护理前后本组患者的口腔健康现状

护理后本组试验对象口腔现状更佳, 软垢、牙石、牙

龈指数、出血指数均低于护理前, 差异对比有统计学意义, $P < 0.05$, 见表 1:

表 1 对比护理前后本组患者的口腔健康现状 [$\bar{x} \pm s$, 分]

指标 (N=400)	护理前	护理后	t	P
DI	1.1±0.5	0.4±0.2	25.997	0.001
SBI	3.4±0.6	1.2±0.3	65.591	0.001
CI	1.8±0.3	1.1±0.5	24.009	0.001
GI	2.1±1.2	0.8±0.3	21.098	0.001

2.2 对比本组患者护理前后的口腔健康自我管理能力和卫生习惯更佳, 就诊行为更佳, 口腔自知分数更高, 和护理前对比差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。见表 2:

表 2 对比护理前后本组患者的口腔健康自我管理能力和卫生习惯更佳, 就诊行为更佳, 口腔自知分数更高, 和护理前对比差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。见表 2:

指标 (N=400)	护理前	护理后	t/ χ^2	P
刷牙次数 (次/周)	4.5±1.2	8.9±1.1	54.058	0.001
刷牙时长 (min)	1.5±0.8	3.2±1.3	22.274	0.001
餐后漱口 (例)	238 (59.5%)	353 (88.25%)	21.413	0.001
有牙线、洁牙行为 (例)	242(60.5%)	346(86.5%)	17.353	0.001
牙痛就医 (例)	116(29%)	265(66.25%)	27.184	0.004
定期牙齿保健 (例)	178(44.5%)	319(79.75%)	26.404	0.001
口腔健康自知 (分)	2.3 ± 1.2	4.6 ± 0.3	36.366	0.001

3 讨论

吸烟让人体的免疫系统受到强烈刺激, 导致口腔感染性疾病发生可能性增加, 同时还引发口臭、口腔粘膜疾病和口腔肿瘤以及口腔干燥、味蕾细胞功能丧失, 味觉呈进行性下降的情况^[3]。SHOW 护理模式的护理相对于单一的护理模式, 对吸烟人群口腔护理的综合性更强, 通过视频提高认知, 书面手册加深记忆, 口头指导加大患者戒烟或口腔卫生清洁习惯依存, 最后在通过微信进行必要的随访和定时对戒烟人群的推送有关于戒烟自我管理的相关内容, 让患者长期、稳定的有专业指导和跟进。优点是可以依托于电子信息产品进行有效的覆盖, 不同年龄段的吸烟人群均可被护理, 同时还可根据试验者的喜好制定差异化的护理方案, 适合人群大、面积广的大范围口腔管理, 可在社区、农村、以及职工健康管理中进行有效应用, 使得医疗资源更为整合, 管理效果更高^[4-5]。在本文的研究中, SHOW 护理模式除去对管理方面的优势, 还可以有效的管理吸烟人群的口腔现状, 降低牙软垢、牙结石和牙周炎和牙龈出血的概率, 提高口腔的健康水平, 同时 SHOW 护理模式可规范吸烟人群的自身口腔卫生行为, 使其关注自身口腔, 利于吸烟人群坚持良好的洁牙、漱口、正确刷牙等健康行为。

综上所述, 吸烟人群口腔自我管理中应用 SHOW 模式

的护理效果很好, 可让口腔现状更佳, 牙软垢、牙石牙齿出血的情况更少, 同时可提高吸烟人群的口腔卫生意识, 进行正确的牙齿保健和牙齿自护。

参考文献

- [1] 康吉哲, WANG Wei, 叶俊杰等. 吸烟与非吸烟者口腔微生物多样性形成机制对比分析 [J]. 口腔医学研究, 2022, 38(10): 986-990.
 - [2] 赵莹琼. 探讨强化口腔健康教育对吸烟患者种植手术后的效果 [J]. 中国社区医师, 2020, 36(18): 177-178.
 - [3] 夏进连. 知信行理论的护理对慢性牙周炎患者口腔健康、疾病认知度及生活质量的影响 [J]. 黑龙江医药科学, 2023, 46(04): 37-39.
 - [4] 祁宁静. “SHOW” 模式健康教育在心血管疾病择期手术患者围术期的应用效果分析 [J]. 心血管病防治知识, 2023, 13(05): 70-73.
 - [5] 刘春霞等. 跨理论模型健康教育对改善冠心病合并牙周炎患者口腔卫生状况的有效性 [J]. 护理实践与研究, 2022, 19(24): 3774-3778.
- 基金项目: 2021 年度金山区医药卫生类科技创新课题计划, 2021—3—49