

支气管哮喘患者门诊护理研究新进展

卫佳丽 刘隽隽*

上海中医药大学附属市中医医院 上海 200092

摘要: 随着工业污染和环境恶化,加上人口老龄化进一步加剧,哮喘患者人数在近些年呈现出逐年递增态势,死亡率不断上升,给众多患者身心健康带来严重危害^[2]。支气管哮喘多见于中老年群体,由于身体机能不同程度下降,往往伴随其他基础疾病,更容易由此引发呼吸衰竭、脏器衰竭等后果。支气管哮喘患者接受治疗期间,加强护理干预是确保达到理想疗效和改善预后的关键,其中门诊护理是整个治疗过程的关键一环。为此,本文主要综述支气管哮喘患者门诊护理措施。

关键词: 支气管哮喘; 门诊; 护理

支气管哮喘是临床发生率较高的一种气道慢性炎症疾病,长时间的慢性炎症反应造成气道呈高反应性状态,使气道阻塞,临床表现以咳嗽、胸闷、呼吸困难、反复性喘息等症状为主^[1]。目前临床针对支气管哮喘以对症治疗为主,能够一定程度缓解疾病症状^[3]。但是由于许多支气管哮喘患者缺少疾病相关知识,对疾病没有树立起正确认知,过度担忧焦虑疾病治疗效果和预后情况,常常出现紧张、焦虑等不良情绪。加上自我护理能力的缺乏,院外治疗依从性下降,从而对治疗效果产生不利影响。研究发现,在治疗工作中辅以有效护理干预措施,有利于提高治疗效果,改善预后质量^[2]。支气管哮喘病程较为漫长,患者大部分通过门诊进行治疗干预,因此加强对患者门诊护理尤为重要。

1. 心理疏导

支气管哮喘患者在首次被临床确诊时,大部分患者都很难控制个人情绪,通常会表现出明显的精神抑郁、行为焦虑,以及对未来病情发展和预后情况产生恐惧情绪。如果没有第一时间接受科学规范的治疗,由于病情延误会造成症状持续加重,还容易引起患者出现严重的精神绝望甚至厌食、拒绝进食等现象^[3]。支气管哮喘患者负面情绪,对于疾病的治疗以及预后都会产生严重不良影响,所以门诊护理人员需要和患者进行家属进行深入交流,给予足够的关心爱护,对于患者提出的问题进行耐心解释,最大限度来消除患者内心存在的紧张、恐惧、焦虑情绪,增强疾病治疗信心,提高患者相关治疗以及护理措施配合程度^[4]。护理人员也需要注意和患者构建起良好的护患关系,为患者详细解释医生制定的个性化治疗方案,帮助患者理解相关治疗措施、药物治疗

的目的、重要性。护理人员还需要向患者和家属解释病情变化,介绍当前最新的医疗技术进展,可以对病情进行有效控制,支气管哮喘也是一种能够完全治愈的疾病。

由于支气管哮喘需要长时间接受治疗,并且早期阶段疗效和患者预期容易存在差距,从而导致患者发生抑郁、自卑、消沉等负面情绪,所以护理人员需要始终和患者以及家属构建起良好的沟通联系。同时指导家属在日常生活中给予患者足够的家庭支持,认真倾听患者的述说,感受到来自家人的关怀,让患者能够以更加积极的心态面对疾病,增强疾病治疗信心^[5]。临床研究指出,负面情绪对支气管哮喘患者病情有重要的影响,可对丘脑下部、免疫功能以及内分泌系统产生影响,从而引起一系列并发症^[6]。因此通过开展心理护理,减轻患者精神负担,控制情绪过度波动,降低交感神经兴奋程度,减轻小动脉痉挛现象,抑制血压升高现象,有助于降低其他严重后果的风险。除此之外,门诊护理人员在为患者开展心理护理的过程中,还需要结合患者年龄、性别、家庭背景、受教育程度等特征,采取“因人而异”的干预策略,挑选合适的心理疏导方法,及时了解心态变化,确保心理护理的有效性。

2. 饮食指导

支气管哮喘患者门诊治疗中,除了接受止咳、祛痰、抗感染、抗过敏等常规对症干预外,还需要加强营养支持,进一步提高抵抗力,为病情康复奠定良好的基础。所以门诊护理人员需要为支气管哮喘患者讲解合理膳食的作用以及目的,为患者日常生活饮食提供指导,告知患者多摄入新鲜瓜果蔬菜,结合患者饮食习惯、病情状况制定个体化的

膳食方案, 确保患者机体营养需求得到满足, 改善机体营养状况^[7]。做好对患者饮食方面的健康知识宣教, 日常饮食都应该清淡为主, 摄入富含丰富营养物质并且容易消化吸收的食物, 进食过程中应该有节制, 保持规律, 遵循少吃多餐的原则, 避免暴饮暴食, 不要摄入过于肥腻、生冷、辛辣刺激的食物。具体来看支气管哮喘患者日常饮食注意事项体现在以下几方面: 首先需要多补充高蛋白食物, 由于支气管哮喘病情呈现出反复发作的状态, 导致机体丢失大量蛋白质, 所以在日常饮食中应该需要补充足够的蛋白质, 满足机体营养物质需求, 缓解过敏现象。每天蛋白质应供给量应控制在 70 ~ 100g, 并且优质蛋白占比应大于 1/3, 例如蛋类、奶类、豆类、鱼类、瘦肉等食物^[8]。同时支气管哮喘患者需要多摄入富含维生素 C 以及维生素 C 的食物, 这是因为维生素 A 可以促进呼吸道上皮组织功能恢复, 缓解咳嗽现象, 例如西红柿、动物肝脏、蛋黄、胡萝卜等均富含大量维生素 A 以及胡萝卜素。而维生素 C 能够对支气管上皮细胞起到保护作用, 促进毛细血管通透性下降, 加快体内抗体形成, 缓解炎症反应。除此之外, 支气管哮喘患者还应该多食用橙子、梨、罗汉果等水果, 其中橙子具备化痰止咳、清热润肺等功效, 对于支气管哮喘的防治可起到一定积极效果。

3. 疾病知识宣教

结合患者文化水平, 使用患者通俗易懂、易于理解的语言为其讲解疾病相关知识, 包括哮喘病因和发病机制, 解释发病前驱症状、对哮喘的正确处理措施、服药过程的注意事项等, 告知患者自我管理能力和自身行为对控制哮喘病情的重要性。告知患者戒烟戒酒, 避免刺激性因素导致哮喘病情加重^[9]。

4. 运动指导

当患者经过治疗并且病情逐渐稳定之后, 便可以指导患者进行合理的运动锻炼, 劳逸结合, 提高机体抵抗力, 增强体质。运动期间准确把控运动量和强度, 防止运动量过大而引发的运动性哮喘, 以不感受到疲劳为宜^[10]。教会患者运动中的呼吸技巧, 学习呼吸保健操, 增强呼吸机收缩能力。

5. 排痰护理

对于需要接受超声波雾化吸入治疗的支气管哮喘患者, 门诊护理人员需要教会患者正确的排痰方法, 引导患者通过咳嗽来进行有效地排痰。如果患者排痰比较困难, 护理人员需要轻轻拍打背部, 同时指导患者变化体位来进行引流排

痰, 叮嘱患者日常生活中应该增加饮水量。如果患者正处在支气管哮喘的急性发作期, 这需要告知患者保持合理的姿势进行休息, 可采取半卧位或者坐位。叮嘱患者将衣服适当松解, 更顺畅地进行呼吸。

6. 用药指导

门诊护理人员需要为支气管哮喘患者详细讲解各种治疗药物的使用方法、不良反应及注意事项, 便于患者院外能够按照医嘱按时按量、正确地服用药物, 最大程度保证临床药物治疗效果。

7. 结语

综上所述, 门诊护理是支气管哮喘患者治疗过程中的重要组成部分, 需要利用门诊这一短暂时间, 做好对患者疾病知识的宣传, 增强患者疾病防治意识, 帮助患者正确认知疾病, 树立起良好的个人习惯, 增加治疗配合度, 确保相关治疗顺利进行, 控制病情发展, 从而改善患者生活质量以及预后。

参考文献

- [1] 武佳丽, 张静, 景晓杰, 等. 基于同伴教育的心理护理对慢性支气管哮喘患者主观幸福感、负性情绪及自我效能的影响 [J]. 国际精神病学杂志, 2019, 46(5): 944-947.
- [2] 张琦婉, 吴林珂. 综合护理模式对支气管哮喘患者血清 CRP 水平及发作状况的影响 [J]. 贵州医药, 2019, 43(1): 153-155.
- [3] 李红娟, 张艳. 家庭教育—环境改良的延续性护理在哮喘患儿中的应用及对生活质量的影响 [J]. 贵州医药, 2020, 44(5): 837-839.
- [4] 潘甜甜, 张焱梅, 於雯雯, 等. 关怀理论视角下的护理干预对老年支气管哮喘患者的影响 [J]. 海军医学杂志, 2023, 44(1): 102-105.
- [5] 王红, 王宁丽. 集束化护理对行雾化治疗支气管哮喘患者血氧饱和度及肺功能的影响 [J]. 贵州医药, 2021, 45(1): 146-147.
- [6] 柏乐, 颜琬华. 基于健康行动过程取向模型的健康行为干预策略对支气管哮喘患者用药依从性的影响 [J]. 中国实用护理杂志, 2020, 36(12): 895-900.
- [7] 秦玉梅, 刘银芳, 李静. 基于微信的信息支持在支气管哮喘患者中的应用 [J]. 中华现代护理杂志, 2019, 25(21): 2719-2723.

[8] 杨怀洪, 谭月. 基于行为改变理论的健康教育在支气管哮喘患者中的应用研究 [J]. 中华现代护理杂志, 2022, 28(7): 948-953.

[9] 贾英岚, 柴宇霞, 王月芹, 等. Peplau 人际关系模式指导下的家庭访视在老年支气管哮喘患者中的应用 [J]. 中华

现代护理杂志, 2019, 25(12): 1524-1528.

[10] 张延芳, 王晓霞, 王晓宁. 一站式临床护理路径对哮喘急性发作患者的实施效果及对肺功能的影响研究 [J]. 中国药物与临床, 2020, 20(22): 3874-3876.