

综合性肺康复护理计划对住院老年慢阻肺护理的影响探析

张姝婷 李焕焕

成武县人民医院 山东菏泽 274200

摘要：目的：探讨综合性肺康复护理计划对住院老年慢阻肺护理的影响。方法：选取我院 2020 年 5 月-2021 年 6 月期间收治的老年慢阻肺患者 80 例作本次研究对象，随机分为对照组和观察组，各 40 例，对照组采取常规基础护理，观察组采取综合性肺康复护理计划。对比两组患者的肺功能 FEV1%、FEV1/FVC 变化情况。结果：两组患者护理前肺功能情况无明显差异，无统计学意义 ($P>0.05$)，护理后，观察组 FEV1%、FEV1/FVC 明显高于对照组，两组差异对比有统计学意义 ($P<0.05$)，结论：对老年慢阻肺患者采取综合性肺康复护理计划肺功能情况有明显的改善，提高患者生活质量水平。

关键词：综合性肺康复护理计划；老年慢阻肺；患者

慢阻肺是一种破坏性比较严重的肺部疾病，老年人最为多见，临床表现有慢性咳嗽、呼吸困难、喘息、咳痰、气短以及胸闷等，该疾病不仅会导致肺部发生异常的炎症反应，同时还会对身体的各个组织和系统造成一定的损害，严重影响患者的身心健康^[1]。一旦发病需要及时就医，在治疗的同时采取相应的护理措施利于患者病情的恢复^[2]。本研究随机选取 80 例老年慢阻肺患者作为研究对象，分为对照组和观察组分别采取基础常规护理和综合性肺康复护理计划，观察两组患者护理后的临床效果，报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院 2020 年 5 月-2021 年 6 月期间收治的老年慢阻肺患者 80 例进行临床研究分析。分为对照组和观察组，每组各 40 例。其中对照组男性 22 例，女性 18 例，年龄 67-74 岁，平均年龄为 (73.25±3.12) 岁；观察组男性 23 例，女性 17 例，年龄 65-76 岁，平均年龄为 (73.34±3.31) 岁。两组患者差异均无统计学意义 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组住院期间采取常规基础护理，观察组住院期间采取综合性肺康复护理计划，具体方法如下：

(1) 肺康复护理

①缩唇呼吸锻炼：双唇缩至吹口哨样，鼻子保持吸气两秒以上，在五秒内用口呼出气体，每天锻炼两次，每次锻炼 15 分钟。为实现对呼气时气流的有效控制，可指导患者进行吹蜡烛练习，蜡烛点燃后放在距离患者 20 厘米的位置，然后对着蜡烛呼气，呼出的气流控制在火焰吹至倾斜、不吹灭的状态。

②腹式呼吸锻炼：体位采取平卧，双手放于胸腹之间，双膝保持弯曲，用鼻吸气使腹部向上隆起、用口呼气使腹部逐渐下陷，每天锻炼两次，每次锻炼 15 分钟。

③呼吸操锻炼：采取站立状态，双手叉腰，双脚与肩部同宽，缓慢进行 8 次深呼吸。

(2) 综合性护理

①心理护理：护理人员应主动积极的与患者保持沟通交流，及时了解患者的心理变化情况，患者出现恐惧、焦虑、不安等负面情绪时要及时进行疏导，提高患者依从性，积极主动的配合医生治疗。

②健康宣教：护理人员向患者及家属进行慢阻肺发病原因、治疗过程、康复护理进行普及，同时定期开展相关的健康宣传，利用视频、宣传手册等，让患者及家属对疾病以及治疗有一定的了解，加深患者对康复护理的重视，减少患者的负面情绪。

③饮食护理：饮食清淡，易消化、低脂低盐、富含维生素及优质蛋白，少吃生冷辛辣等刺激性食物，多喝水，进食半流质的食物利于痰液稀释排出体外。根据患者的具体病情进行饮食指导如肺气肿患者痰多可食用温性的食物，比如富含营养物质的鸡汤、豆制品等；肺气肿较重的患者应选择滋阴生津的食物，比如苹果、梨、话梅等。

1.3 观察指标

观察两组患者在护理后肺功能 FEV1%、FEV1/FVC 变化情况。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS17.0 软件中分析，计量资料比较采用 t 检验，并以 ($\bar{x} \pm s$) 表示，($P<0.05$) 为差异显著，有统计学意义。

2 结果

观察组 ($n=40$)，FEV1%(71.15±3.82)、FEV1/FVC (76.59±4.12)

对照组 ($n=40$)，FEV1%(61.23±2.16)、FEV1/FVC (61.03±2.52)

($t=14.297$, $p=0.001$; $t=20.377$, $p=0.001$) 经组间比较显示观察组护理后 FEV1%、FEV1/FVC 明显高于对照组 ($P<0.05$)，两组对比差异具有统计学意义。

3. 讨论

随着我国经济的不断发展，人们的生活环境和生活质量不断提升，同时人们对自身的健康问题越来越重视，慢阻肺是老年人常见的疾病之一，随着我国老龄化进程的不断加快，发病率也越来越来高，在对老年慢阻肺患者进行治疗的同时采取有效的护理措施利于患者的病情恢复^[3]。

综合性肺康复护理计划结合了肺康复护理和综合性护理对患者进行缩唇呼吸锻炼、腹式呼吸锻炼、呼吸操锻炼等帮助患者肺功能恢复^[4]。同时对患者进行心理护理减少患者的负面情绪，提高患者的依从性，积极主动的配合治疗，对患者及家属进行健康宣教对疾病和治疗过程有一定的了解，提高患者被治愈的信心，并在饮食方面进行指导，保证患者营养补给，患者接受度高，效果好^[5]。本研究选取 80 例老年慢阻肺患者作为研究对象，分为对照组和观察组，分别采取常规基础护理和综合性肺康复护理计划，结果显示，观察组 FEV1%、FEV1/FVC 明显高于对照组，有统计学意义 ($P<0.05$)，综合性肺康复护理计划能够改善患者的肺功能情况。

综上所述，对老年慢阻肺患者采取综合性肺康复护理计划能有效改善患者的肺功能情况，利于患者的病情恢复，提高患者的生活质量水平，值得临床推广。

参考文献

- [1] 黄国丽, 陈偶, 晁志新等. 综合性肺康复护理计划对住院老年慢阻肺护理的应用效果分析 [J]. 当代医学, 2021, 27(08): 179-181.
- [2] 徐佩红, 郑晓璐, 朱燕军等. 综合性肺康复护理计划对住院老年慢阻肺患者的效果研究 [J]. 中国全科医学, 2020, 23(S2): 243-245.
- [3] 白春杰. 综合性肺康复护理计划对住院老年慢阻肺患者的护理效果分析 [J]. 中国实用医药, 2020, 15(09): 172-174.
- [4] 姜红. 采用综合性肺康复护理计划对住院的老年慢阻肺患者进行护理的效果分析 [J]. 当代医药论丛, 2019, 17(18): 266-267.
- [5] 金艳鸽. 综合性肺康复护理计划对老年慢性阻塞性肺疾病住院患者呼吸功能及生活质量的影响 [J]. 临床医药实践, 2019, 28(02): 146-147.