

肺康复护理对间质性肺疾病稳定期患者生活质量的影响

刘佳 王莹

山东省第二人民医院 山东济南 250000

摘要：目的：分析肺康复护理对稳定期间质性肺疾病患者生活品质造成的影响。方法：根据随机抽签原则将本院 2020 年 3 月 - 2021 年 3 月接诊的间质性肺疾病稳定期患者 90 例分为对照组和观察组，2 组分别接受常规护理及肺康复护理，观察 2 组护理结果。结果：护理前，两组患者躯体功能，心理功能，社会功能，物质生活评分对比无差异($P > 0.05$)；护理后，观察组患者躯体功能，心理功能，社会功能，物质生活的评分均明显高($P < 0.05$)。两组患者护理前 SDS 评分对比无差异($P > 0.05$)，护理后有差异($P < 0.05$)。结论：肺康复护理的临床功效显著，可提升稳定期病人的生活质量。

关键词：肺康复护理；间质性肺疾病；生活质量；SDS 评分

间质性肺疾病病变主要集中在弥漫性肺实质、间质纤维化、肺泡炎症等，在临床上以通气障碍、活动性呼吸障碍、弥漫性功能减低与的低氧血症为主要临床表现，严重也会导致患者的肺部出现双肺纤维化病变，出现肺心病和呼吸衰竭等症状，对患者的生活质量具有非常大的影响，甚至威胁患者的生命^[1]。肺康复护理的应用已经引起了临床上众多学者与患者的关注，并取得了较好的效果^[2]。本文中对于肺康复护理的实施效果进行研究，主要目的是改善患者的肺功能，提高生活质量，现将本次研究内容与结果报道如下。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选取我院 2020 年 3 月-2021 年 3 月收治的 90 例间质性肺疾病稳定期患者，采用随机的方式分为观察组与对照组，每组 45 例。观察组男 23 人，女 22 人，平均年龄(58.93±3.67)岁；对照组：男女比例为 23:22，平均均值为(58.99±3.95)岁。将患者一般资料输入统计学软件进行计算， $P > 0.05$ ，具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组：采用的是常规护理方式，包括：对患者及家属进行健康宣传教育，想讲解疾病的病理相关知识、治疗流程与方式、注意事项等，增加患者及家属对疾病相关知识的掌握程度。并指导患者进行正确饮食，养成良好的生活习惯；在治疗期间密切监测患者的生命体征变化，如有异常，及时与医生取得联系。

1.2.2 观察组：在对照组基础上采用肺康复护理，指导患者进行非呼吸功能训练，其中包括腹式呼吸、缩唇呼吸、呼吸体操与横膈式呼吸，帮助患者养成平稳呼吸的习惯，缓解呼吸困难症状。呼吸的动作为：(1)保持站立状态，双脚与肩保持在相同的宽度，将双臂逐渐外展，并缓慢的向上，同时深吸一口气，在头顶上合掌，随后在缓慢的放到身体的两侧，同时深呼吸一口气。(2)保持站立状态，双脚与肩保持在相同的宽度，单臂逐渐向外展，缓慢的向上移动，同时深吸一口气，将身体向左或右侧转动，并向侧弯 30-60°，同时深呼一口气，缓慢的回到原位。(3)保持站立状态，双脚与肩保持在相同的宽度，双手呈交叉状态放到脑后，头颈部逐渐向前弯曲，同时深吸一口气，在将双臂逐渐向后外展，头颈部在向后抬起，同时深呼一口气。以上动作每次 10 分钟，每天训练三次。

1.3 观察指标及疗效判定

(1)比较两组肺功能相关指标；(2)比较两组生活质量评分，分为：生理功能、生命力、心理功能、社会功能，对患者的各项功能进行记录与分析，生活质量评分越高，治疗效果越好。

1.4 数据处理

SPSS22.0 软件进行 t、x² 检验， $P < 0.05$ 为差异显著。

2. 结果

2.1 对比两组患者肺功能相关指标

观察组肺功能相关指标更优($P < 0.05$)，见表 1。

表 1 对比两组患者肺功能($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	FVC(L)	PEF(L/s)	FEV(L)
观察组	45	3.67±1.46	5.59±1.25	3.23±0.36
对照组	45	2.75±1.02	4.50±1.15	2.88±0.25
T 值	-	2.9221	3.6302	4.5173
p 值	-	0.0048	0.0006	0.0000

2.2 两组生活质量的比较

观察组患者生活质量各项分数高($p < 0.05$)，见表 2。

表 2 对比两组患者生活质量($\bar{x} \pm s$; 分)

组别	例数	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活
观察组	45	50.48±9.01	65.01±11.92	48.01±10.38	55.75±13.99
对照组	45	41.17±10.51	51.02±11.29	41.53±12.02	44.48±16.23
t 值	-	3.8044	4.8203	2.3081	2.9753
p 值	-	0.0003	0.0000	0.0243	0.0042

3 讨论

间质性肺疾病在临床上比较常见，其典型症状为渐进性劳力性气促、乏力、干咳等，如果患者没有得到及时的治疗，最终会导致双肺出现纤维化，引起呼吸衰竭，对患者的生活质量具有较大的影响^[3]。因此，需要好稳定期的护理，帮助病人改善肺功能，提升生活质量。本文中选用的是肺康复护理，帮助增加肺部通气量，帮助肺功能恢复，降低患者的呼吸频率，有效的缓解患者的临床症状，同时，还应该增加患者的咳嗽与排痰护理，确保患者的呼吸道通畅，以免因为无效咳嗽造成不必要的损伤^[4]。通过本文研究显示，观察组经过护理后肺功能相关指标优于对照组；且观察组生活质量评分高于对照组($P < 0.05$)。

综上，间质性肺疾病稳定期患者应用肺康复护理疗效确切，可改善患者的肺功能，提高生活质量。

参考文献

- [1]沈丽. 肺康复护理对间质性肺疾病稳定期患者生活质量的影响[J]. 医学美学美容, 2019, 28(3):130-131.
- [2]丁琳. 肺康复护理对间质性肺疾病稳定期患者的影响[J]. 中国中医药现代远程教育, 2019, 17(6):112-113.
- [3]刘云. 肺康复护理对间质性肺疾病稳定期患者生存质量的影响研究[J]. 特别健康, 2020, (2):205.
- [4]邓燕. 研究肺康复护理对间质性肺疾病稳定期患者生活质量的影响[J]. 家庭医药·就医选药, 2020, (7):229.