

康复护理自我管理联合心理护理对慢阻肺患者的应用效果

胡林枝 黄惠贞

(福建省连江县医院)

【摘要】目的：探讨康复护理自我管理联合心理护理对慢阻肺患者的应用效果。方法：抽取我院收治的慢阻肺患者100例为本次研究对象，时间范围选取自2022年1月-12月之间，随机抽签法将其分为对照组（常规护理，n=50）和观察组（康复护理自我管理联合心理护理，n=50）。比较两组临床症状消退时间，肺功能、血气指标以及护理质量。结果：观察组肺啰音消失时间、咳嗽消退时间、血常规恢复时间、胸部阴影吸收时间较对照组短（ $P < 0.05$ ）。观察组FEV₁、FVC、FEV₁/FVC、PaO₂、PaCO₂水平较对照组高（ $P < 0.05$ ）。观察组护理质量中的护理方案、护理细节、护理态度、心理干预、生活指导各项评分较对照组高（ $P < 0.05$ ）。结论：康复护理自我管理联合心理护理对慢阻肺患者的应用效果显著，有效缩短临床症状消退时间，改善患者肺功能以及血气指标，提升护理质量，利于病症好转，效果理想。

【关键词】康复护理自我管理联合心理护理；慢阻肺患者；临床症状消退时间；肺功能；血气指标；护理质量

Effect of rehabilitation nursing self-management combined psychological care in COPD patients

Hu Linzhi, Huang Huizhen

Lianjiang County Hospital, Fujian Province

[Abstract] Objective: To explore the effect of rehabilitation nursing self-management combined psychological nursing in patients with COPD. Methods: 100 patients with COPD admitted to our hospital were selected as the subjects of this study, the time range was selected from January to December 2022, and the random lottery method divided them into control group (routine care, n=50) and observation group (rehabilitation nursing self-management combined psychological care, n=50). Comparing the regression time of clinical symptoms, lung function, blood gas index, and quality of care in the two groups. Results: The time of lung rale disappearance, cough regression time, blood routine recovery time, and chest shadow absorption time were shorter than the control group ($P < 0.05$). The levels of FEV₁, FVC, FEV₁/FVC, PaO₂, and PaCO₂ in the observation group were higher than those in the control group ($P < 0.05$). The scores of nursing plan, nursing details, nursing attitude, psychological intervention and life guidance in the observation group were higher than that of the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Rehabilitation nursing self-management combined psychological nursing has a significant effect on COPD patients, effectively shortening the regression time of clinical symptoms, improving the lung function and blood gas index of patients, improving the quality of nursing, conducive to the improvement of the disease, and the effect is ideal.

[Key words] rehabilitation nursing, self-management and combined psychological nursing; COPD patients; fading time of clinical symptoms; lung function; blood gas index; nursing quality

患者长期接触粉尘、有害气体或者长期吸烟等均会引起慢阻肺。该病患者病理表现呼气时气流受限、引起通气异常^[1-3]。随着病情的进展，会损伤肺泡，降低气肺交换功能，引起通气-灌注失衡。患者气道狭窄和气泡异常，使得气体交换功能降低，促使通气和血液氧气之间失衡，进而出现低氧血症和高碳酸血症，影响患者身心健康，降低生活质量^[4-6]。本研究于2022年1月-12月之间抽取我院收治的慢阻肺患者100例为本次研究对象，探讨康复护理自我管理联合心理护理对慢阻肺患者的应用效果。现报道如下：

1.资料与方法

1.1 一般资料

抽取我院收治的慢阻肺患者100例为本次研究对象，时间范围选取自2022年1月-12月之间，随机抽签法将其分为对照组（常规护理，n=50）和观察组（康复护理自我管理联合心理护理，n=50）。对照组中男女比例为26:24，平均年龄42~80（61.08±4.08）岁，平均病程1~5（3.01±0.19）年。观察组中男女比例为25:25，平均年龄40~80（61.03±4.14）岁，平均病程1~6（3.08±0.14）年。本次研究经

医学伦理委员会批准,对比两组一般资料,无差异($P > 0.05$)。患者及家属清楚本次研究流程,在同意书上签字。

1.2 纳入排除标准

纳入标准:(1)通过检查符合慢阻肺临床表现;(2)患者病情处于稳定期;(3)机体各项指标无任何异常;(4)一般资料完善者。排除标准:(1)呼吸衰竭;(2)合并其他呼吸道疾病;(3)患者精神异常,与护理人员交流、沟通存在障碍;(4)免疫系统异常者。

1.3 方法

对照组:常规护理。对患者实施常规宣教指导,做好并发症预防工作,密切监测生命体征。

观察组:康复护理自我管理联合心理护理。(1)呼吸训练:①深呼吸:指导患者通过缓慢呼吸,尽可能把空气吸入肺部,进而缓慢呼气,强化患者的肺活量和肺部弹性。②缩唇训练:护理人员指导患者缩唇训练时,保持双唇紧闭,采取鼻吸气嘴巴呼气。③腹式呼吸:患者采取仰卧位,弯曲膝盖,在双手位于患者腹部,指导其鼻子吸气,膈肌逐渐放松。此外,在患者腹部增加沙袋,实施负压训练。患者训练强度均以实际情况为主。同时适当增加慢跑、打太极拳等有氧运动,积极干预患者日常生活,保持良好作息,进而保障护理质量。(2)舒适护理:患者在休养期间,采取仰卧位,避免发生气流受阻问题,造成刺激。(3)饮食干预:护理人员询问患者日常饮食习惯、忌口等,结合病情严重程度,制定饮食方案,遵循少食多餐的原则,饮食以清淡、富含蛋白质和维生素的食物为主,进行期间细嚼慢咽,减轻肠道负担。(4)心理护理:患者在疾病影响下,极易出现各种负面情绪,降低患者治疗依从性。因此,高度重视与该病患者交流、沟通,采取合适的方式减轻患者内心压力,可以借助音乐、阅读等

方式转移其注意力。

1.4 观察指标

(1)两组临床症状消退时间,包括肺啰音消失时间、咳嗽消退时间、血常规恢复时间、胸部阴影吸收时间。

(2)两组肺功能、血气指标。肺功能指标包括:FEV₁、FVC、FEV₁/FVC,血气指标包括:PaO₂、PaCO₂。

(3)两组护理质量。由本科室自拟护理质量评分,包括护理方案、护理细节、护理态度、心理干预、生活指导共5项评分条目,单项评分均为百分制,评分同护理质量呈正比。

1.5 统计学方法

采用SPSS25.0软件处理,计数资料行 χ^2 检验,采用 $n(\%)$ 表示,计量资料符合正态分布,行 t 检验,采用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

2.结果

2.1 两组临床症状消退时间

观察组肺啰音消失时间、咳嗽消退时间、血常规恢复时间、胸部阴影吸收时间较对照组短($P < 0.05$),见表1。

2.2 两组肺功能、血气指标

观察组FEV₁、FVC、FEV₁/FVC、PaO₂、PaCO₂水平较对照组高($P < 0.05$),见表2。

2.3 两组护理质量评分

观察组护理质量中的护理方案、护理细节、护理态度、心理干预、生活指导各项评分较对照组高($P < 0.05$),见表3。

表1 两组临床症状消退时间的比较($\bar{x} \pm s, d$)

组别	例数	肺啰音消失时间	咳嗽消退时间	血常规恢复时间	胸部阴影吸收时间
观察组	50	5.04 ± 1.12	2.04 ± 0.06	4.53 ± 1.13	10.44 ± 2.32
对照组	50	7.24 ± 1.09	3.29 ± 0.14	8.87 ± 1.63	14.98 ± 2.14
t		9.954	58.030	15.473	10.171
P		< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001

表2 两组肺功能、血气指标的比较($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	FEV ₁ (L)	FVC (L)	FEV ₁ /FVC (%)	PaO ₂ (mmHg)	PaCO ₂ (mmHg)
观察组	50	2.47 ± 0.32	4.45 ± 0.40	89.35 ± 8.10	92.64 ± 4.96	48.39 ± 4.21
对照组	50	2.20 ± 0.25	3.50 ± 0.42	83.45 ± 6.43	70.45 ± 4.55	42.23 ± 3.24
t		4.702	11.582	4.034	23.312	8.199
P		< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001

表 3 两组护理质量评分的比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	护理方案	护理细节	护理态度	心理干预	生活指导
观察组	50	88.39 ± 2.30	84.43 ± 1.98	85.59 ± 1.93	83.45 ± 2.24	88.98 ± 2.34
对照组	50	72.19 ± 2.68	70.48 ± 2.10	75.59 ± 2.15	73.39 ± 2.08	70.09 ± 2.58
t		32.436	34.176	24.474	23.271	38.349
P		< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001	< 0.001

3. 讨论

慢阻肺是一种发生率较高的呼吸道疾病, 损伤机体功能。导致该病发生的因素较多, 比如周围环境污染、自身不良生活习惯、病毒感染等^[7-9]。中老年患者以该病主要患病群体, 在长期病情影响下, 患者机体处于衰退阶段, 使得病情严重加剧, 降低患者依从性^[10-12]。因此, 在治疗期间辅以一种积极有效的护理指导是至关重要的, 通过制定针对性的护理计划, 以此来提高整体护理质量。对患者实施康复护理自我管理结合心理护理, 能够有效弥补常规护理不足之处, 充分发挥护理人员的工作积极性和主观能动性, 以提升患者呼吸功能、肺功能和生活质量为护理目标, 进而改善患者日常活动量, 缓解临床症状对患者造成的影响^[13-15]。本研究显示, 观察组肺啰音消失时间、咳嗽消退时间、血常规恢复时间、胸部阴影吸收时间较对照组短 ($P < 0.05$)。观察组 FEV₁、FVC、FEV₁/FVC、PaO₂、PaCO₂ 水平较对照组高 ($P < 0.05$)。

研究可知, 采取康复护理自我管理联合心理护理利于缩短症状消退时间, 提高肺功能, 且该护理模式利于提高护理质量。研究显示, 观察组护理质量中的护理方案、护理细节、护理态度、心理干预、生活指导各项评分较对照组高 ($P < 0.05$)。康复护理自我管理联合心理护理给患者提供全面的护理服务, 在实施期间以人为本, 确保患护之间友好相处, 通过心理疏导、缓解不利情绪, 保持良好心态, 进而提高患者配合度, 促使临床护理质量得以提升。在饮食指导下, 维持体内营养均衡; 指导呼吸训练, 可提高患者呼吸能力, 结合舒适护理, 保障患者在护理期间保持良好机体状态。

综上所述, 康复护理自我管理联合心理护理对慢阻肺患者的应用效果显著, 有效缩短临床症状消退时间, 改善患者肺功能以及血气指标, 提升护理质量, 利于病症好转, 效果理想。

参考文献:

- [1]张莹英, 林艳. 临床护理干预在老年慢阻肺护理工作中的应用效果及对患者生存质量的影响[J]. 贵州医药, 2023, 47(1): 141-142.
- [2]白映雪, 向丽. 综合性康复护理计划对老年慢阻肺患者的护理效果[J]. 贵州医药, 2023, 47(3): 456-457.
- [3]曾一琼, 赖静, 贺英, 等. 四级联合肺康复干预对农村稳定期 COPD 患者自我管理行为效果的研究[J]. 护理管理杂志, 2022, 22(11): 777-782.
- [4]Dongju L. Impact of Extended Care Based on Internet Platform on Psychological Status and Quality of Life of Patients with Ovarian Endometriosis Cyst[J]. Chinese and Foreign Medical Research, 2023, 21(14): 119-122.
- [5]王秋芳, 郭丹, 罗婉丽, 等. 细节管理联合心理护理对高血压患者的效果[J]. 国际精神病学杂志, 2023, 50(4): 890-892.
- [6]瞿雅婷. 慢阻肺缓解期患者行肺康复训练护理的临床效果分析[J]. 生命科学仪器, 2022, 20(S01): 2.
- [7]Barriers to Palliative Care Referral and Advance Care Planning(ACP) for Patients With COPD: A Cross-Sectional Survey of Palliative Care Nurses: [J]. American Journal of Hospice and Palliative Medicine®, 2022, 39(2): 169-177.
- [8]李明慧. 优质护理对老年慢阻肺患者肺功能和生活质量的改善效果[J]. 重庆医学, 2022, 51(S02): 403-405.
- [9]寇咏刘凌卉. 基于交互分析的团体健康宣教联合排痰训练对老年慢阻肺呼吸衰竭患者的康复效果分析[J]. 老年医学与保健, 2022, 28(4): 828-832.
- [10]Mesquita R, Silva G P F D, Nascimento F A B D, et al. Religiosity and Religious Coping in Patients with COPD: A Cross-Sectional Comparison Between Brazil and the Netherlands and Associations with Physical and Psychological Health[J]. Journal of religion and health, 2022, 61(5): 4039-4050.
- [11]王丽, 张洛源. 包括 NMES 在内的康复方案对 COPD 患者临床肺康复效果研究[J]. 中国实验诊断学, 2022, 26(8): 1124-1127.