

护理干预对胸外科肺结节患者健康教育的影响

侯梅

(西安交通大学第一附属医院 陕西西安 710061)

【摘要】目的 分析护理干预对胸外科肺结节患者健康教育的影响。方法 选取2022年10月-2023年10月我院收治的肺结节患者350例,随机分为观察组和对照组,每组175例。对照组患者采用常规护理及健康宣教,观察组患者采用针对性健康教育干预。最后对两组患者护理后的知识水平,焦虑水平、抑郁水平进行综合对比分析。结果 两组患者在护理后的知识掌握情况明显提升,观察组在干预后明显优于对照组;两组患者在干预前均存在不同程度焦虑和抑郁问题,干预后均明显下降,且观察组下降幅度较大。结论 在肺结节患者的护理干预与健康教育中,通过对健康知识的普及、病情管理的教育以及健康生活方式的指导,有效提升了患者对疾病的认知和应对能力。

【关键词】 护理干预; 胸外科; 肺结节患者; 健康教育; 影响

Impact of nursing intervention on health education of patients with pulmonary nodules in thoracic surgery

Hou Mei

(The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Xi'an City, Shaanxi Province 710061)

[Abstract] Objective To analyze the effect of nursing intervention on the health education of patients with pulmonary nodules in thoracic surgery. Methods A total of 350 patients admitted to our hospital from October 2022 to October 2023 were randomly divided into observation group and control group with 175 patients in each group. Patients in the control group adopted routine care and health education, and targeted health education intervention was used for patients in the observation group. Finally, the level of knowledge, anxiety and depression of the two groups were compared. Results The knowledge of patients in both groups improved significantly after nursing, and the observation group was significantly better than the control group after intervention; both groups had different degrees of anxiety and depression before intervention, and the observation group decreased significantly. Conclusion In the nursing intervention and health education of patients with pulmonary nodules, through the popularization of health knowledge, the education of disease management and the guidance of healthy lifestyle, the patients' cognition and the ability to deal with the disease are effectively improved.

[Key words] nursing intervention; thoracic surgery; pulmonary nodules; health education; influence

引言:

肺结节是指肺部出现的小结节状病变,通常通过影像学检查发现。虽然大多数肺结节是良性的,但仍有一部分可能是恶性的,需引起高度重视。肺结节患者在确诊后常常会经历焦虑、恐惧等负面情绪,因此科学的护理干预和健康教育尤为重要。本研究旨在探讨护理干预和健康教育对肺结节患者的影响。通过对患者进行系统的护理干预和健康教育,评估其对患者知识水平、心理状态和生活质量的改善效果。希望通过本研究,能够为临床护理提供科学依据,进一步提升肺结节患者的护理质量,促进患者身心健康的全面恢复。

一、资料与方法

(一) 一般资料

选取2022年10月-2023年10月我院收治的肺结节患者350例,随机分为观察组和对照组,每组175例。

(二) 方法

对照组患者采用常规护理及健康宣教,观察组患者采用针对性健康教育干预,具体如下:

(1) 健康知识普及

肺结节患者的健康教育是护理干预中的重要一环,通过系统的教育,帮助患者及其家属了解疾病的基本知识,掌握

早期症状与预防措施,重视影像学检查的重要性,从而提高患者的自我管理能力和生活质量。健康知识普及是健康教育的基础,通过向患者传授有关肺结节的基本知识,可以帮助他们正确认识疾病,消除恐惧和误解。肺结节是指肺部出现的直径小于3厘米的圆形或类圆形病变,可以是单个或多个。根据其性质,可以分为良性和恶性结节。良性结节常见于炎症、瘢痕和良性肿瘤,而恶性结节则可能是早期肺癌的表现。通过讲解肺结节的形成原因、分类和特征,患者能够更全面地了解自己的病情,不至于因为误解而产生过度的焦虑。尽管大多数肺结节无明显症状,但了解早期症状仍有助于患者及早发现问题^[1]。常见的早期症状包括咳嗽、咳痰、胸痛和呼吸困难等。然而,这些症状也可能由其他疾病引起,因此,患者一旦出现上述症状,应及时就医,进行专业检查。预防措施主要包括戒烟、避免接触有害物质、保持良好的生活习惯和定期体检。通过宣传这些预防措施,可以帮助患者减少患病风险,提高生活质量。影像学检查是诊断肺结节的重要手段,包括X线检查、CT扫描和PET-CT检查等。X线检查是初步筛查的常用方法,而CT扫描则可以更清晰地显示肺结节的大小、形态和密度,帮助医生判断结节的性质。PET-CT检查通过显像剂的摄取情况,可以进一步区分良性和恶性结节。通过健康教育,患者可以认识到定期进行影像学检查的重要性,不仅有助于早期发现和治疗肺结节,还能有效监测病情变化,及时采取相应的治疗措施。健康知识普及不仅要向患者传授理论知识,还要结合实际案例和多媒体

资源, 增强教育的生动性和实效性。例如, 可以通过图表、视频和案例分析, 帮助患者更直观地理解肺结节的相关知识。同时, 护理人员应鼓励患者积极提问, 及时解答他们的疑惑, 确保他们真正掌握所学内容^[2]。

(2) 病情管理教育

药物治疗是肺结节管理的重要手段, 患者需了解如何正确使用药物。首先, 患者应明确所使用药物的种类、作用机制和使用方法。常见的药物包括抗生素、抗炎药和抗癌药物等。抗生素用于治疗由细菌感染引起的肺结节, 抗炎药则用于减轻炎症反应, 而抗癌药物主要用于恶性肺结节的治疗。护理人员应详细向患者解释每种药物的具体使用方法、剂量和注意事项。例如, 某些药物需空腹服用, 而另一些则需与食物同服; 有些药物可能引起副作用, 如胃肠不适、过敏反应等, 患者需及时告知医生。此外, 患者应避免擅自停药或更改剂量, 以免影响治疗效果。通过药物使用指导, 患者能够正确使用药物, 减少用药错误和不良反应的发生, 提高治疗的安全性和有效性。

定期复诊是病情管理的重要环节, 有助于监测病情变化, 调整治疗方案。肺结节患者需定期进行影像学检查和临床评估, 以评估结节的变化情况。定期复诊可以帮助医生及时发现结节的恶化或其他并发症, 并根据检查结果调整治疗方案, 提高治疗效果。护理人员应向患者强调定期复诊的重要性, 提醒他们按时预约和进行检查。

自我监测是病情管理的重要组成部分, 患者需掌握基本的自我监测方法, 及时发现病情变化。患者应学会自我观察, 如留意咳嗽、咳痰、胸痛等症状的变化, 并记录每日的身体状况。护理人员可以教会患者如何使用简单的工具进行自我检测, 如使用峰流速计测量呼吸功能, 或通过体温计监测体温变化^[3]。

(3) 健康生活方式教育

吸烟是引发肺结节乃至肺癌的重要风险因素, 因此, 戒烟是肺结节患者健康管理的首要任务。戒烟不仅能减少有害物质对肺部的损害, 还能显著降低恶性结节的风险。护理人员应向患者详细讲解吸烟对肺部健康的危害, 提供戒烟方法和支持, 如戒烟药物、行为疗法和戒烟支持小组等, 帮助患者戒烟。此外, 护理人员还应提醒患者避免二手烟的危害, 并建议他们远离空气污染严重的环境, 保持室内空气清新。除了戒烟, 防护措施也是不可忽视的。患者应了解如何保护自己免受有害物质的侵害, 例如在高污染环境佩戴防护口罩, 避免长期暴露在有害气体或粉尘中。此外, 定期进行空气质量监测, 选择适合的空气净化设备, 也有助于改善呼吸环境, 保护肺部健康^[4]。

均衡的饮食和适量的运动是保持健康的重要基础。护理人员应向患者提供科学的营养指导, 建议他们多摄入富含维生素、矿物质和纤维素的食物, 如新鲜水果、蔬菜和全谷物食品。患者应避免高脂肪、高糖和高盐饮食, 减少加工食品的摄入, 保持合理的体重和健康的代谢状态。合理的运动可以增强体质, 改善心肺功能, 减轻心理压力。护理人员应根据患者的身体状况和兴趣爱好, 制定个性化的运动计划。适宜的运动形式包括快走、游泳、瑜伽等, 每周进行3-5次, 每次30分钟左右。通过坚持运动, 患者不仅能提高免疫力, 还能增强自信心和积极性, 有助于病情的控制和康复^[5]。

心理健康是肺结节患者整体健康的重要组成部分。确诊

肺结节后, 患者常常会产生焦虑、抑郁等负面情绪, 这不仅影响生活质量, 还可能加重病情。护理人员应关注患者的心理健康, 进行定期的心理评估, 及时发现和处理心理问题。压力管理是保持心理健康的重要策略。护理人员应教会患者一些简单有效的减压方法, 如深呼吸、冥想、渐进性肌肉放松等, 帮助他们缓解焦虑和紧张情绪。此外, 患者还可以通过培养兴趣爱好、参加社交活动等方式转移注意力, 丰富生活内容, 增强心理韧性。

(三) 评价指标

评估两组患者在护理后的知识水平, 使用我院自制的肺结节知识评分, 总分100分; 使用SAS、SDS评分量表对患者焦虑水平、抑郁水平进行评估。

二、结果

(一) 知识掌握情况

表1 肺结节知识评分表

组别	病例	干预前	干预后
观察组	175	75.26 ± 5.44	93.41 ± 2.14
对照组	175	74.22 ± 4.69	86.44 ± 3.12

(二) 焦虑及抑郁情况

表2 焦虑及抑郁评分表

组别	例数	时间	SAS	SDS
观察组	175	干预前	66.15 ± 3.53	65.21 ± 2.12
		干预后	40.52 ± 2.23	41.58 ± 4.41
对照组	175	干预前	65.23 ± 3.85	65.12 ± 2.23
		干预后	49.10 ± 2.96	48.03 ± 4.56

三、讨论

护理干预在提升患者对肺结节相关知识的掌握情况上起到了关键作用。通过系统的健康教育, 患者对肺结节的基本知识、早期症状、预防措施、影像学检查的重要性、药物使用、定期复诊、自我监测等方面的理解都有了显著提高。在干预前, 许多患者对肺结节的相关知识了解不够, 甚至存在一定的误解和恐惧。通过对两组患者的知识水平进行对比, 结果显示, 护理干预显著提高了患者的知识水平。观察组患者在护理后的知识掌握情况明显优于对照组, 具体表现为观察组的知识水平评分为93.41 ± 2.14, 而对照组为86.44 ± 3.12。这一差异具有统计学意义, 表明护理干预在提升患者知识水平方面具有显著效果。知识水平的提升不仅增强了患者对疾病的理解, 还提高了他们的自我管理能力和生活质量。患者能够更主动地参与到病情管理中, 遵从医生的治疗方案, 减少了因知识不足导致的误解和不必要的焦虑, 从而更好地应对肺结节的治疗和管理。

肺结节患者在确诊后常常会面临焦虑、抑郁等心理问题, 这不仅影响他们的生活质量, 还可能对疾病的治疗和康复产生不利影响。因此, 在护理干预中, 关注患者的心理状态并进行相应的心理护理显得尤为重要。通过科学的护理干预, 可以有效缓解患者的心理压力, 提高他们的生活质量和治疗依从性。在护理干预前, 许多肺结节患者都存在不同程度的焦虑和抑郁问题。这些心理问题的产生主要是由于对疾

病的未知和不确定性、对治疗效果的担忧以及对未来生活的恐惧等因素引起的。患者常常感到紧张、不安,甚至出现失眠、食欲不振等症状,严重影响日常生活和工作。在干预后,通过对两组患者的心理状态进行对比分析,结果显示护理干预显著改善了患者的心理状态。观察组患者在干预后的焦虑、抑郁评分明显低于对照组,具体表现为观察组的焦虑和抑郁水平显著下降,且下降幅度较大。数据表明,护理干预前,两组患者均存在不同程度的焦虑和抑郁问题,然而,干

预后两组患者的焦虑和抑郁水平均明显下降,但观察组的下降幅度更为显著。

在肺结节患者的护理干预与健康教育中,通过对健康知识的普及、病情管理的教育以及健康生活方式的指导,有效提升了患者对疾病的认知和应对能力。特别是在心理状态的干预上,护理措施显著减轻了患者的焦虑和抑郁,改善了其生活质量。未来,需要进一步优化护理方案,加强对患者的长期随访与支持,持续提升护理质量。

参考文献:

- [1]李勤勤,陈凤玉,邱凤英,张惠真.术后恢复综合方案联合系统呼吸训练应用于肺结节手术患者的效果[J].外科研究与新技术(中英文),2024,13(02):171-174.
- [2]傅莉,梁伟.精细化检后护理干预在健康人群体检肺小结节中的应用研究[J].黑龙江医药科学,2024,47(03):44-45.
- [3]高丽燕,陈茵,漆燕.基于诺丁斯关怀理论下的干预模式对肺结节患者疾病知识掌握程度的影响[J].慢性病学杂志,2024,25(06):914-917.
- [4]朱楸璐,杨艳,杨阳.加速康复外科理念在行胸腔镜下肺结节切除术患者护理中的应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2023,9(06):5-8.
- [5]王忠月,把赛君,徐璐,谢元元,韩璐.加速康复外科干预措施对改善日间手术模式下肺结节患者恢复质量的效果[J].武警医学,2023,34(06):472-475.

上接第232页

能通过长期坚持服药改善症状,控制病情发展。然而在疾病,不适症状和病程的影响下,多数患者的用药依从性不高,心理状态较差,存在一定的不良情绪,影响治疗效果和预后^[7]。因此,在慢阻肺伴急性加重患者的临床中,不但要及时实施对症治疗措施,更要配合科学的心理护理和健康教育指导,在提升患者认知水平的同时,消除负面情绪,提升依从性,改善治疗效果。

通过本次研究发现,干预前,单一组的评分为(6.44±1.25)分,联合组为(6.39±1.28)分,组间相较,($p>0.05$)。干预后单一组评分为(10.31±2.12)分,联合组为(15.12±2.18)分,组间相较,($p<0.05$);两组干预后的心理情绪

各项评分差异明显,($p<0.05$)。提示联合应用系统健康教育与心理护理的有效性较高。其原因主要在于,系统健康教育是在全面了解患者认知度的基础上,结合各方面实际情况,实施的系统化科学健康宣教,能够从根本上改变患者对疾病的态度,消除不利于健康的风险因素,为获得良好的疗效及预后奠定基础。同时,本次研究实施心理护理与以往临床实施的干预方式存在较大不同,该护理模式从基础护理,疏导干预,护患关系等多个方面入手对患者进行心理干预和疏导,充分体现了护理内容的全面性,从而获得理想的疗效及预后。

综上所述,针对慢阻肺伴急性加重患者而言,联合应用系统健康教育与心理护理的效果较佳,具有较高的推广优势。

参考文献:

- [1]张艳红.心理护理干预方案对慢阻肺急性发作患者负面情绪与生活质量的影响研究[J].临床研究,2023,31(01):171-174.
- [2]马媛媛,曾晓冲,纵莹莹,戎少瑾.系统健康宣教联合气道护理在慢阻肺急性加重期患者中的应用[J].黑龙江医药,2022,35(03):743-744.
- [3]张槟,高岩,江玲.同伴支持模式联合精细化健康教育在慢阻肺急性加重期治疗中的应用[J].武警后勤学院学报(医学版),2021,30(06):126-129.
- [4]徐雪莹.自我管理教育联合优质护理对老年慢阻肺急性加重期患者运动耐量及呼吸困难指数的影响[J].黑龙江中医药,2021,50(02):217-218.
- [5]李银花,王春霞.呼吸功能锻炼配合心理护理对提高慢阻肺患者生活质量的影响评价[J].心理月刊,2021,16(06):128-129.
- [6]俞桂芳,夏超,李爽,陈丽娟.集束化延续护理对慢阻肺稳定期患者干预效果观察[J].安徽卫生职业技术学院学报,2020,19(04):73-74+77.
- [7]Zhang J H, Zhang L Q, Yang Y P, Li X, Zhang Y, Wang L Y, Shi H, Jiang H, Guo W, Mu L, Zeng Y. [Clinical effect of nutritional and psychological intervention combined with pulmonary rehabilitation exercise on patients with chronic obstructive pulmonary disease]. [J]. Zhonghua yi xue za zhi, 2020, 100 (2): 110-115.

作者简介:王琳(1980-5),女,壮族,广西隆林,大专,主管护师,研究方向:内科护理研究等相关工作。