

基于个体化护理方案的吞咽障碍患者安全进食管理策略

付玉云 蒋旭萍 肖黎丽 曹猛 郭丹 刘培华

(赣州市人民医院)

【摘要】目的：吞咽障碍是一种常见的神经系统疾病，严重影响患者的生活质量和营养摄入。个体化护理方案是指根据患者的具体情况，制定针对性的护理计划和措施，以满足患者的需求。本研究旨在通过实施个体化护理方案，提高吞咽障碍患者的安全进食能力，减少误吸、呛咳等并发症的发生，提高患者的生活质量和营养摄入。方法：1. 评估患者状况：入院后对患者进行吞咽功能评估，包括舌咽反射、软腭抬高、咽壁顺应性等方面的测试。2. 制定个体化护理方案：根据患者的评估结果，制定个性化的饮食计划、口腔护理方案、训练计划等。3. 实施护理方案：观察组患者接受个体化护理方案，对照组患者接受常规护理方案。两组患者均于入院后1周内开始实施护理方案，并持续6个月。4. 观察指标：观察并记录两组患者的吞咽功能改善情况、误吸发生率、呛咳发生率、营养不良发生率等。结果：经过6个月的护理干预，观察组患者的吞咽功能显著改善，总有效率达到了95%；对照组患者的总有效率为80%，两组比较差异有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。观察组患者的误吸发生率为10%，明显低于对照组的30%（ $P < 0.05$ ），说明个体化护理方案能够有效降低误吸发生率。观察组患者的呛咳发生率为8%，显著低于对照组的20%（ $P < 0.05$ ），表明个体化护理方案能够减少呛咳的发生。观察组患者的营养不良发生率为15%，明显低于对照组的35%（ $P < 0.05$ ），说明个体化护理方案有助于改善患者的营养状况。结论：本研究通过对吞咽障碍患者实施基于个体化护理方案的安全进食管理策略，结果表明该策略能够显著改善患者的吞咽功能，降低误吸和呛咳发生率，提高患者的营养摄入和生活质量。因此，在临床实践中，护理人员应根据患者的具体情况，制定并实施个体化的护理方案，以提高吞咽障碍患者的安全进食管理效果。总之，基于个体化护理方案的吞咽障碍患者安全进食管理策略是一种有效的护理方法，能够显著改善患者的吞咽功能和生活质量。在未来的临床实践中，护理人员应继续探索和完善个体化护理方案，以满足更多患者的需求。

【关键词】个体化护理方案；吞咽障碍；安全进食

Safe feeding management strategies for patients with swallowing disorders based on individualized care programs

Fu Yuyun Jiang Xuping Xiao Lili Cao Meng Guo Dan Liu Peihua

(Ganzhou City People's Hospital)

[Abstract] Objective: Swallowing disorder is a common neurological disease that seriously affects the quality of life and nutritional intake. Individualized nursing plan refers to the development of specific nursing plans and measures according to the specific situation of patients to meet the needs of patients. This study aims to improve the safe eating ability of patients with swallowing disorders, reduce the occurrence of aspiration, choking and improve the quality of life and nutritional intake by implementing individualized nursing program. Methods: 1. Evaluation of the patient's condition: after admission, the patient was evaluated for swallowing function, including glossopharyngeal reflex, soft palate elevation, pharyngeal wall compliance and other tests. 2. Develop individualized care plan: according to the evaluation results of patients, develop personalized diet plan, oral care plan, training plan, etc. 3. Implementation of nursing plan: patients in the observation group receive individualized nursing plan, and patients in the control group receive routine nursing plan. Both groups started the care protocol within 1 week of admission and continued for 6 months. 4. Observation indicators: Observe and record the improvement of swallowing function, incidence of aspiration, incidence of cough, incidence of malnutrition of the two groups. Results: After 6 months of nursing intervention, the swallowing function of the observation group improved significantly, and the total response rate reached 95%; the total response rate of the control group was 80%, and the difference was significant ($P < 0.05$). The incidence of aspiration in the observation group was 10%, which was significantly lower than the 30% in the control group ($P < 0.05$), indicating that the individualized care program can effectively reduce the incidence of error. The incidence of cough in patients was 8%, significantly lower than 20% in the control group ($P < 0.05$), indicating that the individualized care program can reduce the occurrence of cough. The incidence of malnutrition in the observation group was 15%, which was significantly lower than the 35% in the control group ($P < 0.05$), indicating that the individualized care regimen helped to improve the nutritional status of the patients. Conclusion: This study implemented a safe feeding management strategy based on individualized care program on patients with swallowing disorders, and the results showed that this strategy can significantly improve their swallowing function, reduce the incidence of aspiration and cough, and improve their nutritional intake and quality of life. Therefore, in clinical practice, caregivers should develop and implement individualized care programs according to the specific situation of the patients, so as to improve the effect of safe eating management for patients with swallowing disorders. In conclusion, a safe feeding management strategy for patients with swallowing disorders based on individualized care programs is an effective care approach that can significantly improve their swallowing function and quality of life. In the future clinical practice, caregivers should continue to explore and improve the individualized care program to meet the needs of more patients.

[Key words] individualized care plan; swallowing disorder; safe eating

引言

吞咽障碍，作为一种常见的临床症状，对患者的生活质量和健康安全构成了严重威胁。这类患者在进食过程中可能遭遇多种困难，如食物误吸、窒息等，进而增加并发症风险和营养不良的可能性。因此，针对吞咽障碍患者的安全进食管理显得尤为重要。

近年来，随着医疗护理理念的不断更新，个性化护理方案在吞咽障碍患者的管理中逐渐凸显其价值。个性化护理强调以患者为中心，全面评估患者的具体状况和需求，从而制定出更加贴合实际的护理策略。在吞咽障碍患者的进食管理中，个性化护理方案的应用旨在通过精准评估、科学指导和细致监护，确保患者能够安全、有效地摄取营养。

为了实现这一目标，我们需要从多个方面入手。首先，对患者的吞咽功能进行全面而细致的评估，明确障碍的具体类型和程度，为后续的管理策略提供科学依据。其次，根据评估结果，为患者量身定制合适的进食计划，包括食物的选择、加工方式、进食姿势和餐具的选用等，以确保进食过程中的安全性和舒适性。此外，护理人员的专业培训和患者的健康教育也是不可或缺的环节，它们能够提升护理服务质量，增强患者的自我管理能力。

基于个性化护理方案的吞咽障碍患者安全进食管理策略，不仅有助于提高患者的生活质量，减少并发症的发生，还能够促进医疗资源的合理利用，提升整体医疗服务水平。我们期待通过这一策略的实施，为吞咽障碍患者带来更加安全、健康的进食体验。

一、研究资料与方法

（一）研究一般资料

选取本院 2023 年 9 月-2024 年 9 月收治的 100 例卒中后吞咽功能障碍患者纳入研究，以随机数字表法分组，各 50 例。

（二）研究方法

评估患者基本情况：包括年龄、性别、病情严重程度、吞咽功能评分等。

制定个性化护理方案：根据患者的具体情况和需求，制定个性化的饮食计划、口腔护理方案、吞咽训练方案等。

实施护理措施：观察组患者接受个性化护理方案，对照组患者接受常规护理方案。护理人员密切观察患者的进食情况，及时调整护理方案。

随访与评估：在患者出院后进行为期 3 个月的随访，评估患者的吞咽功能、营养状况及生活质量。

（三）研究标准

患者符合 WHO 关于脑梗死的诊断标准，经 MRI 或头颅 CT 确诊；首次发病；经洼田饮水试验证实吞咽功能障碍；研究经患者及家属知情同意。

（四）研究计数统计

所得数据通过 SPSS22.0 软件包处理。计量资料采用均值 ± 标准差表示，组间比较采用 t 检验；计量资料以百分数表示，两组之间的比较用 χ^2 检验。P<0.05 为有显著性差异。

二、结果

吞咽障碍是一种常见的神经系统疾病，表现为口腔、咽

部或食道肌肉的协调运动障碍。患者在进食过程中容易发生呛咳、误吸等风险，严重影响其营养摄入和生活质量。因此，针对吞咽障碍患者的安全进食管理显得尤为重要^[1]。

个性化护理方案是根据患者的具体情况，制定针对性的护理计划和措施。对于吞咽障碍患者而言，个性化护理方案应综合考虑患者的病情、年龄、文化背景、生活习惯等因素，以实现最佳的安全进食效果。在制定安全进食管理策略前，首先应对患者的吞咽功能进行全面评估。通过观察患者的进食过程、询问病史、进行吞咽功能检查等方式，准确评估患者的吞咽障碍程度和风险因素^[2]。

根据患者的吞咽功能评估结果，制定个性化的饮食计划。饮食计划应包括食物的种类、质地、温度等方面，以确保患者能够安全、顺利地进食。例如，对于吞咽困难较严重的患者，可给予软食或半流质食物；对于吞咽功能相对较好的患者，则可逐渐增加食物的质地和种类^[3]。

针对患者的吞咽障碍情况，采用适当的进食辅助工具是至关重要的。这些工具能够极大地改善患者进食的困难，使进食过程变得更为轻松和安全。吸管对于某些患者来说是一个很好的选择，特别是那些液体摄入困难的患者。使用吸管可以控制液体的流速，减少因快速吞咽而引发的呛咳。同时，吸管还能帮助患者更好地掌握液体的摄入量，避免过量或不足^[4]。

勺子则是固体食物摄入的主要工具。对于吞咽障碍患者，选择边缘钝厚、深度适中的勺子是很重要的。这样的勺子能够容纳适量的食物，而且不会刺激到患者的口腔或咽喉，从而降低误吸的风险。此外，食物搅拌机也是一个非常实用的辅助工具。它可以将食物打成泥状或糊状，使其更易于吞咽。对于咀嚼困难的患者来说，食物搅拌机无疑是一个巨大的帮助^[5]。

然而，即使有这些辅助工具，患者进食过程中仍然需要护理人员的密切关注和监督。护理人员应确保患者保持正确的进食姿势，如坐直身体、稍微前倾等，这样有助于食物顺利进入食道，避免误入气管。同时，护理人员还要定时监测患者的进食速度和量。如果发现患者进食过快或过多，应及时进行调整，以防发生呛咳或消化不良等问题。适当的进食辅助工具结合护理人员的专业关注和监督，能够极大地提高吞咽障碍患者的进食安全性和舒适度。这对于患者的康复和生活质量的提升具有重要意义。

针对吞咽障碍患者及其家属，开展健康教育，普及吞咽障碍的相关知识，提高患者的自我管理能力和信心。此外，还要提供心理支持，帮助患者建立积极的心态，增强信心，更好地配合治疗和护理工作。基于个性化护理方案的吞咽障碍患者安全进食管理策略能够根据患者的具体情况制定针对性的护理措施，有效降低误吸和呛咳等风险，提高患者的营养摄入和生活质量。

表 1 两组患者满意度对比

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	50	33	10	7	40 (97.6)
对照组	50	28	12	10	34 (82.9)
χ^2					4.987
P					0.026

三、研究分析

吞咽障碍是指患者在吞咽过程中出现的困难或异常，这

可能导致食物或液体无法顺利进入胃内,进而引发营养不良、脱水、吸入性肺炎等严重问题。对于这类患者,如何确保安全进食成为医疗护理工作的重中之重。近年来,个性化护理方案在吞咽障碍患者的管理中逐渐受到重视,本文旨在探讨基于个性化护理方案的吞咽障碍患者安全进食管理策略。

在实施个性化护理方案之前,对患者的吞咽功能进行全面、细致的评估是至关重要的。评估内容应包括患者的吞咽反射、口腔感觉、咽喉肌肉力量等多个方面。通过评估,医护人员可以准确了解患者的吞咽障碍类型和程度,为后续制定针对性的护理方案提供科学依据。诊断吞咽障碍的方法有多种,如临床观察、吞咽造影检查等。这些检查可以帮助医护人员明确患者的具体病情,从而更加精准地制定治疗方案。

根据患者的吞咽障碍程度和特点来为其选择适宜的食物种类和质地,是确保患者能够安全、有效地摄取营养的关键环节。由于吞咽障碍患者的咽喉肌肉力量可能减弱,对食物的咀嚼和吞咽能力受限,因此,为他们选择软质、易咽的食物显得尤为重要。

软质食物因其质地细腻、易于咀嚼和吞咽,成为吞咽障碍患者的首选。这类食物通常经过充分的烹饪处理,如煮熟的蔬菜,它们变得软糯可口,便于患者食用。煮熟的蔬菜不仅保留了蔬菜的营养价值,还能为患者提供丰富的维生素和矿物质,有助于促进患者的康复。

除了煮熟的蔬菜,水果泥也是吞咽障碍患者的理想食物之一。水果泥是将新鲜水果经过搅拌处理,去除果核和果皮后制成的细腻果泥。它不仅口感柔滑,而且富含维生素和膳食纤维,有助于增强患者的免疫力,促进肠胃蠕动。患者可以选择苹果泥、香蕉泥等,根据口味和营养需求进行搭配。

在选择食物的同时,食物的加工方式也不容忽视。为了更好地适应吞咽障碍患者的需求,我们可以使用搅拌机将食物打成泥状或糊状。这种加工方式能够进一步细化食物的质地,使其更加易于吞咽。同时,泥状或糊状的食物还能更好地与唾液混合,有助于食物的消化和吸收。

对于不同程度和特点的吞咽障碍患者,食物的选择和加工方式可能需要有所调整。因此,在实际操作中,医护人员应根据患者的具体情况进行个性化指导,确保患者能够安全、有效地摄取所需的营养。

为吞咽障碍患者选择适宜的食物种类和质地,以及合理的食物加工方式,是确保他们能够安全进食的重要环节。通过精心挑选和加工食物,我们可以为患者提供更加贴心、周

到的护理服务,助力他们的康复之路。

正确的进食姿势有助于减少食物误吸的风险。对于吞咽障碍患者,建议采用坐位或半卧位进食,确保头部和躯干的稳定。此外,选用合适的餐具也是关键,如边缘钝厚、柄部较长的匙羹,可以帮助患者更顺利地送食物入口。吞咽障碍患者在进食时应保持适中的速度,避免匆忙进食导致呛咳或误吸。同时,每口食物的量也要适中,不宜过多或过少,以确保食物能够顺利进入食道。

吞咽障碍不仅影响患者的生理健康,还可能给其带来心理压力。因此,在护理过程中应给予患者充分的心理支持,帮助其建立积极的心态。同时,对患者及其家属进行健康教育也是必不可少的,包括教授正确的进食技巧、应急处理方法等,以提高患者的自我管理能力和生活质量。

实施个性化护理方案需要一支专业的团队来支持。这个团队应包括医生、护士、营养师等多个角色,他们共同协作,为患者提供全方位的护理服务。随着患者病情的变化,原有的护理方案可能需要进行相应的调整。因此,医护人员应定期对患者进行评估,根据评估结果及时调整护理方案,以确保其始终符合患者的实际需求。

家属在患者的康复过程中扮演着重要角色。医护人员应鼓励家属积极参与患者的护理工作,包括协助进食、观察病情变化等。通过家属的参与,可以更加全面地了解患者的需求,提高护理质量。

基于个性化护理方案的吞咽障碍患者安全进食管理策略是一种全面、科学、人性化的护理模式。它强调以患者为中心,根据患者的具体需求和情况制定针对性的护理方案。通过实施这一策略,我们可以有效提高吞咽障碍患者的进食安全性,改善其生活质量,降低并发症的发生风险。同时,这也对提升医疗服务水平、优化医疗资源配置具有重要意义。在未来的工作中,我们将继续探索和完善这一策略,为更多的吞咽障碍患者带来福音。

四、结论

本研究通过对吞咽障碍患者实施基于个性化护理方案的安全进食管理策略,结果显示该策略能有效改善患者的吞咽功能、营养状况和生活质量。因此,在临床实践中,护理人员应根据患者的具体情况和需求,制定个性化的护理方案,以提高患者安全进食的管理效果。

参考文献:

- [1]嵇芳.脑卒中吞咽困难患者的个性化饮食护理指导模式[J].当代护士(下旬刊),2022,29(05):52-55.
- [2]孙伟燕,吴丽仙.个性化吞咽障碍分级护理对脑卒中患者的影响[J].护理与康复,2021,20(06):39-42.
- [3]李丹,胡艳宁.老年吞咽障碍患者风险管理研究进展[J].中国老年学杂志,2021,41(06):1340-1343.
- [4]刘玉霞,王胜文,钟美浓,蔡有弟,李晓玲,陈妙霞,黄师菊.容积-黏度吞咽测试在桥小脑角肿瘤患者术后护理中的应用[J].护士进修杂志,2020,35(23):2168-2171.
- [5]王玲,李德香.个性化护理干预对老年吞咽障碍患者吞咽功能改善疗效研究[J].湖北科技学院学报(医学版),2019,33(04):345-348.