

# 全科治疗老年慢性便秘临床效果观察

方再仁

思南县许家坝镇卫生院 565107

**【摘要】目的** 分析在老年慢性便秘患者的临床治疗中,全科治疗的应用效果。**方法** 选取与我单位合作医院住院病人于 2017 年 5 月至 2018 年 6 月收治的 80 例老年慢性便秘患者为研究对象,将所选患者随机均分为对照组与干预组,对照组患者接受常规治疗,干预组患者则接受全科治疗,对比两组患者的临床治疗效果。**结果** 干预组患者的临床治疗效果明显好于对照组,两组患者数据对比后存在显著统计学差异 ( $P < 0.05$ )。**结论** 在老年慢性便秘患者治疗中,全科治疗效果较好,值得应用。

**【关键词】** 全科治疗;老年慢性便秘;患者;临床效果

**【中图分类号】** R574.62

**【文献标识码】** A

**【文章编号】** 1005-4596 (2018) 12-034-01

伴随我国人口老龄化的加剧,老年慢性便秘患者的数量也变得越来越多<sup>[1]</sup>。老年慢性便秘主要是因为患者的直肠功能、结肠功能等出现了严重异常所导致,也是消化科常见的疾病之一。老年慢性便秘的发病原因相对较为复杂,且患者的治疗周期相对较长,治疗存在较大困难<sup>[2]</sup>。我院在老年慢性便秘患者治疗中应用全科治疗方法,收到极佳效果,现作以下报道:

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取与我单位合作医院住院病人于 2017 年 5 月至 2018 年 6 月收治的 80 例老年慢性便秘患者为研究对象,所选患者经临床检查后符合老年慢性便秘诊断标准,所选患者的排除标准为:精神疾病患者、意识障碍患者、年龄 60 岁以下患者、合并其它消化系统疾病患者。将所选患者随机均分为对照组与干预组,每组各 40 例患者。对照组男性患者 21 例,女性患者 19 例,年龄 60—81 岁;干预组男性患者 22 例,女性患者 18 例,年龄 61—82 岁,两组患者的一般资料经对比后不具统计学差异 ( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组患者接受番泻叶、麻仁丸等常规药物治疗,干预组患者则接受全科治疗,方法如下:

#### 1.2.1 药物治疗

在对照组患者药物治疗基础上,医生可以让患者服用四磨汤、三黄片、果导片、苳蓉通便口服液等药物,也可以让患者用番泻叶泡水饮用或者将开塞露置于患者肛门内,若患者病情严重可以接受灌肠治疗。患者若出现中气不足,可让其口服补中益气丸,医生不能让患者长时间服用泻药,以免增强患者药物依赖性。

#### 1.2.2 饮食治疗

医生可以为患者补充足量的水分与纤维素,让患者多食用蔬菜、水果、麦片、麸皮等纤维素含量较高的食物,促进排便。患者每日应当定时饮水,并在清晨饮用 250ml 左右的温开水,患者每日的饮水量不得少于 2000ml。

#### 1.2.3 运动疗法

医生可以根据患者病情与身体状况让其进行适量的运动,如散步、太极拳、健身操等,以患者身体无疲劳感为宜。医生可以让患者学会腹部肌肉与骨盆肌肉的张力锻炼,并让患者多模拟排便动作,加强患者提肛肌的收缩能力,便于排便<sup>[3]</sup>。

#### 1.2.4 生活疗法

患者晚间入睡前 4h 左右不得饮酒或食用含有大量咖啡因的食物,也不要再在睡前大量饮水,并且尽量减少白天的睡觉时间。医护人员需要调控患者病房的湿度与温度,提高患者的睡眠质量,有效改善患者身体状况,帮助患者养成良好排便习惯。

### 1.3 临床观察指标

对比两组患者的临床治疗效果,患者治疗效果可分为无效、有效及显效,总有效 = 有效 + 显效。无效:患者接受治疗后主要症状未见任何改善,便秘甚至出现加重;有效:患者治疗后主要症状有所好转,每 3d 可以排便一次,无需用药辅助;显效:患者接受治疗后每 1—2d 排便一次,患者无不舒适且便质成型软润。

### 1.4 统计学方法

本研究所得数据均经由 SPSS19.0 软件包进行检验,计数资料表示为  $[n(\%)]$ ,利用  $\chi^2$  加以检验,若两组患者数据对比后  $P < 0.05$ ,表示差异存在统计学意义。

## 2 结果

表 1: 两组患者临床治疗效果对比分析  $[n(\%)]$

组别	例数	无效	有效	显效	总有效率
对照组	40	9 (22.5)	15 (37.5)	16 (40)	31 (77.5)
干预组	40	1 (2.5)	18 (45)	21 (52.5)	39 (97.5)

## 3 讨论

慢性便秘是临床常见病与多发病,主要是指患者肠道的蠕动功能出现异常,导致食物残渣在肠道内长时间停留无法排出,慢性便秘的患者 3—4d 甚至更久才会排便一次,且便质较为干硬<sup>[4]</sup>。老年人的肠道蠕动速度很慢,因此,患上慢性便秘的几率很大,若患者未接受及时治疗,病情严重的患者甚至会猝死。因此,为老年慢性便秘患者选择何种治疗方法,成为临床关注的重点问题。

老年慢性便秘的常规治疗多以刺激性泻药为主,但是很多患者的治疗效果无法得到保证,还很容易出现不良反应等。全科治疗与单纯药物治疗相比要更为科学,治疗范围较广,治疗更具全面性,综合效果更强。我院医护人员在实施全科治疗的过程中,分别从患者的药物治疗、饮食治疗、运动疗法、生活疗法等入手,确保患者接受更为全面的治疗方式,帮助患者有效改善预后。患者接受全科治疗之后,还会树立起完善的健康意识,对于此前不科学的生活方式等予以纠正,这对于患者未来有效预防慢性便秘十分重要。此外,患者接受全科治疗的安全性相对较高,很少会出现不良反应,也不会诱发患者合并其它疾病,这对于老年慢性便秘患者的治疗尤为重要。

在本次研究中,对照组患者接受常规的药物疗法,干预组患者则接受全科治疗。在对比两组患者的临床治疗效果后可以看出,干预组患者的治疗无效例数较少且有效例数、显效例数均多于对照组患者,干预组患者的治疗有效率达到 97.5%,远高于对照组患者 77.5% 的治疗有效率,两组患者的数据对比后存在统计学差异。

### 结语:

在老年慢性便秘患者的治疗中,全科治疗可以有效保证患者治疗效果,消除患者的主要临床症状,值得在临床中全面推广。

### 参考文献

- [1]董玮,刘灵侠,罗何婷,陈小英,刘莉,鹿晓君,寇夕.复方聚乙二醇电解质散治疗老年慢性功能性便秘的临床观察[J].医学综述,2013,19(15):2849-2851.
- [2]王开平.益气润肠汤治疗老年慢性功能性便秘临床观察[J].大家健康(学术版),2015,9(15):36.
- [3]许怀文,陈文端,程平.全科治疗老年慢性便秘临床效果观察[J].亚太传统医药,2014,10(11):84-85.
- [4]谢小蔓,王琪.穴位按摩治疗慢性功能性老年便秘 30 例疗效观察[J].海南医学,2013,24(12):1838-1839.