

## 健康教育最佳模式对慢阻肺病人的行为的改善作用研究

李 慧

云南省第一人民医院新昆华医院 云南安宁 650301

**【摘要】目的** 探讨健康教育最佳模式对慢阻肺患者行为改善的作用与意义。**方法** 将 2017 年 6 月-2018 年 7 月间于我院接受治疗的 100 例慢阻肺患者的临床资料予以分析, 依照护理模式的差异将其均分为研究组与对照组, 各为 50 例; 对照组患者给予临床常规护理干预, 而研究组在此基础上施以健康教育最佳模式干预, 然后观察并比较两组干预后其行为改善的情况。**结果** 研究组患者在准时服药、形成良好生活习惯、按时体检以及积极锻炼等方面的占比均比对照组明显偏高, 对比差异明显,  $P < 0.05$ , 具有统计学意义。**结论** 健康教育最佳模式对慢阻肺患者行为改善的作用显著, 有助于提升患者生活的质量, 促进其尽快康复, 因而具有积极的价值和意义。

**【关键词】** 慢阻肺; 健康教育; 行为; 改善**【中图分类号】** R473.5**【文献标识码】** A**【文章编号】** 1005-4596 (2019) 01-088-02

慢阻肺属于临床上比较常见的疾病类型, 以不完全的可逆性气流受限为其主要特征, 长期吸烟、空气的污染、环境恶化, 长期处于粉尘环境以及遗传等均属于引发此病的因素, 慢阻肺患者的临床症状主要表现为呼吸困难、咳嗽胸闷以及食欲不振等, 对患者的身体健康及生活质量造成严重的影响<sup>[1]</sup>。当前在临床上主要是给予患者药物治疗, 然而药物治疗仅仅是减轻患者症状, 减少不良反应及并发症的发生, 效果不佳。临床实践表明, 对于慢阻肺患者施以药物治疗的同时加强健康教育, 使患者对慢阻肺疾病的基础知识进行大致的了解和掌握, 叮嘱患者戒烟, 同时给予患者心理支持, 讲述正确排痰的方法, 加强营养指导, 促使患者养成健康良好的生活习惯, 有助于改善治疗效果, 促进患者早日康复<sup>[2]</sup>。

**1 临床资料与方法****1.1 临床资料**

将 2017 年 6 月-2018 年 7 月间于接受治疗的 100 例慢阻肺患者的临床资料予以分析, 依照护理模式的差异将其均分为研究组与对照组, 各为 50 例。研究组患者中, 男女患者分别为 42 例和 8 例, 患者年龄位于 45-76 岁, 中位年龄为 (58.5±3.8) 岁。对照组患者中, 男女患者分别为 43 例和 7 例, 患者年龄位于 46-77 岁, 中位年龄为 (59.2±3.6) 岁。运用统计学分析方法对两组患者的临床资料 (如年龄、性别等) 进行分析, 结果显示  $P > 0.05$ , 因而二者具有可比性。

**1.2 方法**

对照组患者施以临床常规护理和健康教育, 主要是向患者讲述疾病相关知识、用药规范和标准以及相关禁忌症等, 同时叮嘱患者戒烟。而研究组在此基础上依照患者病情状况及其自身情况施以针对性的健康教育, 具体如下:

(1) 心理护理干预及健康宣教。①患者入院后, 医护人员应详细了解并登记患者年龄、性别、文化程度等基本信息, 对患者病情状况、心理特征等进行评估与分析, 然后以此为基础制定针对性、个性化的心理支持与护理计划。② COPD 患者由于病程长, 病情容易反复, 故担心经济问题, 对预后期望过大, 往往伴有焦虑等不良心理, 绝大部分患者的依从性很差, 为此护理人员要向患者讲述慢阻肺疾病相关知识, 包括诱发因素、疾病的特征以及治疗与预防的方法等, 提高患者对疾病的认知, 同时向患者介绍治疗与护理的效果和必要性, 解答患者疑惑, 以消除患者紧张、恐惧等不良心理。使他在最短时间内提高依从性, 保持良好心态, 以减少发病次数, 减少急性加重期的病程天数。③向患者讲述腹式呼吸、缩唇式呼吸及呼吸操等的正确方法, 指导患者如何进行呼吸肌的锻炼, 促进其有效呼吸, 以改善其呼吸状态, 保持呼吸

通畅, 同时也避免部分患者出现轻微呼吸困难自身就加快呼吸频率, 导致呼吸越来越快 (无效呼吸) 情况的发生; 同时根据患者实际情况给予呼吸机辅助, 以纠正 CO<sub>2</sub> 潴留。

(2) 行为护理干预。慢阻肺疾病的治疗周期较长, 需长期接受药物治疗, 而在长期的治疗过程中, 患者经常会出现忘记服药、不按医嘱服药或是生活不自律等诸多情况, 这将对患者的治疗效果产生较大的影响。因而, 在治疗过程中应对患者加强行为干预, 及时向患者讲述按时按规定服药的重要性, 督促患者正确规范用药。对于抗生素类药物应当严格遵照医嘱使用, 切记滥用或是长期服用, 以避免导致细菌耐药性的产生。老年患者其痰量往往较多, 此时应给予祛痰药物以帮助其排痰, 使呼吸道保持畅通, 通过病例介绍向患者讲述不良行为及不良生活习惯对疾病治疗的影响, 以使患者积极主动的配合治疗, 养成良好的生活习惯, 叮嘱患者应戒烟戒酒, 尽量缩短 COPD 急性加重期的时间, 预防和控制并发症; 注意日常的防寒保暖, 出门应佩戴口罩, 以避免着凉感冒, 在出现不适时应立即就诊等。

(3) 运动与体能护理。依照患者其肺功能的情况, 为患者制定针对性的运动与体能活动的指标, 以提高其机体的免疫力。①指导患者科学的锻炼, 包括跑步、散步及打太极等, 叮嘱患者运动量不要过重, 以避免造成呼吸困难; ②指导患者进行有计划的呼吸运动, 以加强其呼吸肌的锻炼。患者保持立位、坐位及仰卧位, 并将其一只手放在腹部, 而另一只手放在胸前, 在呼气时要求嘴唇缩拢, 并收腹, 最大限度的将气体全部呼出, 要求吸气和呼气的比例在 1:2-1:3 为最佳<sup>[3]</sup>。

(4) 氧疗护理。对于存在呼吸困难的患者给予氧疗护理, 如提供面罩或是鼻导管等, 依照实际情况为患者制定适当的氧疗时间, 并在此期间应给予密切观察, 以避免各种意外情况的发生, 给予患者氧疗护理有助于缓解因缺氧对患者各器官所造成的损伤, 提升其综合能力。

**1.3 评价指标**

相应干预后, 对两组患者行为改善情况, 包括准时服药、形成良好生活习惯、按时体检以及积极锻炼等进行统计。

**1.4 统计学方法**

运用 SPSS20.0 统计学软件对两组患者行为改善情况进行统计分析, 其中计数资料以百分率 (%) 表示, 并施以卡方检验, 若结果有  $P < 0.05$ , 则提示对比差异具有统计学意义。

**2 结果**

表 1: 两组行为改善情况比较 [n%]

组别	例数	准时服药	良好生活习惯	按时体检	积极锻炼
研究组	50	(48) 96.0	(46) 92.0	(45) 90.0	(47) 94.0
对照组	50	(37) 74.0	(35) 70.0	(33) 66.0	(36) 72.0
$\chi^2$		9.490	7.862	8.392	8.576
P		0.002	0.005	0.004	0.003

作者简介: 李慧 (1986 年 11 月-) 云南大理, 彝族, 护师, 本科, 主要从事护理工作。

研究组患者在准时服药、形成良好生活习惯、按时体检以及积极锻炼等方面的占比均比对照组明显偏高, 对比差异明显,  $P < 0.05$ , 具有统计学意义。具体如下表 1 所示:

### 3 讨论

慢阻肺患者由于自身的抵抗能力较低, 极易受到疲劳或是受凉等诸多因素的干扰而使病情加重, 医护人员应对患者加强健康知识宣教, 注意保持病房中空气的流通及环境卫生, 注意保持病房空气流通, 同时要叮嘱患者防寒保暖, 以避免受凉<sup>[4]</sup>。基于患者自身特征、病情状况等制定具有针对性的健康知识宣教。对慢阻肺患者施以最佳的健康教育模式以促进患者对于疾病的了解和认知, 使患者掌握相关的健康知识, 促使患者养成良好的生活习惯, 指导患者开展科学适当的运动锻炼, 以提升其免疫力与抵抗力<sup>[5]</sup>。

此次研究结果表明, 研究组患者给予最佳健康教育模式, 患者在准时服药、形成良好生活习惯、按时体检以及积极锻炼等方面的占比均比对照组明显偏高, 对比差异明显, 这与相关的研究结果相似<sup>[6, 7]</sup>, 表明健康教育最佳模式对慢阻肺患者行为改善的作用显著, 有助于提升患者生活的质量, 促进其尽快康复, 因而具有积极的价值和意义。

(上接第 85 页)

胃血止糊剂中的大黄可以清热泻火, 有解毒的功效; 白芨有消肺生肌、收敛止血的作用; 乌贼骨可以止痛止血; 浙贝母有散结解毒和清热制酸的作用; 苍术可以强胃健脾; 枳实能理气解郁、邪热破结; 柴胡可以疏肝解郁; 白芍能止痛养血; 甘草可以养心润肺。泻火解毒; 中医之间互补互助, 可以有效的止胃痛、疏肝理气、轻胃泻火。而且根据现代的药理学证实<sup>[4]</sup>: 大黄可以提高局部的微循环以及组织器官的血氧供应情况, 对胃酸分泌过多进行有效抑制, 提高肠营养的耐受性, 有助于溃疡的愈合。白芨可以保护胃黏膜, 有改善抗溃疡的作用。通过药效学的分析证明: 胃血止糊剂有保护胃黏膜和抑制胃酸过多分泌的优势外, 还有止血和凝血的作用, 预防溃疡患者产生出血的情况, 对有出血情况的患者可降低出血量。本文研究表明: 观察组患者的不良反应发生率、根除幽门螺旋杆菌和治疗有效率均高于治疗组。证明了此

(上接第 86 页)

严重的不良后果。对输血质量管理的合理性与有效性, 对患者生命健康安全有着直接影响, 因此提高输血质量管理, 能够有效保证患者输血的有效性与安全性<sup>[8]</sup>。PDCA 循环主要包括 P(计划)、D(实施)、C(检查)、A(处理) 4 个部分, 其存在一定科学性与步骤性, 通过实施此计划能够周而复始运转, 反复分析和总结输血管理情况, 对血液质量的有效管理与改善具有重要作用。本研究结果显示, 观察组输血前检查、输血指征合理性评估、输血治疗同意书、病程记录、护理记录、输血后疗效评价、病历检查等合格率明显高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ ); 观察组输血资料核对不规范、电子医嘱双签名不规范、输血单签名不够清晰、输血申请单开具不规范等输血工作不规范发生率明显

(上接第 87 页)

针对电子档案开发利用程度较低的问题, 一方面要以中心资源为依托, 以历年疾病预防控制数据为分析对象, 从业务档案入手, 开展编研工作。对此, 疾控中档案工作人员不仅要掌握一定的档案编研专业知识, 还要全面了解中心的各项业务工作, 积极争取与各业务部门合作, 共同完成对中心各项年度业务知识的汇编; 另一方面, 要选择多样化的电子档案利用方式, 对内以中心局域网为依托, 在电子档案目录检索的基础上实现更高层次上的全文检索, 以及对电子档案全文的下载、打印、传输、共享; 对外可

### 参考文献

- [1] 王晶, 张艳丽, 梅春霞. 健康教育最佳模式对慢阻肺病人的行为的改善作用研究 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2015, 16(58):194.
- [2] 丁桂桃, 徐琼. 健康教育最佳模式对慢阻肺病人的行为的改善作用研究 [J]. 医药, 2016, 18(12):122.
- [3] 王朋朋, 李德涛, 高云秀. 健康教育最佳模式对慢阻肺病人的行为的改善作用研究 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(35):194.
- [4] 吴挺实, 陈钰, 梁勇. 个体化健康教育模式对改善稳定期慢阻肺患者行为和生活质量的作用 [J]. 中国健康教育, 2017, 16(09):89-92.
- [5] 艾波. 慢阻肺患者中运用健康教育对患者行为的影响分析 [J]. 今日健康, 2016, 15(2):77-79.
- [6] 夏梅. 护理干预对慢阻肺病人生活质量影响的探讨 [J]. 中外女性健康研究, 2016, 12(22):125-126.
- [7] 关丽婵, 陈美珠, 暨铭坚, et al. 教育与管理及效果评价模式对慢阻肺患者肺康复的有效性研究 [J]. 国际医药卫生导报, 2015, 20(21):3209-3213.

方法的安全性高, 比西药治疗更适宜患者应用。

综上所述: 中医胃血止糊剂联合泮托拉唑治疗幽门螺杆菌阳性消化性溃疡患者效果显著, 能彻底根除幽门螺杆菌, 能够疏肝理气、清胃泻火等功效, 提高溃疡的愈合时间, 安全性高, 不良反应少, 服用简单, 满足患者需求, 值得推广。

### 参考文献

- [1] 童三香. 幽门螺杆菌感染与老年消化性溃疡的相关危险因素调查分析 [J]. 中华医院感染学杂志, 2013, 23(10):2392-2394.
- [2] 巨煜华. 泮托拉唑联合克拉霉素呋喃唑酮治疗幽门螺杆菌阳性消化性溃疡 60 例临床观察 [J]. 中国医药指南, 2011, 6(5):440-441.
- [3] 何卫, 吕文家. 老年消化性溃疡的危险因素与预防策略 [J]. 中国老年学杂志, 2013, 33(2):418-419.
- [4] 周豫锋. 泮托拉唑阿莫西林和甲硝唑联合治疗幽门螺杆菌阳性消化性溃疡的疗效观察 [J]. 四川医学, 2012, 33(9):1635-1636.

低于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

### 4 结束语

PDCA 循环法进行输血管理的效果显著, 能有效提升输血工作落实情况, 提高输血质量, 降低输血工作不规范发生率。

### 参考文献

- [1] 金家丽, 谢莹芳, 李巧颖. PDCA 循环在血液科输血管理中的实施效果 [J]. 中医药管理杂志, 2017, 25(07):131-133.
- [2] 熊德琼. PDCA 循环在输血申请单规范填写管理中的作用 [J]. 中国卫生产业, 2017, 14(01):10-12.
- [3] 林燕. 运用 PDCA 提高输血记录合格率 [J]. 中国医学创新, 2015, 12(34):129-130.

选择以网站的形式, 面向公众提供一定的疾病预防知识。使公众随时随地得在线获取, 以提升自我保健和防护的能力。

### 4 结语

疾病预防控制机构是国家卫生健康体系中的职能机构, 承担着群体预防任务, 各种疾病的监测、分析、防治等重大任务, 在开展疾病控制、卫生监督科研教学及健康教育等业务活动中, 形成了大量的业务技术档案, 逐步提高档案质量, 使其发挥应有的作用, 合理地利用档案资源, 发挥档案资源的价值, 对疾病预防控制工作有着现实和长远的意义。