

# 综合护理干预对改善肥胖患者减肥效果分析

缙玉琴

白银市第二人民医院 730900

**【摘要】目的** 探讨综合护理干预对改善肥胖患者减肥效果。**方法** 观察本院接收的肥胖患者 108 例，随机分为基础组与干预组，每组各 54 例，基础组采用常规护理，干预组采用综合护理干预，分析各组患者减肥效果、治疗依从性情况。**结果** 在减肥有效率上，干预组 96.30%，基础组 79.63%，差异有统计学意义 ( $p < 0.05$ )；在治疗依从率上，干预组 94.44%，基础组 75.93%，差异有统计学意义 ( $p < 0.05$ )。**结论** 肥胖患者中运用综合护理干预有助于提升其治疗依从性，优化减肥效果，护理价值更高。

**【关键词】** 综合护理干预；肥胖；减肥效果

**【中图分类号】** R473.5

**【文献标识码】** A

**【文章编号】** 1005-4596 (2020) 03-146-02

由于人们物质生活的提升，生活习惯的变化，肥胖人群逐步扩展。肥胖本身会引发人体多种疾病，影响生活质量，甚至导致患者人际交往、工作、学习各方面的影响，对个人发展产生干扰。本文分析 108 例本院接收的肥胖患者，观察综合护理干预后的患者治疗依从性与减肥效果，内容如下：

## 1 资料与方法

### 1.1 基本资料

观察 2018 年 1 月 -2019 年 10 月本院接收的肥胖患者 108 例，随机分为基础组与干预组，每组各 54 例。基础组中，男 28 例，女 26 例；年龄为 19 岁至 52 岁，平均 (36.82±4.18) 岁；肥胖程度中，重度者 9 例，中度者 18 例，轻度为 27 例；干预组中，男 31 例，女 23 例；年龄为 20 岁至 54 岁，平均 (38.15±3.97) 岁；肥胖程度中，重度者 11 例，中度者 23 例，轻度为 20 例；两组患者的基本年龄、性别与肥胖程度等信息上，没有明显差异，有对比价值。

### 1.2 方法

基础组采用常规护理，干预组采用综合护理干预，细节如下：

#### 1.2.1 心理护理

肥胖患者在减肥方面，效果的高低与实际的心理状况有一定关系。要做好心理沟通疏导，建立其减肥信心。必要情况下可以多介绍治疗成功案例来激励患者，尤其是患者减肥过程中会有明显的意志力减弱，需要随时通过案例激励其保持毅力。要积极的辅助其树立减肥目标，多做正面的心理暗示，提升其对自己的信心<sup>[1]</sup>。尤其是患者会因为肥胖产生自卑、焦虑、抑郁等负面情绪，需要及时的沟通疏导。要引导其掌握有效方法来转移注意力，例如看电视、听音乐、沟通等方式都可以有助于其减少对减肥过程辛苦的关注<sup>[2]</sup>，降低对生理不适感的注意，提升身心舒适感。要保持有效的沟通技巧，避免构成其心理刺激。

#### 1.2.2 健康教育

要让患者对减肥注意事项、技巧有充分的了解，由此是要引导患者避免不当行为。要指导其掌握科学的饮食、运动、作息、心理状况以及用药管理<sup>[3]</sup>，甚至要考虑个人的习惯，保证其有较好的执行力。好的方法不在于完美，在于更好的贴合患者个体情况所需，保证其执行力是确保减肥效果的基础。指导方式可以多种多样的展开，可以提供手机网络文章、纸质健康手册、健康讲座、朋友圈等方式做沟通指导，让朋友之间互相激励支持，避免一个人的孤独无力感<sup>[4]</sup>。

#### 1.2.3 定期随访

随访工作可以定期多样化展开，包括微信、QQ、电话、邮

箱等多种方式，了解其生活管理状况，甚至让其定期汇报生活情况，做出针对性的指导。甚至鼓励患者每天做减肥日记，有助于医护人员更好的了解其减肥情况，保证因人制宜的合理指导与辅助。

### 1.3 评估标准

分析各组患者减肥效果、治疗依从性情况。治疗依从性分为完全依从、部分依从与不依从，其中完全依从与部分依从的比例和为总依从率。减肥效果中，显效为体重降低 5kg 之上，有效为体重降低 2kg 之上；无效为体重降低幅度在 2kg 之内。减肥总有效率为各组体重降低 2kg 以上的患者比例总和。

### 1.4 统计学分析

整理护理所得数据，运用 spss23.0 分析，计量 t 检验，计数卡方检验， $p < 0.05$  有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 各组患者减肥效果情况

见表 1，干预组减肥有效率 96.30%，基础组 79.63%，差异有统计学意义 ( $p < 0.05$ )；

表 1：各组患者减肥效果结果 [n(%)]

分组	显效	有效	无效	治疗总有效率
干预组 (n=54)	21 (38.89)	31 (57.41)	2 (3.70)	96.30%
基础组 (n=54)	10 (18.52)	23 (42.59)	11 (20.37)	79.63%

注：两组对比， $p < 0.05$

### 2.2 各组患者治疗依从性情况

见表 2，干预组总治疗依从率 94.44%，基础组 75.93%，差异有统计学意义 ( $p < 0.05$ )。

表 2：患者治疗依从性评估结果 [n(%)]

分组	完全依从	部分依从	不依从	依从率
干预组 (n=54)	28 (51.85)	23 (42.59)	3 (5.56)	94.44%
基础组 (n=54)	16 (29.63)	25 (46.30)	13 (24.07)	75.93%

注：两组对比， $p < 0.05$

## 3 讨论

减肥对于多数肥胖患者而言都存在不同程度的困难，是对其意志力的考验，尤其是成人个体，有自身的生活、工作、学习压力，减肥十分消耗其精力，容易导致其中途放弃。要更好的通过护理工作辅助，提升患者自身减肥能动性，让其掌握技巧更有效的提升减肥效果。效果的展现是促使患者更好坚持减肥的重要因素，因此要指导其掌握技巧，而不是简单的辛苦。要做好患者综合情况的掌握，包括其性格、个人习惯、

(下转第 149 页)

术前心理护理帮助稳定患者波动的情绪,降低心理应激反应,提供皮牵引、针眼护理帮助调整体位,确保器械正常运行,检测皮肤状态,及时处理改善患者疼痛感,通过术中巡回、器械护理配合避免机体受到手术牵引或设备影响导致神经损伤等问题,落实术中观察出血量情况,重视手术室护理配合干预可提高手术安全性,确保手术流程有序开展,保证手术顺利完成,改善疾病预后效果<sup>[7]</sup>。

综上所述,股骨转子间骨折行闭合复位股骨近端髓内钉治疗的患者应用强化手术室护理配合模式干预可改善疼痛、促进关节功能恢复。

### 参考文献

- [1] 郑军贤, 陈前永, 程迅生等. 闭合复位微创 PFNA 治疗不稳定型股骨粗隆间骨折患者的疗效 [J]. 安徽医学, 2018, 39(7): 858-860.
- [2] 于丽丽. 闭合复位股骨近端髓内钉治疗股骨转子间骨折的手术室护理配合 [J]. 中国伤残医学, 2020, 28(9): 87-88.

[3] 王永亮, 蓝勇波, 张雪峰等. 闭合复位髓内钉对高龄股骨粗隆间骨折患者的疗效 [J]. 中南医学科学杂志, 2018, 46(5): 465-467, 515.

[4] 乔通. 闭合复位微创防旋型股骨近端髓内钉固定术治疗老年股骨粗隆间骨折的临床效果 [J]. 中国民康医学, 2019, 31(22): 23-25.

[5] 贾瑞钢, 王鑫强, 陈彦影等. 有限切开与闭合复位髓内钉内固定治疗股骨粗隆下骨折的疗效比较 [J]. 中国骨与关节损伤杂志, 2018, 33(2): 167-169.

[6] 郝伟. 股骨粗隆间骨折患者行闭合复位防旋股骨近端髓内钉内固定术后应用骨肽注射液对骨代谢及骨密度的影响分析 [J]. 中国基层医药, 2017, 24(22): 3462-3465.

[7] 谢剑新, 魏燕洲, 袁敏龙等. PFNA 闭合复位在股骨粗隆间骨折患者中应用的优势分析 [J]. 中国伤残医学, 2019, 27(8): 31-32.

(上接第 145 页)

常规的生理层面的优化落实,还需要考虑患者建设,做好教育指导,提升患者更好的生活氛围,减少负面情绪构成的治疗工作压力。要着眼细致方面,了解患者多样化诉求,逐步做好各方面的细节优化提升。要注重沟通引导,意识到优质的心理健康状况对提升患者治疗信心的必要性,要减少患者消极情绪困扰,优化整个家庭的积极氛围。要维护患者的隐私,治疗中保持私密沟通环境,避免公开大声沟通,要保证患者有更好的治疗心理体验。

总而言之,妇科护理干预对减少不孕不育患者负面情绪的

效果明显,提升整体的生活质量状况。

### 参考文献

- [1] 吴娟. 健康教育对不孕不育患者治疗信心及护理满意度的影响探究 [J]. 饮食保健, 2019, 6(46):247.
- [2] 钱玮玮. 心理护理在缓解不孕不育患者负性情绪中的作用研究 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6(29):154.
- [3] 廖华丽. 心理护理在缓解门诊不孕不育患者负性情绪中的作用研究 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6(22):163.
- [4] 牛红霞, 王燕. 不孕不育患者的心理特点与护理干预措施探究 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6(18):177.

(上接第 146 页)

社会角色、信仰、兴趣爱好等,尽可能的依据其习惯来设置减肥方案。要做好有关检查,保证其减肥处于安全科学标准内,避免其盲目减肥导致的身体消耗与减肥效果不佳问题。护理工作要考虑实际情况所需,要尽可能的减少成本消耗,让患者处于更为科学经济的方法,避免减肥构成患者过大的经济压力。要让其有健康意识,通过正面的意识引导提升其减肥的动力。沟通中要保持互相信任,避免患者隐瞒情况导致的治疗方案不佳,或者执行效果不理想。

总而言之,肥胖患者中运用综合护理干预有助于提升其治疗依从性,优化减肥效果,护理价值更高。

### 参考文献

- [1] 陈艳秋. 综合护理干预对内分泌失调型肥胖患者减肥效果的影响 [J]. 饮食保健, 2019, 6(51):229-230.
- [2] 王文婷. 综合护理干预对内分泌失调型肥胖患者减肥效果的影响价值分析 [J]. 医学美学美容, 2019, 28(16):122.
- [3] 陈丽萍. 综合护理干预对内分泌失调型肥胖患者减肥效果的影响 [J]. 智慧健康, 2019, 5(19):133-134.
- [4] 王恒聪. 综合护理干预对内分泌失调型肥胖患者减肥效果的影响价值分析 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(34):123-124.

(上接第 147 页)

高于对照组患者护理满意度,数据差异显著,  $P < 0.05$ 。

### 3 讨论

心理护理是一种新型的优质护理服务,由于肿瘤患者疾病的特殊性,病死率较高,患者经历着心理与生理双重的压力,护理过程中要站在患者的角度进行思考,了解患者的需求,给予关怀和陪伴,以达到患者安然、平静、坦然的对待疾病的归属。

综上所述,心理干预在肝癌患者中的正确应用可以显著提高患者的认知功能、社会功能,改善患者的低落情绪,从而

提高患者的生活质量,获得了广大患者的一致认可,值得临床推广普及。

### 参考文献

- [1] 孙琳. 心理干预用于肝癌护理中的临床价值 [J]. 全科口腔医学电子杂志, 2019, 6(24):131+133.
- [2] 盛蓉. 心理护理干预应用于肝癌介入术患者中的效果分析 [J]. 中国社区医师, 2018, 34(36):155-156.
- [3] 覃玉金. 心理干预用于肝癌护理中的临床价值研究 [J]. 现代医学与健康研究电子杂志, 2018, 2(12):112-113.