

健康教育对急性胰腺炎保守治疗患者生活质量的影响

周璇

云南省普洱市镇沅县人民医院预防接种门诊 666500

〔摘要〕目的 探索健康教育对急性胰腺炎保守治疗患者生活质量的影响。方法 将已接诊的 80 例急性胰腺炎保守治疗患者采用摸球法随机划为观察组和对照组，对照组中 40 例患者，对其给予常规护理，观察组中 40 例患者，对其在常规护理基础上给予健康教育，观察记录两组的护理前后生活质量评分和睡眠质量评分并进行分析对比。结果 护理前两组 QOL 评分以及 PSQI 评分均无明显差异 ($P>0.05$) 而护理后两组评分均有利好变化且观察组评分明显优于对照组 ($P<0.05$)。结论 健康教育可显著提升患者的生活质量和睡眠质量，值得推广使用。

〔关键词〕健康教育；急性胰腺炎保守治疗患者；生活质量；护理影响

〔中图分类号〕R473.5 **〔文献标识码〕**A **〔文章编号〕**2095-7165 (2021) 01-142-02

急性胰腺炎是一类临床高危疾病，采取保守治疗风险低，并发症少，故为主要治疗方式，但保守治疗过程中患者长期遭受病痛折磨，睡眠质量严重下降，继而影响其正常生活^[1]。常规护理方法尚有不足，无法有效提升患者的生活质量和睡眠质量，故现代化护理模式应当立足急性胰腺炎保守治疗患者的基本情况进行深入分析，在常规护理基础上采取健康教育方案^[2]，引导患者养成良好的生活习惯，保持良好的身心状态，从而显著提升其生活质量和睡眠质量。

1 资料和方法

1.1 基本资料

病例挑选时段：2018 年 1 月 -2019 年 1 月。

病例一般资料：急性胰腺炎保守治疗患者共 80 例，随机分为观察组和对照组，每组的具体情况：对照组：共有 40 例患者，男 19 例，女 21 例，年龄区间(34-56)岁，平均年龄(38.56±5.41)岁；观察组：共有 40 例患者，男 19 例，女 21 例，年龄区间(32-57)岁，平均年龄(38.53±4.39)岁。

资料分析：对比分析后发现两组患者的一般资料无明显差异 ($P>0.05$)，不会对后续的试验结果产生影响，故具有对比分析价值。

1.2 操作方法

对对照组实施常规护理，体征监测、用药指导以及其他必要的基础性护理工作。

对观察组在对照组常规护理方案基础上实施健康教育，首先需成立专业的健康教育小组，详细分析患者的病情，据此开会讨论并制定科学的健康教育方案，主要包括：(1)入院宣教：带领患者熟悉医院环境，介绍相关生活设施的使用方法，学习病区管理规范，交流过程中拉近护患关系，了解患者基本情况，制定下一步的健康教育方针。(2)饮食指导：叮嘱患者按照健康食谱合理饮食，疾病初期中应禁饮食，病情好转后可食清淡食物，忌辛辣、油腻食物。(3)运动干预：患者病情好转后应鼓励其进行适当运动，制定运动计划，鼓励患者坚持完成，同时应叮嘱患者劳逸结合。(4)心理疏导：采取言语鼓励、过往成功案例介绍托方式使患者了解保守治疗的好处，消除恐惧、不安情绪，积极配合治疗。

(5)出院宣教：详细告知患者出院后的后续治疗方案，提醒患者合理饮食、适当运动、保持良好情绪，定期来院接受诊疗。

1.3 观察指标

(1)统计护理前后生活质量评分，采用 WHOQOL-100 评价量表进行评价，满分 60 分，0 分 -20 分为生活质量极差，21 分 -30 分为生活质量较差，31 分 -40 分为生活质量一般，41 分 -50 分为生活质量良好，51 分 -60 分为生活质量优秀。(2)统计护理前后睡眠质量评分，采用 PSQI 评价量表进行评价，满分 21 分，分值越高表示患者的睡眠质量越差。

1.4 统计学处理

计算工具：SPSS22.0 版本软件；表示方法：护理前后生活质量评分和护理前后睡眠质量评分都采用“ $\bar{x} \pm s$ ”计算得出，进行 T 检验，P 表示差异显著度， $P < 0.05$ 说明数据间差异显著， $P > 0.05$ 说明数据间差异不明显。

2 结果分析

2.1 护理前后生活质量评分

结果：护理前两组 QOL 评分无明显差异 ($P>0.05$) 而护理后两组评分均提升且观察组评分高于对照组 ($P<0.05$)。见表 1。

表 1：护理前后生活质量评分 [$\bar{x} \pm s$]

组别	例数	护理前 QOL 评分 (分)	护理后 QOL 评分 (分)
观察组	40	30.72±4.19	42.18±2.31
对照组	40	30.56±4.41	37.26±4.27
T	-	0.1664	6.4095
P	-	0.8683	0.0000

2.2 护理前后睡眠质量评分

结果：护理前两组 PSQI 评分无明显差异 ($P>0.05$) 而护理后两组评分均降低且观察组评分低于对照组 ($P<0.05$)。见表 2。

表 2：护理前后睡眠质量评分 [n(%)]

组别	例数	护理前 PSQI 评分 (分)	护理后 PSQI 评分 (分)
观察组	40	17.52±3.19	10.19±2.44
对照组	40	17.50±3.18	14.21±3.15
χ^2	-	0.0281	6.3809
P	-	0.9777	0.0000

3 讨论

健康教育即由专业护理团队制定科学的护理方案，立足入院宣教、饮食指导、运动干预、心理疏导以及出院宣教几个方面全面提升护理效果，显著提升患者的生活质量和睡眠质量^[3]。具体来说：入院和出院宣教可给予患者全面而细致的健康教育，保障患者在入院后和出院后均可以遵医嘱配合保守治疗，提高治疗依从性；饮食、运动和心理指导立足患者的生理、心理护理需求，介绍保守治疗过程中饮食、运动以及心理调节等健康知识，从而进一步提升健康教育质量^[4]。

通过上述结果可以看到，相较两组，护理前两组 QOL 评分以及 PSQI 评分均无明显差异 ($P>0.05$) 而护理后两组评分均有利好变化且观察组评分明显优于对照组 ($P<0.05$)，这说明对急性胰腺炎保守治疗患者来说，健康教育可改善患者睡眠，提升其生活质量，临床应用价值大^[5]。

〔参考文献〕

- [1] 倪金鑫, 王小丽. 基于健康意识理论的教育模式对急性胰 (下转第 144 页)

消化、低纤维素的流质饮食如鸡蛋羹、菜汤、鱼汤，少食多餐，避免生冷刺激的食物，避免刺激胃肠道加重腹泻，腹泻缓解时给予半流质饮食如：菜泥、肉泥，增加高蛋白食物摄入如：鸡肉、鱼肉、鸡蛋蛋白，避免产气食物如：牛奶、豆浆，忌食生冷食物：如：各种冷饮，冰镇水果。

3.4.2 提供安静舒适的就餐环境，避免异味产生的刺激，影响患者食欲，进食时避免外人打扰。

4 护理评价

患者于 2019-10.1 日患者大便形状正常每天 2-3 次，患者住院期间未出现栓子脱落，2019.9.20 腹痛较前减轻，疼痛评分维持在 2 分以下，2019 年 9.28 日患者的情绪有所改善焦虑评分由 61 分降至 54 分，10.1 日体重由 55KG 降到 52KG，白蛋白 41g/L，9.28 患者肛周皮肤皮疹消退，9.20 日基本掌握疾病相关知识及放疗注意事项，患者住院期间未出现出血。

5 小结

5.1 对盆腔放疗后放射性直肠炎及深静脉血栓患者，应该动态的评估患者生命体征，严密观察患者不良反应，通过不断学习不断探索改变护理方式，在医生指导下以查阅文献为支撑点改良

创新有利于患者康复的护理方法，减轻患者痛苦，提高患者舒适度，加速患者早日康复。

5.2 通过综合性护理干预及改良骨科器具应用于下肢 DVT 肢体制动，限制患肢主动及被动活动，保证了患者转运中患肢的制动，预防血栓脱落。

5.3 对盆腹腔照射的患者要进行远期反应的随访，加强学习放射治疗理论知识，弥补自身不足。

[参考文献]

- [1] 李洋, 李永丽, 王芦萍. HPV 感染型别及多重感染对宫颈病变的影响 [J]. 中华医院感染学杂志, 2019, 29(22):3461-3464+3472.
- [2] 周晖, 刘昀昀, 林仲秋. 《2017NCCN 宫颈癌临床实践指南》解读 [J]. 中国实用妇科与产科杂志, 2017, 33(1):100-107.
- [3] 李坚, 周凯. 参附注射液对接受放疗直肠癌患者慢性放射性结肠炎的预防作用研究 [J]. 当代医学, 2018, 24(8):100-101.
- [4] 林环, 杨静, 夏永娣, 罗丽娜, 刘培娟, 冯玲, 张博, 郭露. 专用垫枕在下肢深静脉血栓患者规范化体位护理中的应用 [J]. 解放军护理杂志, 2019, 36(07):83-85.

(上接第 138 页)

3 讨论

人文关怀是一个较大的概念，主要是引导人们有更为积极的身心状态，提升心理舒适度，避免负面情绪与不良行为构成的影响。随着技术的进步，人文关怀的操作方法也不断丰富，满足了人们多样化需求，护理工作压力也相对降低，整体工作开展水准更高。

总而言之，人文关怀应用在重症监护室护理中可以有效的改

善患者的负面情绪，提升患者的护理满意度，整体状况更为理想。

[参考文献]

- [1] 仇艳艳. 人文关怀在重症监护室护理中的应用效果观察 [J]. 养生保健指南, 2020, (6):165.
- [2] 杜倩. 重症监护室患者护理中舒适护理联合人文关怀护理的效果研究 [J]. 饮食保健, 2020, 7(3):177-178.
- [3] 胡文娟. 人文关怀在重症监护室呼吸衰竭患者护理中的应用效果 [J]. 健康必读, 2020, (4):226-227.

(上接第 139 页)

势^[3]。本次试验结果显示，在对老年 2 型糖尿病患者实施循证护理干预后，其血糖水平明显下降，并发症发生率也明显降低，仅为 6.7%，且上述指标均优于采取常规护理者 (P < 0.05)，杨丽萍^[4]的试验结果与此相似。

可见，在对老年 2 型糖尿病患者实行循证护理后可取得很好的护理效果，此护理模式适宜在临床中推广。

[参考文献]

- [1] 甘亚平, 陈玲, 韦晓丹, 等. 循证护理对糖尿病视网膜病

变患者生活质量的影响 [J]. 中华现代护理杂志, 2019, 25(8):1026-1029.

- [2] 任梅芳, 胡晶, 王福玲, 等. 循证护理在 2 型糖尿病患者营养管理应用中的效果分析 [J]. 中国继续医学教育, 2016, 8(23):219-222.
- [3] 王邦书. 循证护理干预在糖尿病患者饮食治疗中的应用效果评价 [J]. 中国医药指南, 2016, 14(23):5-5.
- [4] 杨丽萍. 老年 2 型糖尿病患者应用循证护理干预措施的效果及生活质量研究 [J]. 当代医学, 2016, 22(15):116-117.

(上接第 140 页)

活质量的影响分析 [J]. 临床研究, 2020, 28(02):185-186.

[2] 林晓芬, 郑谢珠, 孙慧红. 脑出血术后气管切开综合气道护理措施 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(14):140-140.

[3] 付丽华. 集束化护理措施在脑出血气管切开后患者中的

运用 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 443(22):19+21.

- [4] 郭丽. 脑出血术后气管切开综合气道护理措施的效果观察 [J]. 中国医药指南, 2020, 18(03):375-376.
- [5] 刘玉青, 乔婷婷, 王乐, 等. 综合护理对高血压脑出血术后患者的效果 [J]. 当代护士 (上旬刊), 2020, 27(06):66-68.

(上接第 141 页)

[参考文献]

- [1] 杨枫. 健康教育在妇科阴道炎患者护理中的应用价值 [J]. 中国医药指南, 2020, 18(14):282-283.
- [2] 钟焕珍, 钟秀明. 妇科腹腔镜手术优质护理及健康教育的

效果 [J]. 中国继续医学教育, 2020, 12(12):196-198.

- [3] 高洁璐, 杨建英. 门诊妇科阴道炎护理健康教育干预效果分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(8):185, 190.
- [4] 张艳. 健康教育对门诊妇科阴道炎患者的护理效果分析 [J]. 中外女性健康研究, 2020, (3):171-172.

(上接第 142 页)

腺炎康复期患者自我效能与生活质量的影响 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, v.5(18):190-191.

[2] 张小花. 循证护理模式联合健康教育对急性胰腺炎患者应激心理、生活质量的具体影响分析 [J]. 饮食保健, 2017, 4(027):215-216.

[3] 李桂枝. 健康教育对急性胰腺炎保守治疗患者生命质量、睡眠质量和护理满意度的影响观察 [J]. 世界睡眠医学杂志,

2018, 005(011):1365-1367.

- [4] 周怡, 周琪. 基于健康意识理论的教育模式对急性胰腺炎康复期患者自我效能和生活质量的影响 [J]. 中华现代护理杂志, 2019, 025(003):341-345.
- [5] 杨晋, 孙娟. 知行健康教育模式在提高急性胰腺炎患者护理满意度, 疾病知识知晓率及治疗依从性中的应用效果 [J]. 国际护理学杂志, 2019, 038(017):2735-2738.