

康复护理联合呼吸训练对老年慢阻肺患者健康行为及肺功能的影响

屈 洁

四川省科学城医院呼吸与危重症医学科 四川绵阳 621900

【摘要】目的 研究老年慢阻肺 (COPD) 患者应用呼吸训练合并康复护理对患者肺功能和健康行为的影响。**方法** 选取 60 例老年 COPD 患者纳入研究, 随机分成两组, 常规组行传统护理, 分析组行呼吸训练和康复护理, 观察组间效果。**结果** 分析组各项肺功能指标改善情况明显优于常规组, 且健康行为评分显著高于常规组, 组间差异满足统计学价值 ($P < 0.05$)。**结论** 在老年 COPD 患者中实施呼吸训练和康复护理效果突出, 可改善患者肺功能和健康行为, 值得临床推广使用。

【关键词】 老年慢阻肺; 呼吸训练; 康复护理; 健康行为; 肺功能

【中图分类号】 R473.5

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2021) 02-020-02

Effect of rehabilitation nursing combined with breathing training on healthy behavior and lung function of elderly patients with chronic obstructive pulmonary disease

【Abstract】Objective To study the effect of breathing training combined with rehabilitation nursing on the lung function and healthy behavior of elderly patients with chronic obstructive pulmonary (COPD). **Methods** Sixty elderly patients with COPD were selected into the study and randomly divided into two groups. The conventional group received traditional nursing, and the analysis group received breathing training and rehabilitation nursing. The effects between the groups were observed. **Results** The improvement of various lung function indexes of the analysis group was significantly better than that of the conventional group, and the health behavior score was significantly higher than that of the conventional group. The difference between the groups met the statistical value ($P < 0.05$). **Conclusion** The effect of breathing training and rehabilitation care in elderly COPD patients is outstanding, which can improve the lung function and healthy behavior of patients, and is worthy of clinical application.

【Key words】 elderly chronic obstructive pulmonary; breathing training; rehabilitation nursing; healthy behavior; lung function

COPD 属于进行性疾病, 病情会持续进展, 但是可以治疗干预和有效预防, 如果加强对患者的管理, 有助于增进患者对疾病知识的了解, 稳定病情, 从而改善患者肺功能, 提高患者生活质量。对于老年 COPD 患者来说, 呼吸训练道阻且长, 需要循序渐进开展, 从而增强呼吸肌耐力, 提高气体交换功能, 改善呼吸功能, 以此提高患者生活质量。对此, 本文选取 60 例老年 COPD 患者纳入研究, 分析老年慢阻肺患者应用呼吸训练合并康复护理对患者肺功能和健康行为的影响。报告如下:

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取 60 例老年 COPD 患者作为对象在 2019 年 10 月至 2020 年 10 月开展研究, 随机分成两组, 常规组和分析组, 每组 30 例。组间患者均知情同意参与研究, 均满足 COPD 临床诊断标准, 经由理论委员会批准。常规组年龄处于 60 岁至 86 岁, 平均年龄 (72.8 ± 3.7) 岁, 男性 18 例、女性 12 例, 病程均值 (9.5 ± 1.8) 年; 分析组年龄处于 60 岁至 87 岁, 平均年龄 (73.4 ± 4.3) 岁, 男性 16 例、女性 14 例, 病程均值 (10.2 ± 2.3) 年。两组患者基本资料比较未发现明显差异 ($P > 0.05$), 可以比较分析。

1.2 护理方法

常规组行传统护理, 分析组行呼吸训练和康复护理, 内容如下: (1) 康复护理: 其一, 心理干预, 由于 COPD 病程较长, 患者长期忍受病症折磨极易产生悲观、厌世、焦虑等负性情绪, 甚至拒绝接受治疗, 护理人员应当增强与患者沟通交流, 使用温和语气耐心沟通, 告知患者病症知识、治疗方法、注意事项, 促使患者正确认识疾病; 了解患者心中的真实想法, 耐心倾听患者诉求, 给予患者针对性的心理疏导, 促使患者知晓积极配合治疗的重要性, 帮助患者树立信心, 提高患者依从性。其二, 饮食指导, 指导患者落实少吃多餐的饮食原则, 多食用蛋白质、鱼类、水果、蔬菜, 避免食用高热量、高碳

水化合物类食物。其三, 运动干预, 根据患者病情为患者制定运动计划, 指导患者适量进行有氧运动, 30min/次, 同时需要保证安全性, 避免过量运动, 避免剧烈运动。(2) 呼吸训练: 其一, 腹式呼吸法, 协助患者取坐位或者仰卧位, 保持呼吸平稳, 然后将手放在腹部、胸部, 开始用力吸气并促使腹部朝向外侧扩张, 然后慢慢吸气, 在此期间避免胸部向外扩张。其二, 缩唇式呼吸, 耐心指导患者通过鼻腔深呼吸, 然后将唇部嘟起来, 缓慢呼吸, 吸气、呼气时间控制在 1:2。其三, 胸式呼吸: 指导患者取坐位或者仰卧位, 将盆骨中立, 然后将手放在两侧, 缓慢深呼吸并收缩腹部, 使得腹部完全内缩, 此时肋骨便会向上并朝向双侧扩张, 扩张至最大时呼气。上述训练 10min/次, 3 次/d。

观察指标: 评定两组患者健康行为评分, 分值越高越好。观察组间患者 FVC、FEV₁、PEF 等肺功能指标情况。

1.3 统计学分析

数据处理使用统计学软件包 SPSS13.0 进行, 使用 (%) 表示计数资料, 运用 χ^2 检验; 使用 ($\bar{x} \pm s$) 表示计量资料, 运用 t 检验, 研究结果为 $P < 0.05$, 则表明具备统计学意义^[1]。

2 结果

分析组各项肺功能指标改善情况明显优于常规组, 且健康行为评分显著高于常规组, 组间差异满足统计学价值 ($P < 0.05$)。如下表一

表一: 比较组间患者肺功能指标和健康行为评分情况

组别	例数	健康行为 评分 (分)	肺功能指标		
			FEV ₁ (L)	FVC (L)	PEF (L/s)
分析组	30	124.8±10.9	1.7±0.2	2.3±0.5	2.3±0.6
常规组	30	93.7±9.5	1.1±0.1	1.9±0.4	1.6±0.5
t	-	10.817	3.019	3.120	4.975
P	-	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

(下转第 23 页)

表 3: 不同类型阑尾炎 CT 影像学图像特征分析

病理类型	边界	壁血管	周围积液	直径 (mm)	张力	壁层次	淋巴结肿大
急性单纯阑尾炎	清晰	丰富	无	6-10	低	清晰	少
急性化脓性阑尾炎	尚可	不可见	有	>10	较高	模糊	多
急性坏疽穿孔阑尾炎	模糊	不可见	多	>15	很高	非常模糊	非常多
阑尾周围脓肿	模糊	少或不可见	少	塌陷	无张力	模糊	少或多
慢性阑尾炎	模糊	少	少	6-10	低	欠清晰	无

3 讨论

CT 和超声在急慢性阑尾炎的临床诊断中应用最为广泛, 由于两种检查方法的检查效率、灵敏度和特异性都较高, 因此也成为除病理诊断之外的最准确的方法。两种检查方法在阑尾炎诊断中各有优劣, 超声检查相比较而言, 检查费用更低、操作简便、无创性、设备普及性高等, 但超声检查对影像学医生的水平要求较高, 加上肠道气体、设备分辨率、疼痛等各种因素, 导致超声在急性单纯阑尾炎的诊断中容易出现漏诊或误诊^[3], 本文实验结果显示, 急性单纯阑尾炎 CT 诊断符合率明显更高, 而超声诊断符合率仅为 78.9%。CT 检查结果可清晰观察病变阑尾的各个切面图像, 而且能直观显示阑尾周围组织、积液、血流、淋巴结等各种变化, 有利于临床医生结合各种影像学图像及临床症状综合判断病理类型, 从而提高临床诊断准确率, 但 CT 存在费用高、设备普及率低等劣势,

且相比超声而言, 在慢性阑尾炎诊断准确率中并不具有优势, 这主要源于慢性阑尾炎长期炎症刺激, 导致阑尾周围组织发生粘连, 使得 CT 图像无法清晰显示阑尾管与周围组织。综上所述, 急慢性阑尾炎采用 CT 检查的准确率较高, 但慢性阑尾炎的超声诊断灵敏度高于 CT 检查, 因此临床具体应用时可根据患者病情及具体情况选择应用检查方法。

参考文献

[1] 孙栋林. 超声与 CT 诊断小儿急慢性阑尾炎的对比分析[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(7):126-127.
[2] 闻磊, 袁平. 超声与 CT 对急性阑尾炎诊断效果比较[J]. 中国城乡企业卫生, 2020, 35(1):185-187.
[3] 薛映月, 居敏. 超声与 CT 诊断急慢性阑尾炎的有效率对比研究[J]. 临床医药文献电子杂志, 2018, 5(50):136-137.

(上接第 19 页)

便存在相应并发症, 因此易导致患者并发症风险增高, 从而影响到最终治疗效果。

综上所述, 腹腔镜下肝切除术在肝胆管结石治疗中的应用价值较高, 值得推广。而肝胆手术史、手术时间超过 160min 及术后胆管引流是腹腔镜下肝切除术治疗肝胆管结石效果的主要影响因素, 后期, 临床应加强对以上因素的控制, 以保证腹腔镜下肝切除术治疗效果。

参考文献

[1] 廖伟然, 朱红, 黄松泉, 等. 肝胆管结石外科治疗方式的选择[J]. 医学综述, 2019, 25(6):153-157.

[2] 全志伟, 别平. 胆道镜在肝胆管结石病诊断与治疗中的应用专家共识(2019 版)[J]. 中华消化外科杂志, 2019, 35(7):611-615.

[3] 潘树波, 吴春利, 侯辉, 等. 基于倾向性评分匹配的开腹和腹腔镜肝切除术治疗肝左叶胆管结石的队列研究[J]. 中华外科杂志, 2020, 58(7):530-538.

[4] 崔劲驰, 唐腾霄, 甘浪, 等. 肝胆管结石相关性肝内胆管癌的外科治疗及预后分析[J]. 中华消化外科杂志, 2019, 18(2):152-159.

[5] 刘军, 何山. 继发性肝外胆管结石的诊断与治疗研究新进展[J]. 医学研究杂志, 2019, 48(8):1-4.

(上接第 20 页)

3 讨论

COPD 属于慢性进行性疾病, 具有不可逆的特点, 患者患病后需要长时间采取治疗措施, 常规药物治疗仅仅是基础, 让患者保持良好健康行为习惯才是关键。依据临床研究资料可知, COPD 患者生存质量同患者年龄、肺功能情况、饮食情况、运动功能、社会支持等因素息息相关, 单一使用药物干预无法满足根本性的需求, 所以给予患者康复护理和呼吸训练指导意义重大^[2]。

康复护理的核心在于改善患者生活质量, 护理内容中涵盖心理干预、运动指导、饮食指导等多方面的内容, 力求在疏导患者负性情绪的基础上, 让患者正确认识疾病, 积极配合治疗和护理工作^[3]。呼吸训练的开展则能够促使患者构建全

新呼吸模式, 从而强化各级活动度, 以改善患者呼吸困难的表现。对此, 在护理内容的制定与执行中要充分考虑其可行性和安全性, 以保障患者生命安全, 提高生存质量。

综上所述, 老年慢阻肺呼吸训练和康复护理效果突出, 可改善患者肺功能, 提高健康行为评分, 有助于改善患者预后, 可在临床推广使用。

参考文献

[1] 谭鑫. 呼吸训练康复护理对慢性阻塞性肺疾病的康复影响分析[J]. 科学养生, 2019, 022(010):125.
[2] 赵艳艳. 综合康复训练联合舒适护理对老年慢阻肺患者自我效能的影响[J]. 中国老年保健医学, 2019, 017(006):144-146.
[3] 冯坦, 龚保源. 肺功能康复训练对慢阻肺患者肺功能、呼吸功能及运动耐力的影响[J]. 中国老年保健医学, 2019(5).

(上接第 21 页)

[1] 沈伟强, 杨江华. 门诊处方审核与点评在提高合理用药水平中的作用[J]. 中医药管理杂志, 2020, 28(17):117-118.

[2] 徐敏霞. 门诊处方审核与点评对临床不合理用药的干预效果分析[J]. 临床合理用药杂志, 2020, 13(17):140-141.

[3] 林进方, 余剑波, 秦艳芳. 审方系统在提升我院门诊合理

用药水平中的应用效果[J]. 中国当代医药, 2019, 26(10):172-174.

[4] 黄玉琴. 门诊处方审核与点评对提高合理用药水平的作用[J]. 临床合理用药杂志, 2018, 11(20):93-94.

[5] 吴永红, 艾杰尔古力·阿比提. 门诊处方审核与点评分析对提高合理用药水平的影响[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(57):202+205.