

# 特色营养饮食护理干预对慢性鼻炎患者生活质量的影响

严晴红 宋文艳 宋宇

射洪市中医院 629200

**【摘要】目的** 探讨在慢性鼻炎患者治疗中, 实施特色营养饮食护理干预, 对患者生活质量的影响。**方法** 选取我院接诊的慢性鼻炎患者 84 例, 随机分为对照组与观察组, 各组各有患者 42 例, 分别为其提供常规护理、特色营养饮食护理干预, 对比两组前后生活质量的变化。**结果** 观察组 SF-36 生活质量量表的各维度评分均显著高于对照组 ( $P < 0.05$ )。**结论** 特色营养饮食护理干预可有效实现对慢性鼻炎患者的各项指标的调节, 优化生活质量, 值得推广。

**【关键词】**慢性鼻炎; 特色营养饮食; 护理; 生活质量

**【中图分类号】**R473

**【文献标识码】**A

**【文章编号】**1005-4596 (2022) 09-118-02

慢性鼻炎是因鼻黏膜及黏膜下炎症持续出现, 且常常会出現流涕、鼻塞等症狀<sup>[1]</sup>。病情嚴重的情况下, 患者嗅觉慢慢减退, 鼻子出現脹痛感, 长期如此, 晚上张口睡觉、睡眠较浅等症狀便会出现, 导致患者生活质量每况愈下。近年来, 该疾病患病率持续增长, 成为了鼻科典型疾病, 且各个年龄段均会出现。针对这一疾病, 治疗及护理的核心在于寻求病因, 以此来有效缓解鼻塞、流涕、脹痛等不适感。基于此, 笔者针对慢性鼻炎患者, 提出了特色营养饮食护理干预, 现对其具体实施方法以及干预效果, 做如下总结。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

以我科室 2021 年 1 月—2021 年 12 月门诊接诊的慢性鼻炎患者为研究对象。(1) 纳入标准: 患者均根据慢性鼻炎诊断标准进行确诊<sup>[2]</sup>; 同意参与本研究。(2) 排除标准: 合并有肝、肾功能不全或者器质性病变等较为严重的疾病; 处于特殊阶段, 即哺乳期、妊娠期等女性; 不愿意配合或者不能按照要求完成用药等患者。根据上述标准, 本研究共纳入慢性鼻炎患者 84 例, 根据患者的入组顺序, 将其随机分为对照组与观察组。对照组中患者 42 例, 女性 14 例, 男性 28 例, 年龄为  $(41.58 \pm 6.27)$  岁; 观察组中患者 42 例, 女性 16 例, 男性 26 例, 年龄为  $(40.96 \pm 7.04)$  岁。两组患者性别、年龄比较, 差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ), 具有可比性。

### 1.2 方法

对照组接受常规护理, 耐心地讲解疾病知识, 针对饮食及运动提供指导, 并讲解日常注意事项。观察组配以特色营养饮食护理干预, 具体为: 治疗过程中不得摄入烟、酒、鱼、虾、羊肉及辛辣生冷等刺激性较强的食物。也不得用力地捏住鼻子, 有效预防炎症扩散诱发中耳炎、咽炎或鼻窦炎。天冷时, 出门应戴上帽子、口罩, 时常使用醋熏蒸室内。每天基于气候的变化, 合理地增减衣物, 获得充足的睡眠。同时, 基于具体

症状予以饮食指导: ①当慢性鼻炎出现持续性鼻塞, 鼻子流出清水的鼻涕, 当遇到寒气时更加严重, 面色惨白, 呼吸急促, 咳嗽不止, 且存在白痰, 食欲不振。对此, 饮食过程中不得食用萝卜或酒肉, 可摄入黄芪鸡、枣泥扁豆包、扁豆大枣粥、荷叶粥、姜枣汤, 将红糖、葱白、生姜等混合在一起煎汤, 热服两三天。②当鼻塞严重, 鼻甲比较暗红, 鼻涕较为浓稠, 头部脹痛, 舌质暗红, 这便是气滞血瘀症。饮食过程中应控制辛辣燥热类食物, 不得多吃巧克力。同时, 饮食清淡, 多食用新鲜的蔬菜水果, 预防出现便秘, 确保大便通畅。另外, 食用桃仁粥、山楂川芎茶、橘红酒、桃仁泽泻桂鱼汤等, 日常少饮酒, 不得超量, 必要情况下应戒烟戒酒。③当鼻炎持续严重, 流出黄色鼻涕, 且合并出现恶寒、发热等症狀, 全身酸痛, 往往是由于近期外感风邪。饮食中, 不得摄入大量的酸涩收敛的食物, 如桔子、山楂、杏等。同时, 控制油腻、辛辣食物的摄入, 预防病情恶化。可食用白芷银花茶、辛夷马齿苋粥。④当鼻腔出现干燥、结痂的情况, 有的甚至出血, 烦热咽干, 不得摄入燥热辛辣的食物, 应多食用新鲜的蔬菜水果、秋梨膏、海参加生地、葛根粥、冬瓜菱根汤或冰糖煮白梨等<sup>[3]</sup>。

### 1.3 观察指标

采用 SF-36 生活质量量表对患者治疗后的生活质量情况进行评价观察, 量表包括社会功能、情感职能、活力、躯体疼痛、生理职能以及生理功能和精神健康七个维度, 各维度评分高低与患者生活质量成正比, 即评分越高, 表示患者生活质量越高。

### 1.4 统计学分析

统计学分析工具为 SPSS21.0, 计量资料以 t 检验,  $P < 0.05$  代表差异具有统计学意义,  $P > 0.05$  代表差异无统计学意义。

## 2 结果

观察组 SF-36 生活质量量表各维度的评分, 均显著高于治疗对照组, 差异同样具有统计学意义 (参表 1)。

表 1: 两组患者生活质量对比

	n	社会功能	情感职能	活力	躯体疼痛	生理职能	生理功能	精神健康
观察组	42	87.41±6.85	85.41±6.14	82.41±5.12	83.41±5.72	82.41±6.93	81.74±6.25	89.24±5.21
对照组	42	78.41±4.14	77.51±5.42	71.41±3.85	74.24±3.29	73.52±5.42	72.08±5.04	77.41±4.93
t	/	4.42	4.28	4.36	4.52	4.26	4.72	4.38
P	/	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

## 3 讨论

新时代下, 慢性鼻炎发病率持续增长, 严重影响了患者的日常生活与工作。对于该疾病, 临床上尚未研究出特效药物及治疗方法, 普遍选择使用抗过敏、抗生物等药物, 往往难以发挥治本的功效。本研究提出特色营养饮食护理干预方式,

有效地改变了患者的生活质量。对于人们生存与发展而言, 饮食必不可少, 是维持健康的关键点。近年来, 营养饮食备受关注, 护士基于慢性鼻炎患者不同的症状予以不同的营养饮食指导, 慢慢地改善鼻炎症状, 缓解焦虑情绪, 抑制并发

(下转第 121 页)

蛋白质吸收利用影响较大,此时需要减少蛋白质的摄入,可将蛋白质摄入减半,若发现患者有水肿的症状,若发现患者下肢出现水肿,用手按压后较长时间未回弹,表明水肿较为严重,可让患者摄入一些改善水肿、促进循环的食物,可让患者食用冬瓜、丝瓜用于改善水肿,考虑到患者食欲缺乏,同时患者消化道较为脆弱,可增加一些酸味食物,用以改善患者食欲,避免使用大量食醋调味,会对患者消化道造成刺激。

### 3 结语

处于病情进展期的肿瘤患者,通常会有营养不良的发病特点,受肿瘤病情影响以及化疗治疗影响,患者最为常见的反应为恶心和呕吐,导致患者无法保持正常的进食节奏,营养不良问题较为凸显。及时采取饮食干预,运用针对性的饮食方案,可解决该问题。

### 参考文献

- [1] 段琼,左磊,姚新宇.饮食护理干预对消化道肿瘤患者化疗期间营养状况的影响临床研究[J].中国社区医师,2021,37(33):120-121.
- [2] 陈燕,陈小平,张海燕.饮食强化护理对化疗中晚期肺癌患者的生活质量、心理症状及营养状态的影响[J].国际护

理学杂志,2021,40(13):2426-2429.

[3] 周光婷,杨海艳,王芹,李芸.基于授权赋能的营养教育理论在胃癌术后化疗患者饮食护理中的应用[J].齐鲁护理杂志,2021,27(12):22-24.

[4] 饶维维,徐令婕,卢谊,韩越越.饮食护理干预应用于胃癌患者化疗期间的积极作用[J].齐齐哈尔医学院学报,2021,42(03):254-257.

[5] 李海容,林海玲,王小红.血液系统恶性肿瘤患者化疗后骨髓抑制期应用无菌饮食预防肠道感染效应研究[J].中外医疗,2021,40(05):166-168.

[6] 殷玲玲,洪立立,章莹娇.化疗期间对晚期肺癌患者实施针对性饮食护理对消化系统不良反应的影响[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(10):128+134.

[7] 李兰凤,陈丽云,鄢虹,杨小敏,韩碧晴,周艳.饮食护理干预对妇科恶性肿瘤患者化疗期间营养状况的影响临床研究[J].实用妇科内分泌电子杂志,2019,6(32):142+146.

[8] 陈玉芳,梁翠容,张思敏.饮食护理对恶性淋巴瘤患者化疗期间营养状况及生活质量的影响[J].国际护理学杂志,2018,37(15):2078-2080.

(上接第 117 页)

关知识进行及时说明与告知,有助于帮助患者充分掌握自身健康情况并提升患者的自护意识与护理配合度,对于患者康复效果的提升具有积极作用<sup>[5]</sup>。在术后康复期间,通过临床护理路径的应用,医护人员可以有条不紊地结合多个方面的护理服务对患者展开引导,继而促进患者康复速度的提升。

本次研究结果显示,在临床护理路径的引导下,患者护理工作综合水平、患者自身不良情绪以及其护理满意度等指标均得到了相应的改善。

综上,在慢性化脓性中耳炎患者护理期间,为了提升护理服务质量,医护人员应以临床护理路径开展护理工作。

### 参考文献

- [1] 赵琳琳,周庭香,刘小丽.图文式护理路径对慢性化脓性中耳炎患者疾病认知及遵医行为的影响[J].临床医学研究

与实践,2022,7(12):157-160,171.

[2] 徐晓婷.研究心理及认知护理干预对慢性化脓性中耳炎手术患者术后疼痛/自护能力的影响[J].中国医学文摘(耳鼻喉科学),2022,37(2):194-196.

[3] 毛莉贵.围术期护理干预对慢性化脓性中耳炎患者疗效及并发症的影响[J].中国医学文摘(耳鼻喉科学),2022,37(3):169-171.

[4] 张小芳.临床护理路径应用在慢性化脓性中耳炎患者中的临床护理效果以及睡眠质量的影响[J].中国医学文摘(耳鼻喉科学),2022,37(3):154-155,153.

[5] 赵玉芳,蒋凤梅.1例慢性化脓性中耳炎术后伴脓毒血症及多重耐药菌感染患者的护理研究[J].当代医药论丛,2022,20(14):193-196.

(上接第 118 页)

症的出现,促使患者早日康复。

### 参考文献

- [1] 孙小芹.经鼻内镜治疗慢性鼻炎鼻窦炎术后护理与康复指导分析[J].中国社区医师,2019,35(35):153-154.

[2] 祝孙蓉,叶晓珍,林梅.慢性鼻炎患者的发病原因分析及健康指导[J].黑龙江科技信息,2017(18):63.

[3] 王森.慢性鼻炎的生活起居与饮食原则[J].农村新技术,2014(07):68.

(上接第 119 页)

果病情严重时应该绝对的卧床静养。

对于心律失常的患者在治疗的同时采用有效的护理措施是非常重要的,能够在一定的程度上促进患者的康复,通过改善患者住院的环境,对患者进行心理护理以及健康教育、用药护理等,提高患者对治疗的依从性,同时树立战胜疾病的信心,能够保持非常乐观的态度配合疾病的治疗。

本文对心律失常的患者使用护理干预措施进行护理,能够有效的改善患者的不良心理情绪,提高患者的治疗效果,同时也能够降低患者出现并发症的几率,在临床上值得推广和使用。

### 参考文献

[1] 杨会荣.护理干预对心律失常患者的护理作用研究[J].中国继续医学教育,2021,9(20):209-210.

[2] 周利,张婷,刘思.护理干预用于恶性心律失常致心脏骤停患者中的效果评价[J].实用临床医药杂志,2021,20(20):1-10.

[3] 郭薇.护理干预在心律失常治疗中的应用效果评价[J].中国卫生标准管理,2021,7(12):197-198.

[4] 周琦.浅谈护理干预对心律失常患者的护理观察[J].世界最新医学信息文摘,2021,16(3):253-254.