

优质护理服务在特种作业人员体能训练中的应用体会

吴 妍

海军青岛特勤疗养中心 山东青岛 266071

【摘要】目的 探讨特种作业人员体能训练中的优质护理效果。**方法** 选择 2020 年 4 月—2021 年 4 月在某中心进行休养的 176 例特种作业人员为研究对象, 随机分为两组, 各 88 例。两组人员均实施相同的体能训练方案, 对照组只进行体能训练, 试验组实施训练中实施优质护理, 最后对比两组训练效果、训练满意度、体检率以及健康教育知晓率。**结果** 试验组特种作业人员测试成绩提高的项目数量、掌握健身方法数量显著高于对照组, 其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$)。试验组特种作业人员体检率为 88 例 (100.0%) 显著高于对照组特种作业人员体检率 65 例 (73.9%), 其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$); 试验组特种作业人员知晓率显著高于对照组, 其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$); 试验组特种作业人员满意度显著高于对照组, 其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论** 特种作业人员体能训练在休养期间全程实施优质护理服务以后, 训练效果、训练满意度、体检率以及健康教育知晓率均得到显著提高, 因此, 优质护理服务能有效提高护理服务质量, 保障特种作业人员体能训练质量, 提高休养机构综合保障实力, 在临床上值得推广。

【关键词】 特种作业人员; 优质护理; 体能训练

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 1002-3763 (2023) 01-124-02

特种作业人员是指长期在特殊岗位或特殊环境中从事相关军事活动, 包括航海潜水、航空航天、涉核等, 由于复杂艰苦的工作环境, 特种作业人员心理以及生理均承受高强度的压力, 伴有多方面的健康问题^[1]。特种作业人员休养主要是以维护特种作业人员作业能力以及良好的健康状况为目的的一种特殊类型休养, 对保障特种作业人员战斗力以及身体素质具有极其重要的意义^[2]。本文就优质护理服务在特种作业人员体能训练中的应用效果进行深入探讨。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2020 年 4 月—2021 年 4 月在某中心进行休养的 176 例特种作业人员为研究对象, 随机分为两组, 各 88 例, 对照组特种作业人员中男性 68 例, 女性 20 例, 特种作业人员平均年龄为 (29.12 ± 3.12) 岁, 平均工作年限为 (6.5 ± 1.2) 年。试验组特种作业人员中男性 70 例, 女性 18 例, 特种作业人员平均年龄为 (30.18 ± 4.12) 岁, 平均工作年限为 (5.9 ± 8.7) 年。两组特种作业人员在工作年限、性别及年龄等方面之间的差异无统计学意义 ($P > 0.05$), 存在可比性。

1.2 方法

两组特种作业人员均实施常规体能训练方案, 方案如下: 每周进行 2 次院内及海滨跑步训练, 健身房器械训练每天开放, 每周 1 次篮球训练, 每周水疗 1 次 (包括游泳、温泉、汗蒸), 每周进行 1 次球类训练 (项目包括足球、篮球、网球、乒乓球), 每周进行 2 次体能保健操 (包括太极拳、八段锦、头颈保健操、腰膝保健操)。对照组除训练外无其他行为, 试验组实施训练过程中的优质护理, 具体为: 训练前严格按照本单位制定的休养计划操作, 根据人员具体入院时间, 全科人员提前做好各项训前工作, 仔细检查调试训练所涉及的各项仪器设备, 充分准备好急救消毒物品以及各类表格。通知休养员参加体训理论课, 并考核, 使他们深刻了解相关训练项目的意义, 观看国内外相关的有针对性的体训项目。禁止人员过饱或者空腹参加训练, 认真确认训练仪器以及相关物品均处于良好状态, 备齐急救物品, 保证物品质量均合格, 打开, 时刻处于备用状态。体能训练时为参训人员营造一个安静舒适的体能训练环境, 确保运动场地以及设施完好, 器械稳固、安全, 对危险系数大的活动项目以及器械, 提前做

好救治方案, 在进行剧烈运动时, 如果准备活动不充足, 机体植物神经系统功能极易出现紊乱, 或因关节肌肉僵硬而导致运动损伤, 故准备活动主要以放松肌肉以及促进代谢为目的。若体能训练中发生意外, 护理人员立即采取有效措施, 休养结束前 3 天, 针对每位人员的实际情况, 护理人员给予详细的出院健康指导。

1.3 观察指标

对比两组训练效果、训练满意度、体检率以及健康教育知晓率。训练效果包括测试成绩提高的项目数量、新掌握健身方法数量。疾病知识知晓率: 自制调查表, 满分为 100 分, 大于 90 分为完全知晓, 90 到 60 分为部分知晓, 小于 60 分为不知晓, 知晓率 = 部分知晓率 + 完全知晓率。自制调查表评估患者训练满意度, 满意度 = 满意率 + 非常满意率。

1.4 统计学方法

采用 SPSS15.0 这一统计学软件对实验数据进行统计分析, 其中计数资料比较采用 χ^2 进行检验, 计量资料采用 t 进行检验, $P < 0.05$, 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 比较两组训练效果

试验组特种作业人员测试成绩提高的项目数量、新掌握健身方法数量分别为 (4.23 ± 0.36) 个、 (3.34 ± 0.70) 个; 显著高于对照组特种作业人员的 (2.56 ± 0.31) 个、 (2.60 ± 0.58) 个, 其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.2 比较两组体检率

试验组特种作业人员体检率为 88 例 (100.0%) 显著高于对照组特种作业人员体检率 65 例 (73.9%), 其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.3 比较两组疾病知识知晓率

试验组特种作业人员中完全知晓、部分知晓、不知晓以及知晓情况分别为 65 例 (73.9%)、20 例 (22.7%)、3 例 (3.4%)、85 例 (96.6%), 对照组特种作业人员中完全知晓、部分知晓、不知晓以及知晓情况分别为 39 例 (44.3%)、29 例 (33.0%)、20 例 (22.7%)、68 例 (77.3%), 试验组特种作业人员知晓率显著高于对照组, 其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.4 比较两组训练满意度情况

试验组特种作业人员中非常满意、一般满意、不满意以及

满意情况分别为 69 例 (78.4%)、16 例 (18.2%)、3 例 (3.4%)、85 例 (96.6%)，对照组特种作业人员中非常满意、一般满意、不满意以及满意情况分别为 48 例 (54.5%)、21 例 (23.9%)、19 例 (21.6%)、69 例 (78.4%)，试验组特种作业人员满意度显著高于对照组，其差异存在统计学意义 ($P < 0.05$)。

3 讨论

体能训练是指通过多种身体训练方法以及手段，全面改善体形，提高身体素质以及机体功能，保障机体健康水平。特种作业人员休养期间的体能训练是严格按照规定的训练方法以及训练项目，利用休养机构设施条件，组织实施的一系列军事体能训练^[3]。充分发挥特种作业人员的最大潜能以及战术性能，可有效提高部队整体战斗力。深入研究特种作业疗养护理与战斗力生成之间的关系，始终是休养机构所面临的主要课题^[4-5]，休养期间坚持以战斗力为金标准对特种作业人员的疗休成效进行检验，以特种医学为研究方向，进一步优化特种作业疗养保障制度，突出现代特种医学技术水平，促进机构向康复机构转型，形成当代特色学科，最终为国家特种作业部队整体战斗力的恢复提供全面的、优质的服务。

本研究表明：试验组特种作业人员测试成绩提高的项目数量、新掌握健身方法数量显著高于对照组，其差异存在统计学意义；试验组特种作业人员体检率为 88 例 (100.0%) 显著高于对照组特种作业人员体检率 65 例 (73.9%)，其差异存在统计学意义；试验组特种作业人员知晓率显著高于对照

组，其差异存在统计学意义；试验组特种作业人员中非常满意、一般满意、不满意以及满意情况分别为 69 例 (78.4%)、16 例 (18.2%)、3 例 (3.4%)、85 例 (96.6%)，对照组特种作业人员中非常满意、一般满意、不满意以及满意情况分别为 48 例 (54.5%)、21 例 (23.9%)、19 例 (21.6%)、69 例 (78.4%)，试验组特种作业人员满意度显著高于对照组，其差异存在统计学意义。因此，特种作业人员体能训练在休养期间全程实施优质护理服务以后，训练效果、训练满意度、体检率以及健康教育知晓率均得到显著提高，因此，优质护理服务能有效提高护理服务质量，保障特种作业人员休养体能训练质量，提高休养机构综合保障实力，在临床上值得推广。

参考文献

- [1] 徐莉, 毋琳. 军队特种作业人员平战伤病特点及康复保障策略 [J]. 中华保健医学杂志, 2018, 20 (4): 351-353.
- [2] 中晓亮, 夏建军, 吕建南, 等. 联勤保障部队特种作业疗养保障模式思考 [J]. 人民军医, 2017, 60 (7): 657-659.
- [3] 余苒, 甘丽英, 冯正直, 等. 军队特种作业人员心理需求特点研究 [J]. 解放军预防医学杂志, 2017, 35 (12): 1590-1591.
- [4] 宋启哲, 董茂生. 研究型疗养院建设实践的回顾与思考 [J]. 东南国防医药, 2018, 20 (5): 550-552.
- [5] 刘金凤, 单守勤, 孟昭刚, 等. 以战斗力标准加强特种作业疗养 [J]. 解放军医院管理杂志, 2018, 25 (8): 780-782.

(上接第 121 页)

肠蠕动^[4]，促使胎儿排泄；及时纠正喂养不当，可使肠道通畅，有利于胃肠消化吸收功能恢复，从而达到正常发育与健康。新生儿爱抚可激发迷走神经，促进胃泌素及胰岛素分泌，加大婴儿吸奶或者进食力度，促使食物消化吸收，促进胎儿排泄，降低血清胆红素水平。

结论：对高胆红素血症患儿采取适当的观察和护理干预，能明显减少第一次大便次数，减少黄疸的消失，减少血清胆红素的含量，从而提高儿童的预后。

参考文献

- [1] 张艳琼. 优质护理干预措施在新生儿高胆红素血症蓝光治疗中的应用 [J]. 中外女性健康研究, 2020, 12(6):100-113.
- [2] 陈晨. 优质护理在新生儿高胆红素血症中的实施效果观察 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020, 8(5):120-122.
- [3] 张蕾, 李哲, 许晴. 优质护理干预措施在配合新生儿高胆红素血症应用蓝光治疗的影响研究 [J]. 全科口腔医学电子杂志, 2020, 7(4):179-189.
- [4] 李光源. 优质护理对新生儿高胆红素血症预后的影响 [J]. 中国民康医学, 2020, 32(1):174-176.

(上接第 122 页)

42(05):623-625.

[2] 王晓霞, 任志芳. 延续性护理对慢性阻塞性肺气肿患者肺功能及生活质量的影响 [J]. 海南医学, 2021, 28(19):3259-3261.

[3] 王欣蕾, 刘英, 来纯云, 毛亚詹, 李梓涵. 一体化护理对慢性支气管炎合并肺气肿患者心理状态及生活质量的影响 [J]. 中国妇幼保健研究, 2020, 28(S4):216-217.

[4] 江洋, 苏金萍, 沈婷, 杨爱平. 一体化护理干预对慢性支气管炎合并肺气肿患者心理状态及生活质量的影响 [J]. 国际精神病学杂志, 2022, 42(05):138-141.

[5] 刘清华. 实施中医护理对慢性阻塞性肺疾病患者生活质量的影响分析 [J]. 四川中医, 2021, 32(08):161-163.

(上接第 123 页)

在直肠癌患者的治疗中，直肠癌根治术+结肠造口术是把患者的部分肠管拉出腹腔，从而代替直肠，同时在腹壁上进行造口而排便。在患者结肠造口后，改变了患者原本生理排便方式，使患者无法像从前一样来控制排便，而且在造口后，对患者形象产生影响，导致患者出现自卑、羞愧等情绪^[3]。延续性护理是建立患者档案，对护理资源进行科学的分配，通过定期电话随访，使患者详细了解疾病，使患者克服自身的不良心理状态，增加其自我护理造口袋的能力，避免出现相关的并发症，使患者的身体适应性以及耐受性提高，进而使生活质量提高，使患者能够自我护理，防止疾病复发，在提高治疗效果的同时，改善其健康状态^[4]。总之，在直肠癌根治术+结肠造

口术患者中，延续性护理可有效改善其健康状态，在提高自护能力以及生活质量的同时，可减少并发症发生的概率。

参考文献

- [1] 王莹莹. 延续护理干预对直肠癌根治术并行结肠造口术患者的疗效分析 [J]. 心理医生, 2018, 24(3):285-286.
- [2] 董婉. 延续护理对直肠癌根治术并行结肠造口术患者负性情绪及自护能力的影响 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2018, 3(6):112.
- [3] 段梅梅. 延续护理干预对直肠癌根治术并行结肠造口术患者的影响 [J]. 养生保健指南, 2017, 20(33):135.
- [4] 许筱筱. 延续护理对直肠癌术后永久性结肠造口患者自我护理能力及生活质量的影响分析 [J]. 健康必读, 2018, 15(20):160-161.