

# 饮食及运动护理在小儿肺炎支原体感染中的作用分析

侯丽颖

容县妇幼保健院 广西玉林 537000

〔摘要〕目的：对饮食和运动护理在小儿肺炎支原体感染中的作用进行观察研究。方法：纳入时间范围为 2023 年 4 月到 2024 年 4 月期间，在门诊治疗的 80 例小儿肺炎支原体感染患儿，将全部研究对象随机分为对照组 (n=40) 与研究组 (n=40)，对照组患儿采用常规护理干预措施，研究组患儿在常规护理基础上加入饮食和运动护理措施，对比两组患儿的护理有效率、临床症状改善时间。结果：研究组患儿家属的护理满意率明显较高、并发症发生率较低，与对照组数据结果对比有统计学意义 ( $p < 0.05$ )。研究组患儿的退热时间、咳嗽消失时间、肺部湿啰音消失时间、门诊治疗时间明显缩短，与对照组数据结果对比有统计学意义 ( $p < 0.05$ )。结论：对于小儿肺炎支原体感染治疗来说，在常规护理基础上加入饮食和运动护理措施的效果突出，能明显缩短患儿的病程。既减轻了患儿的痛苦，又减轻了患儿的家庭负担，值得临床推广与应用。

〔关键词〕饮食护理；运动护理；小儿肺炎；支原体感染

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2024) 08-130-02

肺炎支原体是介于细菌和病毒之间的一种微生物，主要经呼吸道传染，支原体可经血行播散至全身任何器官。肺炎支原体感染是儿科常见性疾病，最近几年发病率不断提高，具有周期性与季节性的特点，临床主要表现为发热、咳嗽<sup>[1]</sup>。患儿感染支原体后会出现原发性非典型肺炎，如不能获得到及时有效治疗，可能会引发胸腔积液、呼吸困难、气胸等全身病变，更有严重者可能会引发肝、肾功能损害、心肌损害等，严重威胁患儿的生命安全<sup>[2-3]</sup>。为促进患儿健康，预防病情加重，应当在积极治疗的同时予以有效的护理措施，以改善患儿预后。本文旨在分析饮食及运动护理在小儿肺炎支原体感染中的作用，现报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

纳入时间范围为 2023 年 4 月到 2024 年 4 月期间，在门诊治疗的 80 例小儿肺炎支原体感染患儿，所有患儿均符合小儿肺炎支原体感染的诊断标准，且无慢性疾病患儿。按照双盲分组法将患儿分为对照组 (n=40) 与研究组 (n=40)。对照组患儿男性为 22 例，女性为 18 例，年龄区间范围为 1-12 岁，平均年龄为 (6.71±0.85) 岁；研究组患儿男性为 23 例，女性为 17 例，年龄区间范围为 2-13 岁，平均年龄为 (6.89±0.55) 岁。两组基线数据比较存在差别不显著， $P > 0.05$ ，具有可比性。

### 1.2 方法

两组患儿治疗方法相同，均接受常规医疗护理干预措施，如密切监测生命体征及病情变化，降温隔离，对患儿及家属进行专项健康教育及使用药物指导，加强病房管理，保持病房清洁干净、通风透气、安静舒适、温湿度适宜，及时清理患儿呼吸道的分泌物，保持患儿呼吸道通畅、舒适体位指导等。

研究组在常规护理基础上加入饮食护理、运动护理措施，从以下几个方面入手：①饮食护理。合理安排饮食，进食营养均衡、富含蛋白质、维生素的饮食，以提高机体抵抗力，利于促进患儿康复、保持身体健康。首先，把握好进食时机。小儿肺炎支原体感染治疗通常采取药物治疗，主要为大环内

酯类抗生素，如阿奇霉素、红霉素等，此类药物很容易引发不良反应，对患儿胃肠道产生刺激<sup>[4-5]</sup>。为避免患儿出现不良反应，选择在患儿进食后输液治疗，控制输液速度，以减轻胃肠道反应，避免产生恶心呕吐、腹部疼痛等现象；同时根据患儿具体情况应用适量的维生素 B6 以增进食欲或者止吐等。患儿用药期间，护理人员须密切观察患儿反应，如出现不良现象，需立即告知主治医师采取有效处理措施。其次，结合患儿平常饮食特点，制定个性化的饮食计划。对于不挑食、食欲相对比较好的患儿给予清淡、高蛋白饮食为主，如瘦肉、鸡蛋、鱼等，禁食辛辣、油炸等刺激性及不易消化的食物，多吃新鲜蔬菜水果；对于比较挑食、食欲差的患儿，结合患儿平常的喜好，将瘦肉、鸡蛋、鱼肉等蛋白质比较丰富的食物以及蔬菜水果等维生素丰富的食物制作成不同颜色、形状各异的糕点或者煲汤或者打成糊状，以吸引患儿的兴趣、增进患儿的食欲；再次，蔬菜、水果多选择新鲜的白萝卜、梨子、葡萄等，以起到润喉润肺止咳化痰的作用。在治疗过程中，针对 1 岁以上已经添加辅食的患儿采取以上方法，没有添加辅食母乳喂养的患儿，可以通过乳母加强营养，以提高母乳质量达到饮食护理目的。②运动护理。在进行雾化吸入治疗时，教会家属摆好患儿体位、正确佩戴口罩、指导患儿呼吸要领 (3 岁以上听从指挥的幼童)：用嘴吸气用鼻呼气并且深吸慢呼气、均匀呼吸，使药液能直达病变位置，增强雾化效果。雾化结束后进行叩背，以震动粘附在呼吸道的痰液松动利于痰液排出，教会家属如何协助患儿有效咳嗽、咳痰，并协助家属叩背，同时详细讲解叩背的方法以及注意事项、叩背的最佳时机 (是在晨起和午睡起床空腹时)，让家属懂得操作并在家为患儿叩背，一天可以叩背 2~3 次，每次叩背 20 次左右，对年长患儿，指导患儿深呼吸，用力咳嗽进行排痰。对 3 岁以下不听指挥以及咳嗽无力或不会咳嗽患儿，在胸骨上窝进行按压，完成咳嗽、咳痰。以上方法是针对急性期在医院接受门诊治疗的患儿，在患儿进行治疗期间由护士现场对家属反复演示及讲解，直至家属掌握。对恢复期患儿则指导患儿及其家属根据患儿的机体恢复情况，鼓励其参与适当的活动，如慢跑、游泳等，以增强患儿的体质，提高机体抗病的能力。要注意对运动量进行把控，如果出现明显不适症状，需要立刻停止

作者简介：侯丽颖 (1973-), 女, 汉族, 广西容县, 副主任护师, 研究方向: 儿科护理。

运动，避免病情反复。

1.3 观察指标

统计两组患儿家属对护理满意度，并观察比较两组患儿体温恢复时间、咳嗽消失时间、肺部湿啰音消失时间、门诊治疗时间以及并发症发生率。

1.4 统计学分析

采用 SPSS25.0 软件进行数据处理，护理满意度、并发症发生率等计数资料通过  $\chi^2$  检验后，采用 [n (%)] 表示；患儿症状消失时间和在院治疗时间等计量资料经 t 检验后，采用 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示， $P < 0.05$  说明数据差异有显著性。

2 结果

2.1 观察两组患儿护理满意度与并发症发生率

研究组患儿护理满意度为 97.50%，高于对照组的 80.00%， $P < 0.05$ 。研究组患儿并发症发生率低于对照组 ( $P$

$< 0.05$ )，其中对照组患儿中过敏性紫癜 1 例，心肌损害 2 例，肝脏损害 2 例，并发症发生率为 12.50%；研究组中过敏性紫癜 0 例，心肌损害以及肝脏损害各 1 例，并发症发生率为 5.00%。详见表 1。

表 1 两组患儿护理满意度与并发症发生率比较

组别	护理满意度	并发症发生率
研究组 (n=40)	39 (97.50)	2 (5.0%)
对照组 (n=40)	32 (80.00)	5 (12.50)
T 值	7.285	16.226
P 值	$< 0.05$	$< 0.05$

2.2 观察研究两组患儿的临床症状消失时间和治疗天数  
研究组患儿症状消失时间和治疗时间均短于对照组 ( $P < 0.05$ )。见表 2。

见表 2 两组患儿症状消失时间和门诊治疗时间比较 ( $\bar{d}, \bar{x} \pm s$ )

组别	例数	退热时间	咳嗽消失时间	啰音消失时间	门诊治疗时间
研究组	40	3.69 ± 1.12	7.51 ± 2.06	5.02 ± 3.36	8.63 ± 1.96
对照组	40	7.85 ± 1.47	13.29 ± 2.57	11.56 ± 3.28	15.36 ± 1.37
$\chi^2$ 值		14.528	16.325	11.617	9.818
P 值		$< 0.05$	$< 0.05$	$< 0.05$	$< 0.05$

3 讨论

肺炎支原体是支原体肺炎感染中一种比较常见的病原体，在小儿呼吸系统与免疫系统尚未完全发育的情况下，肺炎支原体感染的概率就会明显升高，特别是学龄前期与学龄期儿童。此种病症会损害患儿多系统与多器官，导致肺外靶器官出现病变<sup>[6]</sup>。肺炎支原体感染患儿的抵抗力与免疫力均较差，继发性感染率与并发症发生率都非常高，需尽早治疗。为尽快改善患儿的临床症状，缩短病程，可在其接受治疗的过程中辅以相应的护理措施，以提高临床治疗效果。所以，对患儿实行有效治疗、护理措施十分重要。

综上所述，为支原体感染的肺炎患儿提供饮食与运动护理措施，可提高患儿家属护理满意度，因为可以促进临床症状消失，加快患儿恢复，缩短病程，既减轻患儿的痛苦，也减轻患儿的家庭负担，值得临床推广与应用。

[参考文献]

[1] 刘慧敏, 胡玲玲. 个性化护理在小儿肺炎支原体感染中的应用及其价值分析 [J]. 数理医药学杂志, 2019, 32(7):1091-1092.  
 [2] 李璇, 代希丽, 崔伟女, 等. 分析个性化护理在小儿肺炎支原体感染中的应用及其价值 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(23):109.  
 [3] 程冬兰, 梁国强, 邓翠碧, 等. 个性化护理对小儿肺炎支原体感染疗效的影响 [J]. 中国现代药物应用, 2019, 13(14):187-188.  
 [4] 吴博. 个性化护理干预对小儿肺炎支原体感染疗效的影响 [J]. 中国实用医药, 2019, 14(11):154-155.  
 [5] 苗影. 个性化护理干预对小儿肺炎支原体感染疗效的影响分析 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(9):252-253.  
 [6] 个性化护理干预在小儿肺炎支原体感染患儿中的应用效果分析 [J]. 中国医药指南, 2020, 18(14):257-259.

(上接第 129 页)

表 2 两组患者对护理工作的满意度对比

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	48	28	16	4	91.67%
对照组	47	20	15	12	74.47%

3 讨论

心内科临床常见的疾病多具有较高突发性和严重性，特别是其中老年患者，由于其本身机体功能、免疫能力、耐受能力偏差，所患疾病多病程偏长且可能还合并有多种基础疾病，在一定程度上增加了治疗、护理难度，治疗期间不良事件的发生率也相应上升<sup>[3]</sup>。预见性护理是目前全新的护理理念，是新形势下护理工作为适应医疗技术完善与患者各方面需求被提出且被广泛应用的护理新模式，要求护理人员根据患者自身状况及疾病特点，将在治疗过程中可能出现的状况、风险因素和并发症做出评估与预判，同时在护理过程中采取预见性准备和处理措施，提高护理主动性与护理质量<sup>[4]</sup>。

本文给予观察组患者预见性护理，通过对既往心内科老

年患者常见问题的分析，确定预见性护理主要内容，同时对患者进行准确评估，掌握其存在的风险因素，并以此制定具有针对性的护理计划，在各处细节上体现护理工作的预见性。研究结果显示，观察组患者与对照组相比在接受治疗期间不良事件的发生率更低；观察组患者与对照组相比对护理工作的满意度更高，两组对比存在明显差异， $P < 0.05$ 。表明在心内科老年护理中应用预见性护理可提升护理质量与治疗安全性，保障患者获得相对满意的预后。

[参考文献]

[1] 陈艳. 预见性护理对老年慢性心力衰竭患者心功能影响的研究 [J]. 航空航天医学杂志, 2022, 23 (10) : 1250-1251.  
 [2] 李晓萍, 王玉红, 田娜. 整体护理干预对老年慢性心力衰竭患者的影响 [J]. 医学信息 (下旬刊), 2021, 24 (6) : 244.  
 [3] 晏爱云, 刘晓云. 老年住院患者安全的预见性护理 [J]. 河南职工医学院学报, 2019, 21(2):183-185  
 [4] 包惠玲. 心血管内科护理中不安全因素分析 [J]. 中国高等医学教育, 2021(1):117.