

基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理在慢性肾脏病合并衰弱患者维持性血液透析中的效果观察

梁小俪 周明君 陈 丽

广西壮族自治区江滨医院 广西南宁 530000

〔摘要〕目的 探究基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理在慢性肾脏病合并衰弱患者维持性血液透析中的效果。方法 选择本院 2023.3-2024.3 收治的 40 例慢性肾脏病合并衰弱患者，所有患者均接受维持性血液透析治疗，依据随机数字表法将参与者分为两组，一组为对照组（n=20），另一组为观察组（n=20），对照组实施常规维持性血液透析护理，观察组在对照组基础上实施基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理，对比两组患者的身体质量及衰弱情况。结果 干预后，将两组患者进行对比，衰弱表型评估（FP）评分出现变化，观察组评分与对照组相比有所下降具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论 在改善慢性肾脏病合并衰弱患者衰弱程度上，基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理发挥着明显效果，有利于患者的生活质量得到提升。

〔关键词〕知信行理论；卧位运动康复护理；衰弱；慢性肾脏病

〔中图分类号〕R473 **〔文献标识码〕**A **〔文章编号〕**2095-7165（2024）09-107-02

慢性肾病主要是由于多种原因导致肾脏结构和肾功能出现异常，从而引起一系列代谢紊乱和临床症状。在临床中，对于此类疾病的治疗主要利用维持性血液透析，这种方式可有效帮助维持患者的生命。但患者在治疗时会长时间保持坐卧状态，体力活动下降更为明显，以至于出现营养不良、贫血等并发症，这些并发症往往会促使患者的生活质量下降，继而出现不同程度的衰弱。因此，透析中卧位运动康复是患者一项重要的康复措施，目的在于改善患者的躯体功能和心理状态，提高患者生活质量。知信行理论主要以改变行为的阶段分为“知治”“信治”“行治”，在实施该理论模式过程中，患者从获取相关知识，再到出现相关信念和态度，最后再逐步改变行为的一系列连贯过程^[1]。本研究旨在探讨本院 2023.3-2024.3 收治的 40 例慢性肾脏病合并衰弱患者实施基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理的效果，现报道如下：

1 资料和方法

1.1 一般资料

研究对象：本院收治的 40 例慢性肾脏病合并衰弱患者，纳入时间：2023.3-2024.3，将参与者依据随机数字表法分为两组，一组为对照组（n=20），另一组为观察组（n=20）。两组患者信息基本保持一致，没有统计学意义（ $P > 0.05$ ），具有可比性，如表 1 所示。

表 1 一般资料

| 组别 | 例数 | 男 | 女 | 年龄（48-75；46-72）岁 |
|-------------|----|-------|----|------------------|
| 对照组 | 20 | 10 | 10 | 55.35±3.23 |
| 观察组 | 20 | 8 | 12 | 55.15±3.25 |
| t/ χ^2 | | 0.404 | | 0.195 |
| P | | 0.525 | | 0.846 |

1.2 方法

对照组：实施常规的维持性血液透析护理，定时监测患者的生命体征，每隔 1h 测量 1 次血压与心率，若发现患者出现恶心呕吐、头晕、心悸、面色苍白等症状时，需注意加强监护。根据透析需要，调整透析参数，给予患者进食、洗漱等日常生活的协助，定期开窗通风。

观察组：在对照组基础上实施基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理，具体有：（1）成立护理小组。小组成员由责任心强、专科知识相对扎实、临床经验丰富的医师、护师及以上职称人员组成，能较好确保在与患者沟通干预过程中当患者出现偏差及一些突发状况时能较好处理及纠正。（2）健康宣教。通过与患者沟通，深入了解他们的内心想法和需求，同时，通过分析患者的基本信息，评估他们对自身衰弱状况的认知水平。基于这些收集到的数据，向患者普及慢性肾病、透析治疗以及衰弱管理的相关健康知识，包括通过科普视频、微信公众号文章或组织专家讲座等形式。（3）实施运动方案：透析前测量患者生命体征及体质量；透析开始 1h 进行非内瘘侧上肢与双下肢运动锻炼，30~40min；透析中监测患者心率、血压并做好记录；透析结束后记录透析时间。

1.3 观察指标

对比两组患者衰弱情况：采用衰弱表型评估（frailty phenotype, FP），该量表包括不明原因体质量下降、步速减慢、握力降低、疲乏、身体活动量低 5 项，每项 1 分，总分 5 分，得分越高表示衰弱越严重^[2]。

1.4 统计学处理

采用 SPSS23.0 软件分析及处理数据，计数资料采用百分比表示，采用 χ^2 检验；计量资料以（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，组间比较采用 t 检验，以 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者衰弱情况

表 2 对比两组患者衰弱情况（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

| 组别 | 例数 | FP 评分 | |
|-----|----|-----------|-----------|
| | | 干预前 | 干预后 |
| 对照组 | 20 | 3.32±0.56 | 3.12±0.32 |
| 研究组 | 33 | 3.45±0.65 | 2.23±0.41 |
| t | | 0.678 | 7.653 |
| P | | 0.502 | < 0.001 |

干预前，将两组患者进行对比，FP 评分基本保持一致，没有统计学意义（ $P > 0.05$ ）；干预后，将两组患者进行对比，

FP 评分出现变化，观察组评分与对照组相比有所下降具有统计学意义 ($P < 0.05$)，如表 2 所示。

3 讨论

近年来，慢性肾病特别是终末期肾病的发病率和住院率持续上升。随着肾功能的持续恶化，患者体内血清毒素逐渐累积，导致肌肉耐力下降，日常生活能力受到影响。同时，患者通常需要接受维持性血液透析治疗，这种治疗通过血液透析清除体内代谢废物，并排出多余水分，纠正电解质紊乱，帮助身体功能部分恢复^[4]。然而，在接受治疗的过程中，患者往往形成长期久坐的习惯，缺乏必要的活动和锻炼，这导致躯体功能进一步下降，可能出现营养不良和尿毒症等症状，从而使患者逐渐陷入衰弱状态。

有学者^[5]研究发现，透析中的卧床运动康复护理在血液透析治疗过程中由专业人员指导患者进行卧位肢体训练，在训练过程中也需要给予相应的护理，其护理措施以“知信行理论”为主，该理论中将知识与行为有着密切联系，患者对于知识的了解较深时，有利于其形成正确的思维，促使其后持续错误行为得到改正，提高治疗依从性，改善生活质量。本次研究发现，干预后，将两组患者进行对比，FP 评分出现变化，观察组评分与对照组相比有所下降具有统计学意义 ($P < 0.05$)，这是因为实施基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理，医护人员能够更加深入地了解患者的具体衰弱情况。

这种了解使得医护人员能够根据患者的实际状况，采取更加有针对性和个性化的运动方式。这些科学的运动措施不仅有助于改善患者的衰弱状态，还能有效地帮助他们恢复自信心，从而提升整体的生活质量。通过这些康复护理措施，患者在透析过程中的身体和心理状况都能得到显著的改善，进而增强他们面对疾病挑战的信心和勇气。

综上所述，在提高慢性肾病合并衰弱患者的生活质量方面，基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理发挥着明显作用，同时还可以有效改善患者衰弱情况。

[参考文献]

- [1] 丁惠明, 戴新华. 知信行护理干预对慢性肾脏病患者自我效能的影响 [J]. 中国药物与临床, 2021, 21(1):155-157.
- [2] 王云, 朱凌波, 刘君君, 等. 维持性血液透析患者衰弱的发生情况及其影响因素分析 [J]. 临床肾脏病杂志, 2021, 21(5):375-380.
- [3] 应金萍, 周静怡, 蔡根莲, 等. 老年血液透析患者生活质量及其影响因素分析 [J]. 护理与康复, 2020, 19(4):20-24.
- [4] 李玉翠. 基于知信行模式的透析中运动干预对血液透析患者躯体功能的影响 [D]. 湖南: 南华大学, 2021.
- [5] 王艳婷, 王静远, 魏丽丽. 基于知信行理论的透析中卧位运动康复护理在慢性肾脏病合并衰弱患者维持性血液透析中的应用效果分析 [J]. 中国社区医师, 2024, 40(25):125-127.

(上接第 105 页)

分降低程度明显多于常规组 ($p < 0.05$)。

表 2 两组患者护理前后心理评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

| 分组 | 时间 | SAS | SDS |
|------|-----|--------------|--------------|
| 人性化组 | 护理前 | 55.28 ± 4.81 | 53.42 ± 3.19 |
| | 护理后 | 31.09 ± 3.62 | 34.25 ± 2.58 |
| 常规组 | 护理前 | 54.36 ± 3.29 | 54.61 ± 4.22 |
| | 护理后 | 42.57 ± 4.38 | 45.72 ± 3.98 |

注：两组护理前对比， $p > 0.05$ ，两组护理后对比， $p < 0.05$

3 讨论

运用人性化健康教育之所以能够提升呼吸内科患者的治疗依从性和改善负面情绪，主要是因为它增强了患者对疾病的理解 and 自我管理 ability。个性化的教育计划让患者清楚地了解到每一步治疗的重要性及其具体操作，从而增加了对医嘱的信任与执行力。此外，通过面对面的交流和持续支持，患者感受到来自护理人员的关爱和理解，这种情感支持有效减轻了他们的焦虑与孤独感。同时，科学的健康知识和日常护

理技巧的传授，使患者能够更主动地参与到自身健康管理中，增强了自信心，进而改善了整体心理状态。这些因素共同作用，显著提升了患者的治疗依从性和生活质量。

总而言之，通过这些细致入微、贴近实际的人性化健康教育方式与内容，患者能够更好地理解和管理自己的疾病，提高生活质量，形成良好的疾病管理习惯。综合考虑个体差异，灵活应用各种教育手段，确保每一位患者都能在健康教育过程中受益匪浅，从而有效提升患者治疗依从性，患者负面情绪更低。

[参考文献]

- [1] 魏绍萍. 规范化健康教育在呼吸内科护理中的应用探讨 [J]. 智慧健康, 2022, 8(2):167-169, 176.
- [2] 朱路娟. 呼吸内科住院老年患者护理中应用环节式健康教育的临床效果 [J]. 世界最新医学信息文摘 (连续型电子期刊), 2021, 21(13):280-281.
- [3] 楚晓慧. 规范化健康教育在呼吸内科护理中的应用探讨 [J]. 每周文摘-养老周刊, 2023(12):255-257.

(上接第 106 页)

会适应能力^[6]。本次研究结果表明，采用个案管理护理模式后，B 组患者的生活质量、自知力和治疗态度的评分情况，较采用常规护理的 A 组有大幅提高，其比较差异有统计学意义。本次研究结果充分证明，个案管理护理模式能够有效改善精神分裂症患者的生活质量、自知力和治疗态度，降低复发率。

[参考文献]

- [1] 袁勤, 陆红英, 陶丽, 等. 个案管理护理模式对精神分裂症患者生活质量的影响 [J]. 中国护理管理, 2023, 15(2):182-185.
- [2] 郑祝兰. 探讨综合护理干预对精神分裂症患者生活质

量的影响 [J]. 大家健康 (学术版), 2022, 9(2):253-254.

- [3] 袁勤, 陆红英, 陶丽, 朱雪梅, 刘瑜俐, 沈英, 吴继红. 个案管理护理模式对精神分裂症患者自知力及服药依从性的影响 [J]. 中国慢性病预防与控制, 2022, 23(12):930-933.
- [4] 马旻, 缪绍疆. 精神分裂症患者自知力变化及其对依从性影响的质性研究 [J]. 医学与哲学(B), 2023, 36(9):73-77.
- [5] 董美芝. 循证护理对精神分裂症患者社会功能康复、生活质量的影响 [J]. 齐鲁护理杂志, 2022, 22(15):22-24.
- [6] 甘郁文, 吴淑华, 潘瑞媚, 等. 个案管理对慢性精神分裂症患者生活质量及社会功能的影响 [J]. 四川精神卫生, 2023, 27(3):242-244.