

# 针对性护理对改善胃食管反流病患者症状及自我管理效能的影响分析

肖水金

福州经济技术开发区医院 福建福州 350015

**【摘要】目的** 探讨针对性护理干预对胃食管反流病患者的影响。**方法** 随机分组，对照组进行常规护理，观察组进行针对性护理干预，分析护理结果。**结果** 干预后，观察组护理效果好于对照组（ $P < 0.05$ ）；观察组患者症状改善得分低于对照组（ $P < 0.05$ ）；观察组患者焦虑、抑郁得分低于对照组（ $P < 0.05$ ）；观察组患者自我管理效能得分高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 针对性护理可以提高患者自我管理效能，能够有效缓解症状，应用价值很高。

**【关键词】** 针对性护理；胃食管反流病；自我管理效能；临床症状

**【中图分类号】** R473

**【文献标识码】** A

**【文章编号】** 1009-4393 ( 2025 ) 19-099-02

胃食管反流病很常见，患者有胃内容物反流的情况，刺激起到食管，导致咽部有异物感、阻塞感，胃内有烧心的感觉，用药治疗虽然能够缓解，但是病情易反复，给患者身心都带来很多的负面影响。研究发现，胃食管反流病的发生与饮食、生活习惯、遗传等因素均有相关性。有研究指出，提高患者自我管理能力，提升患者治疗积极性和配合度，能够有效改善症状表现。针对性护理效果好，比常规护理有优势，可以提高患者自我管理效能，有助于提升治疗依从性，更好改善病情<sup>[1]</sup>。为此，就本院 2023 年 05 月～2024 年 05 月收治的胃食管反流病患者中，随机选取 66 例作为研究对象，研究针对性护理的效果。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

随机分组，观察组 33 例胃食管反流病患者中男性 / 女性：18/15；年龄 26～66（ $47.87 \pm 1.43$ ）岁。对照组（ $n=33$ ），最小～最大年龄 25～65 岁，平均（ $46.76 \pm 1.87$ ）岁。上述研究对象基本信息比较，差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。本研究患者积极配合，知晓本试验内容；课题也通过了医院伦理委员的各项规定。

### 1.2 方法

对照组进行常规护理，包括用药方面的管理，包括饮食方面的指导。

观察组进行针对性护理干预：（1）护理人员通过给患者将结合介绍疾病病因、症状表现、治疗方法，让患者提高病情知晓率，能够增强疾病知识掌握程度，进而能够正视疾病的发生，可以遵医嘱规范用药行为，促使疾病症状得到缓解和改善。（2）护理人员尊重和理解患者的感受，照顾患者的情绪，让患者保持良好心态，强调心理因素与疾病治疗效果之间的关联性，帮助患者以科学的方式调节负面情绪，如听音乐，做瑜伽，练习八段锦等，转移对疾病的注意力，促使

身心得到放松。同时，让患者家属多鼓励患者，多照顾患者的感受，增加和患者的沟通机会，给患者提供温暖。（3）从饮食层面，叮嘱患者要在饮食上忌口，避免进食辛辣刺激食物，不喝浓茶、浓咖啡，提醒患者餐后要保持直立或是左立状态，避免餐后卧床休息，卧床时，可使用斜坡枕，改善反流症状；让患者适当咀嚼口香糖，加速唾液分泌，进一步中和反流食物。（4）疼痛感显著的患者，让患者遵医嘱服用质子泵抑制剂或是促胃动力药物以及胃黏膜保护剂，减轻疼痛程度，减少患者的痛苦。避免影响患者日常生活和睡眠。提醒患者用药期间，要按时按量用药，出现黑便等异常情况，及时就诊。

### 1.3 观察指标

（1）观察护理效果；（2）观察护理后，患者临床症状改善情况；（3）评估患者自我管理效能得分；（4）评估患者的心理状态发生的变化。

### 1.4 统计学方法

采用 SPSS21.0 软件处理数据，计数资料采用  $\chi^2$  检验，以（%）表示。计量资料采用 t 检验，以（ $\bar{x} \pm s$ ）表示， $P < 0.05$  视为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 护理效果

两组患者临床护理有效性对比见表 1。

表 1：两组患者临床护理有效性对比（ $n/\%$ ）

| 组别       | n  | 显效         | 有效         | 无效        | 总有效率       |
|----------|----|------------|------------|-----------|------------|
| 观察组      | 33 | 21 (63.63) | 11 (33.33) | 1 (3.03)  | 32 (96.97) |
| 对照组      | 33 | 16 (48.48) | 10 (30.30) | 7 (21.21) | 26 (78.79) |
| $\chi^2$ |    |            |            |           | 7.655      |
| P        |    |            |            |           | 0.001      |

### 2.2 临床症状改善情况

两组患者临床症状改善情况对比见表 2。

表 2：两组患者临床症状改善情况对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

| 组别  | 例数 | 烧心              |                 | 反流              |                 | 反酸              |                 |
|-----|----|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
|     |    | 干预前             | 干预后             | 干预前             | 干预后             | 干预前             | 干预后             |
| 观察组 | 33 | $2.45 \pm 0.22$ | $0.52 \pm 0.22$ | $2.44 \pm 0.54$ | $0.73 \pm 0.43$ | $2.54 \pm 0.39$ | $0.62 \pm 0.23$ |
| 对照组 | 33 | $2.45 \pm 0.25$ | $1.78 \pm 0.34$ | $2.42 \pm 0.57$ | $1.86 \pm 0.35$ | $2.52 \pm 0.37$ | $1.87 \pm 0.21$ |
| t   |    | 0.565           | 9.566           | 0.788           | 11.433          | 0.877           | 5.876           |
| P   |    | 0.544           | 0.001           | 0.722           | 0.001           | 0.899           | 0.001           |

### 2.3 自我管理效能

两组患者自我管理效能得分对比见表 3。

表 3: 两组患者自我管理效能得分对比 (  $\bar{x} \pm s$ / 分)

| 组别  | 例数 | 健康知识掌握度    |            | 自我责任感      |            | 自我护理技能     |            |
|-----|----|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
|     |    | 干预前        | 干预后        | 干预前        | 干预后        | 干预前        | 干预后        |
| 观察组 | 33 | 28.76±1.65 | 38.76±2.33 | 22.65±2.13 | 29.07±2.13 | 21.43±0.99 | 31.23±0.88 |
| 对照组 | 33 | 28.77±1.62 | 34.65±2.87 | 22.63±2.16 | 25.65±2.06 | 21.45±0.94 | 27.02±0.94 |
| t   |    | 0.765      | 11.543     | 0.922      | 8.789      | 0.554      | 7.655      |
| P   |    | 0.544      | 0.001      | 0.722      | 0.001      | 0.899      | 0.001      |

2.4 心理状态

两组患者干预前后心理状态评分对比见表 4.

表 4: 两组患者干预前后心理状态评分对比 (  $\bar{x} \pm s$ / 分)

| 组别  | 例数 | 焦虑评分       |            | 抑郁评分       |            |
|-----|----|------------|------------|------------|------------|
|     |    | 干预前        | 干预后        | 干预前        | 干预后        |
| 观察组 | 33 | 62.16±1.11 | 33.26±2.12 | 62.28±1.17 | 34.89±2.22 |
| 对照组 | 33 | 62.26±1.06 | 44.78±2.56 | 62.87±1.77 | 44.26±2.64 |
| t   |    | 0.786      | 5.655      | 0.376      | 7.121      |
| P   |    | 0.998      | 0.001      | 0.345      | 0.001      |

3 讨论

胃食管反流病属于常见消化系统疾病,给患者带来很大的痛苦,患者有反流、嗝气、反酸、烧心等一系列症状表现,给胃食管黏膜造成一定的损伤,进一步降低了反流防御能力,导致病情反复<sup>[2]</sup>。若是患者饮食上不节律,还会加重患者的病情。临床在治疗胃食管反流病方面,以促胃肠动力恢复和抑制胃酸分泌为主,在一定程度上缓解了患者的症状<sup>[3]</sup>。为进一步提高治疗效果,加强护理干预尤为关键。针对性护理目的性很强,能够结合胃食管反流病患者实际情况提供相应的护理服务,从心理上帮助患者减少焦虑情绪,保持良好的心理状态。有研究指出,胃部是情绪器官,情志不畅或是饮食无节制,均会增加疾病严重程度。

通过针对性护理干预,能够为患者提供科学的饮食指导,规范患者饮食行为,避免患者暴饮暴食,或是过度食用甜食等,减轻反流或是反酸症状。同时,鼓励患者多运动,改善胃部功能,促使胃内容物快速排空。叮嘱患者在饮水时,小口多次饮水,避免胃内产气,减少胃气上逆,进一步改善胃食管反流病患者的病情。从上文研究结果可以看出,观察组护理效果更好,并且,反流、反酸等症状也得到显著的改善,

护理总有效率以及症状得分都比对照组有优势,说明针对性护理效果好,可以有效改善患者的临床症状,为疾病预后改善提供了保障。进一步研究发现,护理后,观察组患者自我管理效能更强,能够遵医嘱用药,能够科学饮食、坚持锻炼,从而加速改善病情。从心理状态得分情况也可以看出,护理后,观察组患者心理状态也比对照组更好,为疾病康复夯实了基础;上述研究成果,证实了针对性护理干预的临床应用价值。

综上所述,针对性护理效果好,可以显著改善胃食管反流病患者的症状,改善患者心理状态同时,还能增强自我管理效能,对疾病预后改善有促进作用。

参考文献:

[1] 孙瑞. 实施个性化护理干预对胃食管反流病患者生命质量的改善价值分析[J]. 婚育与健康, 2024, 30(13):163-165.  
[2] 宋岩. 针对性护理对改善胃食管反流病患者症状及自我管理效能的影响[J]. 中国冶金工业医学杂志, 2024, 41(01):47-48.  
[3] 董泮靓, 郭丽芸. 临床护理路径在胃食管反流病患者健康教育中对其健康知识掌握情况的影响[J]. 中外医疗, 2023, 42(25):170-173.

(上接第 98 页)

惯和生活习惯,可帮助患者尽快康复。在本次研究中,护理后,实验组患者的 SDS 评分为(28.12±3.22)分,对照组患者的 SDS 评分为(47.20±5.33)分,实验组与对照组患者的 SAS 评分分别为(34.12±3.44)分与(54.20±3.90)分,实验组患者生活质量评分中的社会功能评分为(77.12±11.20)显著高于对照组,实验组与对照组患者的情感职能评分分别为(81.32±12.33)分与(72.40±11.32)分,具有统计学意义(P<0.05)。由此可得,胆结石手术患者中应用个体化护理能够有效提高预后质量。

综上所述,胆结石手术患者中应用个体化护理能够有效改善患者的负面情绪,提高生活质量,帮助患者尽快恢复健康,具有临床推广的意义。

参考文献:

[1] 黄春艳,唐红,周丹. 中西医结合护理对胆结石手术患者情绪及生活质量的影响分析[J]. 内蒙古中医药,2021, 40(12):170-171.

[2] 杨艳洪. 个体化护理在改善胆结石手术患者心理状态及生活质量中的效果观察[J]. 大家健康旬刊,2025(2):267-267.

[3] 白育英,丁斌虎,石学英,等. 个体化护理干预对胃癌根治术后病人康复及生活质量的影响[J]. 护理研究,2023, 37(13):288-289.

[4] 张洁. 个体化护理在改善胆结石手术患者心理状态及生活质量中的价值探讨[J]. 中国继续医学教育,2024, 14(9):223-224.

[5] Judkins S E, Moore E E, Witt J E, et al. Surgeons provide definitive care to patients with gallstone pancreatitis.[J]. American Journal of Surgery, 2021, 212(6):673-678.

[6] 夏莲淑. 分析个体化护理影响胆结石手术患者心理状态、生活质量的具体效果[J]. 健康之路,2025(5):178-179.

[7] 柯镇倩,罗钊芹,翁舒雅,等. 分析个体化护理对于胆结石手术护理患者的临床效果[J]. 中国实用医药,2023, 18(12):142-143.