

康复护理自我管理对慢阻肺患者肺功能与生活 质量的影响

李 娟

广州医科大学附属第一医院呼吸与危重症医学科四部, 广东 广州

收稿日期: 2022年5月16日; 录用日期: 2022年6月17日; 发布日期: 2022年6月27日

摘 要

目的: 探讨康复护理自我管理措施改善慢阻肺患者肺功能的实际作用以及对慢阻肺患者生活质量的提升效果。方法: 选择2020年02月~2022年01月就诊于本院呼吸与危重症医学科的慢阻肺患者90例作为研究对象, 按照患者护理方式设为常规组(普通护理)与研究组(康复护理自我管理), 每组各45例患者。结果: 研究组FEV1、FVC、6 min步行距离优于常规组($P < 0.05$); 研究组生活质量评分高于常规组($P < 0.05$)。结论: 贯彻落实康复护理自我管理措施, 可以促使慢阻肺患者改善肺功能, 提高生活质量。

关键词

康复护理自我管理, 慢阻肺, 肺功能, 生活质量

Effect of Self-Management of Rehabilitation Nursing on Pulmonary Function and Quality of Life in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease

Xian Li

Department of Respiratory and Critical Care Medicine, The First Affiliated Hospital of Guangzhou Medical University, Guangzhou Guangdong

Received: May 16th, 2022; accepted: Jun. 17th, 2022; published: Jun. 27th, 2022

Abstract

Objective: To explore the practical effect of rehabilitation nursing self-management measures on

improving pulmonary function and improving the quality of life of patients with chronic obstructive pulmonary disease. Methods: 90 patients with chronic obstructive pulmonary disease treated in the Department of respiratory and critical care medicine of our hospital from February 2020 to January 2022 were selected as the research object. According to the patient's nursing mode, they were divided into routine group (general nursing) and research group (rehabilitation nursing self-management), with 45 patients in each group. **Results:** FEV1, FVC and 6-min walking distance in the study group were better than those in the routine group ($P < 0.05$); The score of quality of life in the study group was higher than that in the routine group ($P < 0.05$). **Conclusion:** The implementation of nursing measures can improve the quality of life of patients with chronic pulmonary obstruction.

Keywords

Rehabilitation Nursing Self-Management, COPD, Pulmonary Function, Quality of Life

Copyright © 2022 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

慢阻肺是常见呼吸系统疾病，大部分患者表现为呼吸困难，给患者生活质量带来了巨大影响。受环境影响，加之人口老龄化，使得慢阻肺患者越来越多，尤其是老年慢阻肺患者，肺功能相对薄弱，活动时尤为明显[1]。药物是现代临床呼吸科治疗慢阻肺患者的一种有效手段，虽然可以帮助患者控制病情，减缓疾病进展，但是对于患者日常生活质量的提高，还需要通过护理干预帮助患者提升生活质量[2]。本次研究中主要针对慢阻肺患者实施康复护理自我管理，探究其对慢阻肺患者的护理效果，现将研究内容报道如下。

2. 一般资料与方法

2.1. 一般资料

选择 2020 年 02 月~2022 年 01 月就诊于本院呼吸与危重症医学科的慢阻肺患者 90 例作为研究对象按照患者入院顺序根据所采用护理方式的不同进行分组，两组各 45 例患者，其中普通护理患者作为常规组，包括 26 例男性和 19 例女性，年龄 47~88 岁，均龄(67.7 ± 12.9)岁。行康复护理自我管理患者作为研究组，包括 27 例男性和 18 例女性，年龄 46~89 岁，均龄(67.6 ± 12.7)岁。两组基线特征匹配，可比性充分，统计学 P 值检验结果均 > 0.05 ，如下表 1 所示。入组标准：通过肺功能检查，结合患者呼吸困难症状表现，确定为慢阻肺；病情稳定；认知正常，能够主动配合。排除标准：病情处于急性期；意识障碍不清；视听功能障碍；精神病史；恶性肿瘤；肺动脉高压；不稳定型心绞痛以及心肌梗死者。

Table 1. Comparison of baseline data of two groups of patients (n = 90)

表 1. 两组患者基线资料比较(n = 90)

组别	男性(例)	年龄(岁)	病程(年)
研究组	27	67.6 ± 12.7	1.01 ± 0.23
常规组	26	67.7 ± 12.9	1.02 ± 0.21
t/X ²	0.574	0.854	0.847
	P > 0.05	P > 0.05	P > 0.05

2.2. 方法

常规组 45 例患者予普通护理,告知患者注意事项;保持干净卫生的休息环境;提供心理疏导,要求患者按照医嘱控制饮食、合理用药治疗。

研究组 45 例患者行康复护理自我管理措施,即:1) 首先创建专科小组,组员收集慢阻肺患者病历资料,并对组员强化理论培训、实践培训。综合、全面评估患者呼吸功能,主动询问患者心理层面以及生理层面的需求,为制定康复护理方案提供参考。2) 自我管理教育。护理人员与患者面对面交谈,借助多媒体、视频、健康手册、图文并茂的海报等等,向患者耐心科普慢阻肺知识,比如慢阻肺症状表现、病因病机、诊断治疗、注意事项、预期疗效、预后质量等等,与此同时,让患者明白自我管理重要性以及对肺功能、生活质量的影响,以此来增强患者自我管理能力,树立自我管理意识。3) 在慢阻肺患者住院治疗过程中,护理人员耐心指导患者进行肺功能康复训练,比如做呼吸操、缩唇式呼吸、腹式呼吸等等。训练时候,由护理人员亲身示范,以便于患者模拟学习,患者做康复训练过程中,需要护理人员全程监督,及时纠正患者错误行为或动作,确保患者肺康复训练正确、有效。4) 在慢阻肺患者康复出院之前,为每位患者创建个人健康档案,详细记录患者电话、微信号及其家属联系方式;对慢阻肺患者进行出院指导,嘱咐患者坚持康复训练,同时根据患者自我管理薄弱点给予加强指导。5) 慢阻肺患者康复出院之后,护理人员每周与患者微信通话 1 次或电话交流 1 次,以便于护理人员动态了解患者肺功能恢复情况、自我管理情况,并按照患者反馈情况,合理调节患者康复训练时间、次数、强度等。本次研究经医院伦理委员会批准。

2.3. 观察指标

1) 肺功能指标。主要包括 FEV1 (第 1 s 用力呼气容积)、FVC (用力肺活量)、6 min 步行距离,其中 FEV1 以及 FVC 指标运用肺功能检测仪进行测定;2) 生活质量评分。结束护理后,运用 GQOL-74 问卷评定慢阻肺患者生活质量,包括躯体功能、社会功能、物质生活、心理功能,各领域评分越高,生活质量越好。

2.4. 数据统计处理

使用统计学软件(spss24.0)检验研究组与常规组慢阻肺患者肺功能指标、生活质量评分,本次研究的连续型变量才有均值加减标准差的形式表示,组间数据比较进行 t 检验,对于本次研究的非连续型变量,采用频率与百分比的形式表示,组间比较采用 χ^2 分析, $P < 0.05$ 表示存在统计学差异, $P < 0.01$ 表示存在显著差异。

3. 结果

3.1. 观察研究组与常规组肺功能指标

对两组患者的 FEV1、FVC 与 6 min 步行距离进行了统计分析,数据结果采用均值加减标准差的形式表示,组间数据比较进行 t 检验,结果如下表 2 所示。

Table 2. Comparison of pulmonary function indexes between study group and routine group ($\bar{x} \pm s$, score)

表 2. 研究组与常规组肺功能指标对比($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	病例数	FEV1(L)	FVC(L)	6 min 步行距离(m)
研究组	45	2.4 ± 0.4	3.3 ± 0.5	433.3 ± 15.8
常规组	45	1.7 ± 0.6	2.4 ± 0.7	390.5 ± 16.7
t	-	11.237	7.062	14.088
P	-	<0.05	<0.05	<0.05

由上表 2 的统计结果可知,在本次研究中研究组患者 FEV1 (第 1 s 用力呼气容积)、FVC (用力肺容量)、6 min 步行距离等均高于常规护理组,组间差异有统计学意义($P < 0.05$)。因此通过康复护理自我管理可有效提高慢阻肺患者肺功能。

3.2. 观察研究组与常规组生活质量评分

对两组患者的生活质量评分进行了统计分析,数据结果采用均值加减标准差的形式表示,组间数据比较进行 t 检验,结果如下表 3 所示。

Table 3. Comparison of quality of life scores between study group and routine group ($\bar{x} \pm s$, score)

表 3. 研究组与常规组生活质量评分对比($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	病例数	躯体功能	社会功能	心理功能	物质生活
研究组	45	85.5 ± 8.6	88.6 ± 8.8	86.9 ± 8.5	87.7 ± 8.9
常规组	45	70.4 ± 7.9	73.7 ± 7.5	72.4 ± 8.9	72.2 ± 7.6
t	-	8.951	9.028	7.456	7.304
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

由上表 3 的统计结果可知,在本次研究中研究组患者的生活质量高于常规护理,组间差异有统计学意义($P < 0.05$)。因此通过康复护理自我管理可有效提高慢阻肺患者生活质量。

4. 讨论

慢阻肺普遍常见,具有极大的危害性,临床表现以呼吸困难、咳嗽、喘息症状为主,严重损害着人体的循环呼吸系统,还有可能会并发气胸、呼吸衰竭,降低患者生活质量。现阶段临床还没有完全明确慢阻肺病因,多数研究学者认为慢阻肺与吸烟、空气环境严重污染、肺功能发育障碍、呼吸道感染以及遗传因素有关。在年龄 ≥ 40 岁人群中,慢阻肺发病风险可达 10%左右[2]。由此可见,慢阻肺防治形势十分迫切。为了确保慢阻肺患者临床疗效,改善预后,有必要发挥护理作用。

普通护理效果差强人意,服务内容不够全面,系统性不足,难以满足患者实际需要[3]。康复护理自我管理模式新颖,更加注重个人的自护技巧,通过自我管理教育,能够进一步增强患者自我管理意识及能力,可以有效确保患者自我管理方法的正确性、有效性,使患者切身体验到肺功能改善效果,并持之以恒[4]。另外,康复护理自我管理模式将院内护理与院外护理衔接,有效确保了护理延续性,有助于患者在居家休养过程中依然能够获得全面的护理服务,使其继续遵医嘱治疗,达到促进肺健康目的[5]。本研究对照,结果研究组 FEV1、FVC、6 min 步行距离优于常规组($P < 0.05$)。充分肯定了康复护理自我管理可行性。与此同时,研究组生活质量评分高于常规组($P < 0.05$)。随着患者肺功能恢复,减轻了患者思想负担,消除了对患者日常生活的影响,故而进一步提升了生活质量[6]。

总而言之,康复护理自我管理作用重大,值得作为慢阻肺患者护理首选,可以帮助患者改善肺功能,使其获得更高质量的生活。

参考文献

- [1] 赵姗姗. 慢性阻塞性肺病康复护理自我管理方式对改善患者肺功能及生活质量的临床研究[J]. 当代临床医刊, 2021, 34(6): 51+54.
- [2] 王蕾. 延续性护理对慢阻肺患者肺功能指标及生活质量的改善效果分析[J]. 当代临床医刊, 2019, 32(4): 365+368.

-
- [3] 唐静华, 孙芬兰, 黄磊. 基于 IMB 的运动康复护理对慢阻肺患者自我护理能力及遵医行为的影响[J]. 国际护理学杂志, 2021, 40(22): 4200-4202.
- [4] 徐佩红, 郑晓璐, 朱燕军. 综合性肺康复护理计划对住院老年慢阻肺患者的效果研究[J]. 中国全科医学, 2020, 23(S2): 243-245.
- [5] 赵学云. 针对性康复护理对慢阻肺呼吸衰竭患者的康复效果研究[J]. 中国民康医学, 2019, 31(2): 143-145.
- [6] 林海容, 邹锋琴, 高爱养, 等. 优质护理对老年慢性阻塞性肺疾病患者的肺功能和生活质量的影响分析[J]. 中国医药科学, 2018, 8(22): 169-171+183.