

# 叙事护理对慢性阻塞性肺疾病患者呼吸困难信念的干预研究

邢晓燕 韩 媛 李小芳 张怡静

陕西省中医医院汉中市中医医院 陕西 汉中 723000

**摘要:** **目的:** 分析叙事护理对慢性阻塞性肺疾病(COPD)患者呼吸困难信念的干预效果。**方法:** 选取本院2022年5月-2023年5月收治的72例慢性阻塞性肺疾病患者开展研究,用随机数字表法将患者分为对照组和观察组,各36例;对比两组的呼吸困难信念评分、出院准备度以及运动依从性。**结果:** 观察组的呼吸困难信念评分均显著低于对照组( $P < 0.05$ );观察组出院准备度评分显著高于对照组( $P < 0.05$ );观察组患者的运动依从性明显优于对照组( $P < 0.05$ )。**结论:** 对COPD患者实施叙事护理,有助于降低COPD患者的呼吸困难信念,并提升其出院的准备度以及后期运动依从性,具有较高的临床推广价值。

**关键词:** 叙事护理;慢性阻塞性肺疾病;呼吸困难信念

COPD是一种常见的呼吸系统疾病,而肺康复是对COPD患者进行有效治疗的一种非药物措施,而运动训练是肺康复治疗的核心,能够帮助患者有效缓解呼吸困难的情况,并且提高患者的运动耐力,从而降低患者发生COPD的几率<sup>[1]</sup>。不过大多数COPD患者对于运动的依从性存在欠缺,在有关研究中显示,尤其是呼吸困难信念比较强的患者容易对运动产生较大的恐惧感,从而导致运动依从性不断下降,久而久之,患者的骨骼肌就会发生功能障碍,并且身体的各项机能也会逐渐衰退,而降低COPD患者的呼吸困难信念能够提升其对于运动的依从性,从而达到改善预后的目的<sup>[2]</sup>。现阶段,有关呼吸困难信念的临床研究还相对较少,而叙事护理是在后现代心理学的基础发展而来的,护理人员倾听患者的故事,并在过程中纠正患者存在的错误认知,进而增强患者战胜病情的信心,引导其对自己的运动方案进行合理制定<sup>[3]</sup>。重构以积极、乐观为内涵的故事,可以缓解患者存在的焦虑情绪,提升对治疗的依从性。本次研究分析了叙事护理对慢性阻塞性肺疾病患者呼吸困难信念的干预作用,现将研究报告总结如下。

## 1 资料和方法

### 1.1 一般资料

选取本院2022年5月-2023年5月收治的72例慢性阻塞性肺疾病患者开展研究,用随机数字表法将患者分为对照组和观察组,各36例;对照组男21,女15,年龄47-76岁,平均年龄(65.38±4.67)岁,观察组男20,女16,年龄48-77岁,平均年龄(65.92±4.57)岁;两组临床资料无统计学差异( $P > 0.05$ ),存在比较价值。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组

本组患者接受COPD的常规护理:(1)护理人员首先对患者的病情进行准确评估,对患者基本情况做好了了解。(2)向患者发放COPD健康知识宣传手册,叮嘱患者对手册中的内容进行学习。(3)为患者介绍COPD的病理、危害以及并发症等等,并结合病情对患者进行指导,从心理、饮食、吸氧、运动以及用药等方面展开。(4)在患者出院时,向其发放运动锻炼手册,使患者了解如何在后期阶段进行运动锻炼。

### 1.2.2 观察组

在对照组基础上联合叙事护理:(1)在入院第1天,对患者进行入院宣教,为其发放与COPD相关的健康教育手册;对患者现阶段的运动训练情况以及呼吸困难信念进行评估,充分了解其肺康复情况;在本阶段和患者之间建立好信任,从而使患者能够更加信任护理人员。(2)在入院2天之后,护理人员就可以对患者存在的呼吸困难信念进行引导叙事,此阶段,患者大多存在不运动或者是少运动的情况,那么护理人员就可以引导患者说一说这种状态的影响,从而使患者能够对不良影响进行判断,并引导其对造成这种影响的因素进行分析,在此过程中了解到患者的愿望、需求以及价值观念。本阶段的主要任务就是将患者和疾病进行分离,把疾病变得更加具体化,鼓励患者了解疾病知识,改变自身的错误想法。(3)在入院6天之后,护理人员可以将患者成长的时间轴作为线索,对其基本信息进行详细的了解,比如家庭环境、喜好兴趣等等,进而引导患者回

归到成长过程的社会背景之中，切实体会患者的人生故事，与患者之间形成共鸣，与此同时，要让患者可以感受到亲情的温暖。在这一阶段，主要目的在于了解患者所处的文化背景，并且从中寻找到对其呼吸困难信念造成影响的一些其他原因。（4）在患者入院9天之后，护理人员可以逐步引导患者对过往生活中比较积极的事件进行回忆，从而激发出患者的正向认同感以及内在潜力，这能够帮助其降低呼吸困难的信念，并积极的按照运动方案进行相应训练。在这一阶段，需要患者能够肯定自身的优势，护理人员也要鼓励其按照计划展开训练。（5）在出院一个月之后，需要通过访谈的形式对患者进行深化干预，护理人员要引导其对运动之后的感受进行表达，并鼓励患者和他人交流经验，同时肯定自己的努力和坚持。在出院之后，运动锻炼手册将作为患者的治疗文件，促使其能够发现锻炼对身体的益处，从而深化叙事护理的效果。

1.3 观察指标

对两组呼吸困难信念进行评估：采用BBQ问卷对呼吸困难信念进行评分，共包含11个条目，分为BBQ-SF以及BBQ-AA两个维度；在问卷中，每个条目均被分为5个

级别，分值为1-5分，11个条目的总分为11-55分，分数越高代表患者呼吸困难信念感越强。

比较两组的出院准备度：通过RHDS对患者准备度进行评价，共3个维度（个人状态、适应能力、预期性支持），12个条目，每条0-10分，评分越高代表患者准备的越充分，总分为120分。

比较两组的运动依从性：在患者出院后，会向其发放运动手册，当患者能够完成规定运动的70%以上时，可以计3分，完成度在40%-70%之间时，计2分，完成度低于40%时，计1分，计分越高代表依从性越好。

1.4 统计学分析

应用SPSS23.0软件处理数据，用%和( $\bar{x} \pm s$ )分别表示计数和计量资料，行卡方和行t检验，( $P < 0.05$ )时有统计学意义。

2 结果

2.1 两组呼吸困难信念评分对比

接受干预之前，两组评分无统计学差异 ( $P > 0.05$ )，干预后，观察组的呼吸困难信念评分均显著低于对照组，具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )，见表1。

表1 两组呼吸困难信念评分对比 [ $n(\bar{x} \pm s)$ ]

组别	例数	BBQ		BBQ-SF		BBQ-AA	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	36	43.98±4.97	38.14±4.12	19.86±2.35	17.85±2.23	24.05±3.81	20.31±2.94
对照组	36	44.05±4.83	42.37±4.08	19.97±2.04	19.72±2.03	24.16±3.57	22.56±2.63
t	/	0.061	4.377	0.212	3.721	0.126	3.422
P	/	0.951	0.000	0.832	0.000	0.899	0.001

2.2 两组出院准备度对比

观察组出院准备度评分显著高于对照组，具有统计

学意义 ( $P < 0.05$ )，见表2。

表2 两组出院准备度对比 [ $n(\bar{x} \pm s)$ ]

组别	例数	个人状态	适应能力	预期性支持	总分
观察组	36	22.66±2.18	38.92±3.12	26.84±2.93	88.46±6.72
对照组	36	21.63±1.88	34.13±3.16	24.65±2.67	80.54±5.73
t	/	2.146	6.471	3.314	5.503
P	/	0.035	0.000	0.001	0.000

2.3 两组运动依从性对比

观察组患者的运动依从性明显优于对照组，具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )，见表3。

表3 两组运动依从性对比 [ $n(\bar{x} \pm s)$ ]

组别	例数	出院1个月	出院2个月	出院3个月
观察组	36	2.74±0.46	2.62±0.50	2.68±0.48
对照组	36	2.41±0.43	2.14±0.49	1.97±0.46
t	/	3.144	4.113	6.407
P	/	0.002	0.000	0.000

3 讨论

呼吸困难信念指的是患有呼吸系统疾病的患者对于日常生活和呼吸困难的看法，能够了解到患者对于呼吸困难的认知，并且判断患者活动量减少的原因。在此次的研究中显示，在对患者进行干预后，观察组患者呼吸困难信念的评分是显著低于对照组的，这证明对COPD患者行叙事护理，有助于降低其呼吸困难信念的水平<sup>[4]</sup>。对这一现象的原因进行分析，得到以下的两点：（1）COPD患者大多对疾病没有充分的认知，缺乏进行运动训练的动

机,因此就会导致其呼吸困难信念的水平相对较高。护理人员引导患者对自身当前的状态进行命名,从而将这一问题逐渐外化,站在旁观者的立场上对此疾病进行审视,逐渐提升患者自主学习的意识,使患者明白通过科学运动能够提升自身耐受力,从而使呼吸困难以及疲劳的症状得以减轻。这样一来,就能够有效增强患者对于运动的信心,减轻其对运动的恐惧感<sup>[5]</sup>。(2) COPD患者通常会伴有焦虑的情况,有研究表明,患者的焦虑水平与其呼吸困难水平是呈正相关的,焦虑会导致患者产生严重的呼吸困难信念。在叙事护理的过程中,护理人员会对患者展开心理干预,从而化解患者的负向心理。一方面,护理人员会引导患者叙事,通过患者的成长时间轴了解患者的成长背景,进而引导其对情绪进行宣泄,使患者能够感受到关怀和温暖。另外,通过叙述一些具有积极意义的故事,可以对患者形成一定的启发,在审视故事的过程中不断激发出自身的潜能,从而强化患者的积极心理,而这也有助于患者的呼吸困难信念水平。出院准备度指的是患者是否已经做好了出院的准备,对此进行判断能够衡量其住院疗效,预测其出院预后<sup>[6]</sup>。

研究结果表明,观察组出院准备度评分显著高于对照组( $P < 0.05$ ),这证实叙事护理能够有效提升其出院准备度,提高预后质量。护理人员通过将患者存在的问题进行外化,促使患者可以对疾病形成更深刻的认知,从而缓解了患者的消极情绪。另外,护理人员还可以协助患者对运动计划进行完善,使患者能够按照计划展开锻炼,在锻炼的过程中不仅可以强化患者身体素质,还能够使患者保持积极心态,更好的适应出院之后的生活。在对出院准备度中的三个维度进行分析时,发现观察组患者的各方面准备度均高于对照组,分析原因为:

(1) 护理人员在叙事护理时会引导患者叙述一些令自己感觉骄傲的事情,这能够给患者传递一些积极的暗示,从而使患者获得一定的成就感<sup>[7]</sup>。另外,在倾听故事的过程中,护理人员也会对患者表示赞扬和肯定,这也增强了其自我决策的能力,使患者能够以积极的态度适应环境的改变,从而更快融入社会生活。(2) 家庭支持能够促进患者的预后恢复,在本次研究的过程中,护理人员指导患者家属参与其中,能够使患者感受到来自家庭的关怀与温暖,改善患者的心理状态,从情感以及生活等方面为患者提供针对性的帮助<sup>[8]</sup>。在住院期间,护理人员

可以通过叙事护理促使患者对运动锻炼形成认同感,使患者认识到运动的积极作用,从而提高其参与锻炼的主动性;在出院之后,护理人员也会对患者进行访谈,了解其在运动过程中的思考和感受,并给予患者更多的支持和鼓励,使其能够克服对于运动的恐惧感,增强锻炼的信心。另外,还会想患者发放运动手册,这能够促使患者按照预定计划来完成运动,并且感受到自身由于运动而发生的改变,进一步提升其运动的积极性<sup>[9]</sup>。

综上所述,对COPD患者实施叙事护理,有助于降低COPD患者的呼吸困难信念,化解患者的消极心理,并提升其出院的准备度以及后期运动依从性,具有较高的临床推广价值。

#### 参考文献

- [1] 丁惠芳. 叙事护理干预模式在学龄期儿童呼出气一氧化氮检测中的应用[J]. 现代养生,2023,23(11):872-874.
- [2] 陆国涛,张芳,陈旭,杨红丽,寇建琼. 叙事护理在心理干预中的应用研究进展[J]. 全科护理,2023,21(14):1911-1915.
- [3] 叶毓林,张秀伟,陈秋强,张晓旭,张梦甜,张红玲,胡亚丽. 叙事医学教育在临床护理教学中的应用分析与思考[J]. 卫生职业教育,2023,41(10):86-89.
- [4] 李俊霞,蒋娜,翟怡红. 基于叙事理论的干预措施在肺癌术后患者中的应用效果[J]. 癌症进展,2023,21(7):802-806.
- [5] 张丹,齐宏波,安欣,王秋爽,史新慧,马京华. 叙事护理对慢性阻塞性肺疾病患者呼吸困难信念的干预研究[J]. 实用临床医药杂志,2023,27(1):115-119.
- [6] 徐江华,史芸梦,李巧,黄琦,孔萍,闵婧,王宁. 新型冠状病毒肺炎疫情下慢性阻塞性肺疾病病人心理应激状况与呼吸困难信念的相关性研究[J]. 循证护理,2022,8(17):2370-2374.
- [7] 丁丽丽,张海宏,李承杰,司丽丽,何良爱. 呼吸系统疾病患者呼吸困难信念与焦虑状态相关性分析[J]. 齐鲁护理杂志,2021,27(9):30-33.
- [8] 汪滢,张力,朱艳,谭莉,倪芳. 慢性阻塞性肺疾病患者呼吸困难信念现状及其与生活质量的关系研究[J]. 实用心脑血管病杂志,2020,28(1):70-74.
- [9] 缪小浪,钮美娥,韩燕霞,吴振云. 慢性阻塞性肺疾病病人呼吸困难恐惧研究进展[J]. 护理研究,2023,37(11):1945-1949.