

# 延续肺康复护理对稳定期慢阻肺患者的护理效果探析

魏永华\*

成都市金牛区人民医院, 四川 610036

**摘要:**目的: 探析延续肺康复护理对稳定期慢阻肺患者的护理效果。方法: 选择我院从2018年3月到2019年3月收诊88例稳定期慢阻肺患者为研究对象, 分组对比患者护理效果。结果: 两组患者出院前自我效能评分比较没有统计学差异 ( $t = 1.245, P = 0.262$ ); 出院三个月, 两组患者自我效能评分比较, 差异具有统计学意义 ( $t = 5.674, P = 0.017$ ); 两组患者肺功能出院三个月后情况比较, 差异具有统计学意义 ( $t = 6.451/10.234/4.897, P < 0.05$ ); 两组患者焦虑和抑郁评分比较, 差异具有统计学意义 ( $t = 6.578/7.124, P < 0.05$ )。结论: 延续肺康复护理能够改善稳定期慢阻肺患者自我效能评分, 提升患者肺功能, 改善患者焦虑和抑郁情况, 这种护理措施适合在临床工作中推广。

**关键词:** 延续肺康复护理; 稳定期慢阻肺; 护理效果

## Analysis of the Effect of Continuing Lung Rehabilitation Nursing on Patients with COPD in Stable Period

Yong-Hua Wei\*

Sichuan Provincial Hospital Jinniu Hospital, Chengdu 610036, Sichuan, China

**Abstract: Objective:** To explore the effect of continuing lung rehabilitation nursing on patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD) in stable period. **Methods:** Eighty-eight patients with COPD in stable period from March 2018 to March 2019 in our hospital were selected as the research object, and the nursing effect of patients was compared in groups. **Results:** There was no statistically significant difference in self-efficacy score before discharge between the two groups ( $t = 1.245, P = 0.262$ ). Three months after discharge, the difference in self-efficacy score between the two groups was statistically significant ( $t = 5.674, P = 0.017$ ); and the difference in lung function between the two groups after three months of discharge was statistically significant ( $t = 6.451/10.234/4.897, P < 0.05$ ); the differences in anxiety and depression scores between the two groups were statistically significant ( $t = 6.578/7.124, P < 0.05$ ). **Conclusion:** Continuing lung rehabilitation nursing can improve the self-efficacy score, lung function, anxiety and depression of patients with COPD during stable phase, which is suitable for clinical application.

**Keywords:** Continuing lung rehabilitation nursing; COPD in stable phase; nursing effect

### 一、前言

慢性阻塞性肺疾病是比较常见的呼吸性疾病, 这是一种气流受限特征疾病。慢性阻塞性肺疾病发病人群主要为男性, 发病患者年龄一般是在40岁以上, 这种疾病病程较长, 会影响患者生活质量<sup>[1]</sup>。针对慢性阻塞性肺患者需要长期护理, 而延续性护理措施更这类患者更有效<sup>[2]</sup>。延续性护理措施在患者回到家中后还能够持续护理, 提升患者自我管理能力和改善患者肺功能, 促进患者的焦虑和抑郁情况改善, 护理效果更理想。研究是选择我院从2018年3月到2019年3月收诊88例稳定期慢阻肺患者为研究对象, 探究延续肺康复护理措施价值。

### 二、资料与方法

#### (一) 一般资料

选择我院从2018年3月到2019年3月收诊88例稳定期慢阻肺患者为研究对象, 患者和患者家属知情同意(医院伦理

\*通讯作者: 魏永华, 1980年1月, 女, 汉族, 四川成都人, 现任成都市金牛区人民医院护士, 主管护师, 本科。研究方向: 慢病管理。

委员会允许开展研究)，随机分为观察组和对照组，对比患者护理效果。其中观察组44例，男27例，女17例，年龄32岁~72岁，平均年龄(51.55±10.84)岁。对照组44例，男28例，女16例，年龄31岁~72岁，平均年龄(51.27±10.92)岁。两组患者一般资料差异均无统计学意义( $P > 0.05$ )，具有可比性。

### (二) 方法

对照组采取常规护理措施，患者出院之前对患者进行指导，告知患者回家后注意休息，保持良好生活习惯 注意室内空气畅通。

观察组患者采取延续性护理措施(建立延续性护理小组，对患者通过QQ、微信平台给予护理指导)：

#### 1. 心理指导

告知患者心理因素对疾病的影响，指导患者疏导患者情绪，可以通过听音乐、看电视或是读书等方式转移注意力，陶冶情操，降低不良情绪影响。

#### 2. 生活指导

告知患者改变不良生活习惯，禁烟禁酒，保持室内通风，出门戴口罩，避免去人群密集的地方，空气质量较差的时候尽量避免出门。

#### 3. 运动指导

指导患者采取合理运动，可以采取散步、慢跑等运动，一般每周进行三次以上运动，每次60 min左右。

#### 4. 肺康复护理

护理人员指导患者有效咳嗽和排痰，保证呼吸畅通。患者采取腹式呼吸法，患者不坐在座位上，深吸气后之后经鼻缓慢呼气，患者每天进行两次腹式呼吸，每次30 min，患者在家进行吹气球训练，通过这种方式锻炼呼吸功能。还可以采取知识讲座方式，传授相关健康知识如呼吸方式的具体操作等，提升患者呼吸频率降低耗氧量。告知患者采取缩唇呼吸法，用鼻子呼吸，吸气是吹口哨形状，吸气和呼气以1:2时间进行，呼气时间可以慢慢延长。可以在口唇前15~20 cm处放一个点燃的蜡烛呼气不能使蜡烛熄灭。

#### 5. 随访

每周两次电话随访，了解患者情况，电话不超过10 min。护理人员每月到患者家中指导，探讨病情，指导患者进行肺康复训练。

### (三) 疗效判定

#### 1. 自我效能评分

护理人员指导患者评价。

#### 2. 肺功能评分

采用肺功能检测仪对干预前后三个月的肺功能进行检测(FEV<sub>1</sub>、FVC、PEF)。

#### 3. 焦虑抑郁评分

采用汉密尔顿焦虑评分表和抑郁评分表进行评价。

### (四) 统计学处理

本次研究当中的所有数据均采用SPSS17.0统计软件进行处理，计量资料采用均数±标准差( $\bar{x} \pm s$ )表示，组间计量数据用t检验，计数资料采用率(%)表示，组间资料数据用 $\chi^2$ 检验， $P < 0.05$ 表示差异具有统计学意义。

## 三、结果

### (一) 比较两组患者自我效能评分情况

两组患者出院前自我效能评分比较没有统计学差异( $t = 1.245$ ,  $P = 0.262$ )；出院三个月，两组患者自我效能评分比较，差异具有统计学意义，( $t = 5.674$ ,  $P = 0.017$ )，详见表1。

表1 两组患者自我效能评分情况比较[n(%)]

组别	例数	出院前	出院三个月
观察组	44	24.45±2.54	32.15±3.48
对照组	44	24.15±2.45	26.48±3.66
<i>t</i>	-	1.245	5.674
<i>P</i>	-	0.262	0.017

## (二) 比较两组患者肺功能出院三个月后情况

两组患者肺功能出院三个月后情况比较, 差异具有统计学意义, ( $t = 6.451/10.234/4.897, P < 0.05$ ), 详见表2。

表2 两组患者肺功能情况比较[n(%)]

组别	例数	FEV1	FVC	PEF
观察组	44	1.78±0.34	2.84±0.34	4.51±1.67
对照组	44	1.24±0.37	1.87±0.34	3.54±1.64
<i>t</i>	-	6.451	10.234	4.897
<i>P</i>	-	0.011	0.001	0.026

## (三) 比较两组患者焦虑和抑郁评分

护理三个月后, 两组患者焦虑和抑郁评分比较, 差异具有统计学意义, ( $t = 6.578/7.124, P < 0.05$ ), 详见表3。

表3 两组患者焦虑和抑郁评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	焦虑评分		抑郁评分	
		护理前	护理三个月后	护理前	护理三个月后
观察组	44	17.48±2.54	11.34±3.12	19.85±2.14	11.45±3.37
对照组	44	17.45±2.75	14.24±124	19.57±2.52	15.88±2.56
<i>t</i>	-	1.345	6.578	1.845	7.124
<i>P</i>	-	0.246	0.010	0.174	0.007

## 四、讨论

## (一) 延续性护理可以提升患者自我管理效能评分

慢性阻塞肺患者会发生非组织性病变, 患者肺间质细胞会出现大量萎缩的现象, 这就导致患者机体内炎性介质散发, 这也影响着呼吸系统的正常运行<sup>[3]</sup>。炎性介质导致呼吸道变窄, 患者呼吸过程受到阻碍, 患者只能采取短浅的呼吸进行日常呼吸, 患者呼吸肌容易出现紧张的现象, 这对患者肺功能保持和恢复不利。慢性阻塞肺发病后, 患者容易陷入恶性循环, 而自身因素和环境因素对患者病情的影响更大。患者患病后若还是处于恶劣的环境就会导致患者的病情进一步恶化。延续性护理措施可以让患者提升自我管理能力。

研究发现, 两组患者出院前自我效能评分没有统计学差异 ( $t = 1.245, P = 0.262$ ); 出院三个月, 两组患者自我效能评分比较, 差异具有统计学意义 ( $t = 5.674, P = 0.017$ )。殷凤<sup>[4]</sup>研究是以慢性阻塞肺患者为研究对象, 分析延续性护理措施对患者自我效能管理的影响, 研究发现, 护理前患者自我效能评分比较没有差异 ( $t = 0.0779, P > 0.05$ ), 采取延续性护理措施的患者自我效能评分更高, 差异具有统计学意义 ( $t = 7.435, P < 0.05$ )。学者研究结果与本文研究结果一直, 虽然有一定差异, 但是允许范围内, 这也说明了延续性护理措施的价值, 延续性护理措施对慢性阻塞肺患者康复有效果。

延续性护理方案对能够指导患者在平时的生活中注意自身管理, 饮食、生活习惯和运动等都是已改善病情为主, 针对自身病情更重视, 了解自身不良习惯对病情可能造成的影响。延续性护理措施虽然是在家中进行的, 但是护理人员一直都在指导患者, 让患者能够持续得到护理, 患者家属可以监督患者的行为, 而患者也能够自我监督, 了解自身行为对病情影响。延续性护理方案种患者家属和护理人员给予患者的支持更多<sup>[5]</sup>。延续性护理方案中护理措施要由患者自己执行, 所以, 其自我管理能力会不断提升, 自我效能评分也就更高。对患者自我效能评价是为了了解患者应对生活的能力, 促进患者生活质量提升, 自我效能评价可以通过人性化护理措施完善对医务人员和患者家属之间沟通。延续性护理措施对患者治疗和护理工作开展都有重要价值, 能够监督和引导患者病情发展, 结合药物治疗和呼吸方式合理地运用, 完提升护理效果。

## (二) 延续性护理可以促进患者肺功能评分提升

慢性阻塞性肺疾病会导致患者发生较为严重的病理性改变, 肺间质细胞会发生萎缩, 还有可能释放大量炎性介质, 呼吸道狭窄, 呼吸阻力增加, 这就导致呼吸肌收缩功能和肺部功能减退, 患者会出现呼吸过度紧张问题, 长期会导致恶性循环, 加速患者病情恶化<sup>[6]</sup>。临床上认为肺气肿是引起慢性阻塞性肺的主要原因, 个体和环境为危险因素, 个体因素是遗传和气道高反应性, 环境因素主要是空气、粉尘等, 呼吸环境恶劣, 导致患者发病。

两组患者肺功能出院三个月后情况比较,差异具有统计学意义( $t = 6.451/10.234/4.897, P < 0.05$ )。於元研究是以慢性阻塞肺患者为研究对象,分析延续性护理措施对患者自肺功能情况的影响,研究发现,患者出院三个月后患者的肺功能明显改善,采取延续性护理措施的患者肺功能评分更高,差异具有统计学意义( $t = 10.245/6.874/5.248, P < 0.05$ ),更适合在慢性阻塞肺患者中推广应用。於元研究结果与本文研究结果一致,这也说明了延续性护理价值。产生这一现象的原因是延续性护理方案中有腹式呼吸法等,护理人员通过呼吸锻炼改善患者自身肺功能,患者肺功能评分自然也就提高。

### (三) 延续性护理能够改善患者焦虑和抑郁情况

慢性阻塞性肺疾病比较复杂,患者患病后会出现病情反复的问题,根本上治疗这种疾病方案有限,大多无法有效控制患者病情,需要长期对患者进行监护。延续性护理是可以长期针对患者进行指导,在患者出院前针对患者情况进行了解,根据患者情况制定护理指导方案,转诊或是出院后对患者随访。

两组患者焦虑和抑郁评分比较,差异具有统计学意义( $t = 6.578/7.124, P < 0.05$ )。郭世燕<sup>[7]</sup>研究是以慢性阻塞肺患者为研究对象,分析延续性护理措施对患者焦虑和抑郁情况的改善有重要价值,研究发现采取延续性护理措施患者焦虑和抑郁评分降低更多,差异具有统计学意义( $t = 11.452/13.008, P < 0.001$ ),患者的焦虑和抑郁情况有明显改善,这种护理措施更适合在临床工作中推广。研究结果与本文研究结果具有一致性。产生这一现象的原因是延续性护理措施让患者对病情有了更多认识,通过护理措施实施,患者能够发现自身的病情在不断地好转,患者的情绪改善,患者对抗疾病的信心更强,所以,患者的焦虑和抑郁评分降低。

针对慢性阻塞肺患者的延续性护理是在出院之后的护理,帮助患者实现自我管理,促进患者身体恢复,降低患者再次住院的概率,适合在临床上工作中应用<sup>[8]</sup>。医院针慢性阻塞肺患者的护理也必须了解护理价值,加强对护理人员的培训,提升护理人员护理水平。针对慢性阻塞肺患者的延续性护理方案的制定还需要参考各方面的文献资料,各个护理措施应该有理论支持,了解不同护理操作对患者的作用,不断地改进护理方案。

## 五、结语

综上所述,延续性护理措施是一种简单的护理措施,对稳定期慢性阻塞性肺患者护理可以促进患者康复。延续肺康复护理能够改善稳定期慢阻肺患者自我效能评分,提升患者肺功能,改善患者焦虑和抑郁情况,这种护理措施适合在临床工作中推广。

## 参考文献:

- [1]李丽花.研究优质护理模式对慢阻肺疾病稳定期患者急性加重次数及生命质量的影响[J].智慧健康,2018(14).
- [2]殷凤.延续性护理对老年慢阻肺稳定期患者自我效能及肺功能的影响分析[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(21):18-19.
- [3]陈玉宇,尤智英.健康信念模式应用于老年慢阻肺稳定期患者的护理效果分析[J].国际护理学杂志,2018,37(19):2672-2676.
- [4]殷凤.延续性护理对老年慢阻肺稳定期患者自我效能及肺功能的影响分析[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(21):18-19.
- [5]综合康复护理在老年慢阻肺患者肺功能改善中的应用效果评价[J].临床医药文献电子杂志,2019(14).
- [6]朱英,梅娟.个案护理模式对慢阻肺疾病稳定期患者急性加重次数及生命质量的影响[J].大家健康旬刊,2017,11(1):225-225.
- [7]郭世燕.延续肺康复护理对社区稳定期慢阻肺患者的效果[J].河南医学研究,2019(16).
- [8]张明珍.延续性护理对慢阻肺患者戒烟依从性及肺功能的影响评价[J].实用临床护理学电子杂志,2018(50).