

健康教育干预在慢性胃炎护理中具有的应用效果分析

赵 攀

达州市宣汉县第三人民医院 四川达州 636150

〔摘 要〕目的 观察研究健康教育干预在慢性胃炎护理中具有的应用效果。方法 将 60 例慢性胃炎患者作为研究对象, 根据收治时间分为对照组 (30 例)、实验组 (30 例), 对照组应用传统护理, 实验组在对照组基础上应用健康教育干预。结果 干预后, 实验组的 LSIA 评分与疾病知识知晓率高于对照组, PSQI 评分低于对照组, $P < 0.05$ 。结论 对慢性胃炎患者实施健康教育干预, 睡眠质量与生活质量可显著提高, 了解更多的疾病知识, 应在以后临床上大力推广实施。

〔关键词〕健康教育干预; 慢性胃炎; 临床效果

〔中图分类号〕R473.5 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2018) 04-0028-02

〔Abstract〕Objective to observe the application effect of education intervention in chronic gastritis. Methods 60 patients with chronic gastritis as the research object, according to the time were divided into control group (30 cases), the experimental group (30 cases) and control group using traditional nursing, the experimental group in the control group based on the application of health education intervention. Results after intervention, LSIA score of the experimental group was higher than that of the control group, and PSQI score was lower than the control group, $P < 0.05$. Conclusion the intervention of education in patients with chronic gastritis can significantly improve the quality of sleep and quality of life, and more knowledge of diseases should be promoted and implemented in clinical practice.

〔Key words〕Healthy education intervention; Chronic gastritis; Clinical effect

前言

慢性胃炎在医学临床上属于一种较常见的消化系统疾病, 是指由于各种因素综合作用, 导致机体的胃粘膜出现慢性炎症或萎缩病变^[1]。该病早期临床症状不明显, 最为常见的是长期生活不规律, 很多患者饮食结构混乱、进餐时间不稳定、生活学习节奏过快, 导致胃功能障碍, 累积到一定程度则诱发慢性胃炎。慢性胃炎自发病初期至出现明显症状之间耗时较长, 复发率高, 治疗难度较大, 病程过长则有可能诱发胃溃疡, 甚至胃癌, 对患者的生命健康构成巨大威胁。患者慢性胃炎反复发作, 容易出现焦虑及抑郁等一系列负面情绪, 从而导致患者机体的持续应激状态。严重影响了生活质量。近年来, 因我国经济水平增长速度极快, 人们生活方式与饮食习惯发生明显转变; 同时受人口老龄化程度严重影响, 患上慢性胃炎的人数逐年增加, 且男性人群的发病率更高。慢性胃炎不具备典型的临床体征, 一般会伴有口苦口臭、失眠、纳呆、嘈杂反酸等症状, 可给患者日常生活与工作带来消极影响^[2]。故对慢性胃炎患者来说, 尽早接受有效的治疗措施是控制病情的基础前提。然而, 考虑到此疾病病程长、易反复发作、治愈难度系数高, 给予优质的干预措施尤其重要。本文意在评价分析健康教育干预在慢性胃炎护理中具有的应用效果, 对在本院治疗的 82 例脑卒中偏瘫患者进行试验, 详细阐述见下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

研究对象: 选择 2017 年 3 月至 2018 年 2 月在本院接受治疗的 60 例慢性胃炎患者。根据收治时间依次排号, 奇数是对照组, 偶数是实验组, 一组各占 30 例。在对照组中, 12 例

女性, 18 例男性; 年龄 (24-57) 岁, 平均年龄 (47.29 ± 2.23) 岁。在实验组中, 14 例女性, 16 例男性; 年龄 (25-55) 岁, 平均年龄 (47.68 ± 3.22) 岁。两组慢性胃炎患者在性别占比、年龄等信息均差别不大 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组

给予传统护理。

1.2.2 实验组

在对照组基础上给予健康教育干预。

1.2.2.1 心理干预

由于慢性胃炎患者治疗时间跨度较大, 疾病会使其日常生活和工作遭受不同程度的影响, 心理状态较不稳定, 经常感到焦虑、烦躁等不良心理状态。护理人员在此时应联合患者家属, 积极进行心理护理, 创造融洽的氛围, 安抚患者情绪。密切关注患者的情绪变化, 积极进行有效沟通与交流, 将该疾病发生的原因以及治疗的方法向患者讲解清楚, 让其知道具体治疗流程, 并了解自身病情严重程度, 明白治疗依从性对改善身体状态具有重要作用。鼓励患者多参与同伴活动, 转移对疾病的注意力, 提升社会活动性。若患者存在中度以上不典型增生, 为准确了解其病情变化, 医护人员应叮嘱患者定期接受胃镜检查, 并做好定期随访工作。患者病情一旦恶变, 需尽早接受手术与综合治疗, 能取得理想的治疗效果。

1.2.2.2 用药干预

考虑到部分患者对所用药物的了解度不高, 医护人员应在患者取药后向患者详细讲解用药的注意事项和不良反应, 避免频繁更换药物。若患者使用胃动力药物, 服药时间为餐前 30min; 若患者使用抗幽门螺杆菌药物, 服药时间为餐后; 若

患者使用解痉止痛药物,服用时间为餐前 1h。此外,医护人员应告知患者服药后可能会有不良反应发生,如头晕恶心、心慌口干、食欲不佳、黑便等,只要停药后便能消失。

1.2.2.3 生活干预

慢性胃炎的发生于患者的饮食习惯有着直接联系,所以患者接受治疗过程中需要对其生活习惯进行相关的护理。

①饮食护理。医护人员需根据患者的病情,制定个性化、合理的饮食方案,调整他们的饮食结构,可有利于提高治疗效果。为防止患者的胃粘膜受到伤害,医护人员需告知患者少吃刺激性食物(芥末、生蒜、烈酒等)。此外,十分粗糙、辣、冷、酸、硬的食物也应避免使用,多吃软烂清淡的食物,烹调方法不建议油煎或油炸。患者需遵循“维生素高、营养价值高”饮食原则,多吃胡萝卜、豆腐、牛奶等食物。若患者存在贫血症状,则应提高含铁量高的食物摄入量,如动物内脏、鸡蛋等。同时医护人员应督促患者形成并保持良好的饮食习惯,进食过程中做到细嚼慢咽,禁止暴饮暴食,以免加重胃的负担。

②活动和休息。慢性胃炎患者应保证睡眠时间充分,不宜过度劳累,将工作、学习、休息时间合理规划,养成规律

科学的生活习惯。

1.3 观察指标

将两组慢性胃炎患者干预前后的疾病知识知晓率、睡眠质量、生活质量进行组间对比。睡眠质量采取 PSQI 评分判定;LSIA 评分采取 LSIA 评分判定^[3]。

1.4 统计学处理

对本试验数据均实施统计处理,软件选择 SPSS20.0 版,60 例慢性胃炎患者的 LSIA 评分、PSQI 评分以“($\bar{x} \pm s$)”形式表达,利用 t 检验;60 例慢性胃炎患者的疾病知识知晓率以“%”形式表达,利用卡方检验。若 P 值小于 0.05,则表明组间数据对比的差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的疾病知识知晓情况比较

将两组慢性胃炎患者的疾病知识知晓率实施对比,实验组较对照组明显更高, $P < 0.05$ 。详细结果见表 1。

2.2 两组患者的睡眠质量与生活质量比较

干预后,实验组的 LSIA 评分远远高于对照组,PSQI 评分较对照组显著更低, $P < 0.05$ 。详细结果见表 2。

表 1 对比两组慢性胃炎患者的疾病知识知晓情况 [n(%)]

组别	总例数 (n)	知晓	基本知晓	不知晓	知晓例数
实验组	30	19 (63.33)	9 (30.00)	2 (6.67)	28 (93.33)
对照组	30	10 (33.33)	11 (36.67)	9 (30.00)	21 (70.00)
χ^2	-	5.4060	0.3000	5.4545	5.4545
P	-	0.0201	0.5939	0.0195	0.0195

表 2 对比两组慢性胃炎患者的睡眠质量与生活质量 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	PSQI 评分		LSIA 评分	
	干预前	干预后	干预前	干预后
实验组 (n=30)	9.27 $\pm$ 2.16	7.08 $\pm$ 1.06	12.84 $\pm$ 5.18	22.76 $\pm$ 5.14
对照组 (n=30)	9.26 $\pm$ 2.12	8.58 $\pm$ 1.84	13.02 $\pm$ 2.46	16.19 $\pm$ 4.57
t	0.0181	3.8690	0.1719	5.2321
P	0.9156	0.0003	0.8641	0.0000

3 讨论

近些年来,伴随社会生活的进步,整个社会的运行节奏进一步加快,饮食不规律的人数逐日增多,导致患上慢性胃炎的人数也越来越多。据相关统计数据显示,在我国慢性胃炎的发病率在所有胃病中排名第一,在接受胃镜检查人群中的发病率可高达 90%。慢性胃炎的发病病因较复杂,截至目前还没有明确定论给出,但经多数研究证实慢性胃炎的出现与药物、刺激性物质、环境变化、幽门螺杆菌感染等因素存在密切联系,且幽门螺杆菌感染是其主要致病诱因^[4]。慢性胃炎会给人们的学习、生活、工作带来严重影响,人们需做到早发现、早诊断、早治疗,以降低慢性胃炎的发病率。

为探讨健康教育干预在慢性胃炎护理中具有的应用效果,本文对照组在传统护理基础上给予健康教育干预,具体干预内容包含心理干预、用药干预、生活干预 3 个部分,从实验结果得出干预效果理想。从而为建立和谐的护患关系打好基础。

据本次实验结果显示:实验组与对照组干预后比较,前者的 LSIA 评分与疾病知识知晓率更高,PSQI 评分更低,两者相比差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。言而总之,积极的健康教育干预应用于慢性胃炎患者,能提高他们的医学知识水平,改善睡眠质量及生活质量,值得在今后临床上加强推广力度。

[参考文献]

- [1] 刘妍.健康教育干预对慢性胃炎患者护理效果的影响分析[J].中国卫生产业,2016,13(30):50-52.
- [2] 杨天湖.健康教育干预应用于慢性胃炎护理的效果分析[J].医学信息,2016,29(24):210-211.
- [3] 薛瑞峰.健康教育干预应用于慢性胃炎护理的临床效果分析[J].世界最新医学信息文摘:连续型电子期刊,2014,14(30):357-358.
- [4] 高翠迎.健康教育干预在慢性胃炎护理中的应用效果观察[J].中国继续医学教育,2017,9(1):236-237.