

5E 康复护理模式对尿毒症血液透析治疗患者水钠摄取情况及睡眠质量的影响

张瑞芳

包头医学院第一附属医院 内蒙古包头 014010

【摘要】目的 探讨 5E 康复护理模式在尿毒症血液透析中的作用。**方法** 取血液透析尿毒症患者 84 例, 2018.2-2020.2 诊治, 经奇偶数法均分, 奇数设为对照组, 反之设为观察组, 前者行常规护理, 后者实施 5E 康复护理, 对比护理成效。**结果** 观察组水钠摄取依从性更高, 睡眠质量评分更低 ($P < 0.05$)。**结论** 5E 康复护理利于行血液透析尿毒症患者更好地摄取水钠, 对睡眠质量有改善作用, 可推广。

【关键词】 5E 康复护理模式; 血液透析; 水钠摄取; 睡眠质量

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2021) 08-135-02

肾脏疾病发展至后期可演变为尿毒症, 其发生风险上升趋势明显, 可对现代人生命安全构成威胁。目前临床多予以患者血液透析手法, 可对体内有害物质予以清除, 在延缓病情、延长生存期方面有其独特优势, 易为临床医护人员与患者所接受^[1]。但此疗法应用期间, 对患者饮食和液体摄入控制较为严格, 可出现水钠摄取失衡, 使得容量负荷增加, 引起并发症。患者受自身病情和长期治疗经济压力的影响, 可在夜深人静时滋生出负面情绪, 辗转反侧, 难以入睡, 使得睡眠质量下降。5E 康复护理包括鼓励、教育、运动、工作和评估共计五个方

面的内容, 可予以患者不同层次的干预, 促进患者好转^[3]。基于此前提, 该研究将 5E 康复护理运用至尿毒症血液透析中, 报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

文中以尿毒症患者为研究对象, 共计 84 例, 均予以血液透析, 研究起止时间: 2018 年 2 月至 2020 年 2 月, 按照奇偶数法分组处理。两组基础资料一致 ($P > 0.05$), 见表 1。

表 1: 一般资料 [n(%), $\bar{x} \pm s$]

组别	例数	男	女	岁数	透析年限	体重	受教育年限
对照组	42	24 (57.14)	18 (42.86)	52.78 $\pm$ 4.16	7.68 $\pm$ 1.24	60.27 $\pm$ 4.72	13.12 $\pm$ 1.44
观察组	42	21 (20.00)	21 (20.00)	53.56 $\pm$ 4.14	8.21 $\pm$ 1.54	60.82 $\pm$ 4.15	12.78 $\pm$ 1.78
χ^2/t			0.430	0.861	1.737	0.567	0.962
P			0.511	0.392	0.086	0.572	0.339

1.2 方法

对照组仅通过常规方式护理, 为患者说明疾病相关知识, 注意不良情绪的疏导, 同时从饮食、用药和运动层面予以指导。观察组行 5E 康复护理:

1.2.1 教育

制定满足患者个性化特征的教育计划, 使得患者由浅至深了解与自身病情及相关治疗有关的知识, 包括治疗原理、配合方法、注意事项等, 帮助患者理解水钠失衡与水肿的关系; 合理运用口头讲解、张贴宣传布告、播放影像视频、电话随访等途径对患者日常饮食和用药情况予以指导。

1.2.2 鼓励

患者透析期间, 可有负面情绪产生, 需将护患沟通落实到位, 予以患者鼓励与关怀, 对不良心态产生原因及其严重性予以评估, 基于此前提进行疏导, 用患者感兴趣的事物转移其注意力, 坚定患者与疾病抗争的信念; 同时强调家属作用, 予以患者家庭温暖, 使得患者对治疗充满信心。

1.2.3 锻炼

制定满足患者机体状态的锻炼方案, 如翻身、肢体屈伸、散步、做操等, 每日锻炼时间控制在 20-30min 之间, 以减轻肾脏负担; 在锻炼中主动配合者, 应适当鼓励, 使得患者积极参与。

1.2.4 工作

血液透析可使患者病情改善, 自理能力恢复, 该阶段可

鼓励患者工作, 进行劳动, 注意劳逸结合, 使患者感受到自身存在意义, 强调自身价值。

1.2.5 评估

综合评估患者饮食、用药、运动、作息和精神状态, 根据评估结果对康复护理计划中的不合理之处予以调整, 使其更能满足患者康复需求。

1.3 观察指标

1.3.1 水钠摄取情况

判定依据: 患者遵照医嘱, 规范摄取水分和钠元素, 摄入量均控制在合理范围内, 透析治疗进展顺利为完全依从; 患者水钠摄取情况较为理想, 摄入量超过合理范围, 透析治疗基本不受影响, 经医护人员调整够顺利进行未部分依从; 水钠过量摄入, 远超正常范围, 透析治疗被迫中断, 需重新调整治疗方式为不依从。依从性为完全依从和部分依从之和在总例数中所占百分比。

1.3.2 睡眠质量

患者睡眠质量判定依据为匹兹堡睡眠质量指数 (PSQI), 低至 0 分, 高至 21 分, 以分数下降为睡眠质量改善依据^[4]。

1.4 统计学分析

软件录入后对数据统一处理, 水钠摄取为无序分类资料, 百分数 (%) 表示, χ^2 检验, 睡眠质量为名义变量资料, $\bar{x} \pm s$ 和 t 表示检验, 数据差异以 P 未及 0.05 为依据。

2 结果

2.1 水钠摄取

观察组水钠摄取依从性较之于对照组存在差异 ($P < 0.05$), 研究结果和统计值见表 1。

表 1: 水钠摄取 [n(%)]

组别	例数	完全依从	部分依从	不依从	依从性
对照组	42	15 (35.71)	18 (42.86)	9 (21.43)	33 (78.57)
观察组	42	19 (45.24)	21 (50.00)	2 (4.76)	40 (95.24)
χ^2					5.123
P					0.023

2.2 睡眠质量

干预前组间睡眠质量无差异 ($P > 0.05$), 干预后评分均下降, 组间对比有差异 ($P < 0.05$), 研究数值见表 2。

表 2: 睡眠质量 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	睡眠质量	
		干预前	干预后
对照组	42	14.72 $\pm$ 1.68	10.56 $\pm$ 1.12
观察组	42	15.21 $\pm$ 1.44	8.16 $\pm$ 1.32
t		1.435	8.985
P		0.155	0.000

3 讨论

血液透析在尿毒症治疗中应用广泛, 可对患者病情起到改善作用, 进而促进后续治疗工作的开展, 可否取得理想的效果取决于患者在治疗中的依从性。患者在治疗期间水钠摄取依从性下降, 导致水钠失衡, 于体内蓄积, 引起相关不适症状^[5]。此外, 血液透析周期长, 可带给患者及所在家庭沉重的经济负担, 使得患者因压力过大而入睡困难, 降低睡眠质量, 故需强化血液透析患者护理干预, 使其合理摄取水钠, 顺利入睡。

5E 康复护理分为五个方面的内容, 目的在于促进透析患者顺利回归社会交往, 改善生存状态。区别于常规干预模式, 该措施着眼于患者个人需求, 制定满足患者个性化需求的措

施, 使得患者从内心深处意识到水钠摄取依从性差的危害: 包括它对血液透析治疗和自身身体状况的影响^[6]。医护人员了解患者知识掌握情况, 及时指出观念中存在偏差之处; 在宣教工作中强调控制水钠摄取的重要性, 帮助患者改掉对血液透析不良的行为习惯, 使得患者在日常饮食中严格控制水钠摄入。上述数据显示, 观察组依从性较之于对照组更高 ($P < 0.05$), 验证了上述观点。

尿毒症患者睡眠质量较差, 可对透析治疗可行性造成影响。文中通过运用 5E 康复措施, 可见患者睡眠质量改善明显, 所得评分较之于对照组干预后指标有差异 ($P < 0.05$), 分析该结果发生原因可能是此护理干预手段可促使血液透析作用的发挥, 使得患者生理与心理层面的需求得到满足, 以最佳状态应对临床医护工作, 也可减轻心理压力, 使得患者夜间顺利入睡, 改善睡眠质量。

总之, 5E 康复护理的应用, 可使得血液透析尿毒症患者水钠摄取依从性提升, 对睡眠质量有改善作用。

参考文献:

- [1] 贾丽丽. 预见性护理应用于尿毒症血液透析患者护理中的临床效果分析 [J]. 首都食品与医药, 2019, 26(3):127.
- [2] 刘东瑜, 马磊. 认知行为干预对维持性血液透析患者钠水控制依从性的影响 [J]. 护理实践与研究, 2019, 16(3):30-32.
- [3] 熊婷, 刘鹏, 张齐刚, 等. 5E 康复护理方案改善尿毒症血液透析患者水钠摄取不合理及睡眠状况的研究 [J]. 世界睡眠医学杂志 2020, 7(8):1315-1316
- [4] 赵珊珊, 吴巧云, 王荧. 叙事护理对血液透析患者心理健康与睡眠质量的影响 [J]. 医学理论与实践 2021, 34(5):881-883.
- [5] 张媛媛. PDCA 循环法对血液透析患者自主感觉及水钠控制依从性的影响 [J]. 医学理论与实践, 2019, 32(23):156-158.
- [6] 吴瑞杰, 陈真真. 5E 康复模式在尿毒症腹膜透析患者中的应用效果 [J]. 中国民康医学 2020, 32 (19): 153-156

(上接第 133 页)

于老年抵御病原菌侵袭能力降低等要素抗感染治疗, 很难彻底清除病因, 根治难度大, 频发性较高。

4 讨论

本文研究结果显示: 就护理满意水平指标来看, 观察组情况明显优于一般组, 统计学存在显著性 ($P < 0.05$); 比较两组不良反应发生情况发现差异明显, 有影响 ($P < 0.05$)。因此可看出, 护理干预不但能够显著老年性阴道炎患者护理满意度, 同时还可控制不良反应出现率, 值得临床推荐使用。

参考文献:

- [1] 王宽. 护理干预在老年性阴道炎护理中的应用效果观察 [J]. 糖尿病天地·教育 (上旬), 2020, 000(002):215.
- [2] 李红艳. 对护理干预在老年性阴道炎护理中的应用效果及护理满意度影响进行分析 [J]. 长寿, 2020, No.397(02):246-246.
- [3] 何奋霞, 何云霞. 自拟洁阴外洗方结合护理干预对老年性阴道炎患者的效果观察 [J]. 中外女性健康研究, 2020, 000(001):147-148.
- [4] 李望. 分析护理干预对老年性阴道炎患者的临床效果 [J]. 中外女性健康研究, 2020, 000(003):88-89.

(上接第 134 页)

3 讨论

甲状腺瘤的病因相对复杂, 对于人们的正常生活会产生严重的影响, 是一种慢性的复发性疾病, 而长时间的手术和药物的治疗会加重患者的经济负担, 同时也会为患者带来巨大的精神压力, 增加患者出现不良情绪的几率, 而这种不良情绪对患者的康复会产生不利的影响。所以在术前, 对患者的心理和行为进行护理干预措施, 能够有效的缓解患者心理的负担, 可以稳定患者的情绪变化, 并且降低患者出现疼痛

的几率, 提高患者的预后效果, 在临床上值得推广和使用。

参考文献:

- [1] 黄华勇, 谭俏菊, 徐燕等. 甲状腺手术患者人性化护理的应用观察 [J]. 中外医学研究, 2019, 11 (30): 134-135.
- [2] 韩勤. 护理干预在甲状腺手术患者中的应用效果研究 [J]. 现代中西医结合杂志, 2019, 22 (31): 3521-3522.
- [3] 张红霞. 同护理方式对甲状腺手术患者术前焦虑水平和术后疼痛感知的影响 [J]. 临床合理用药, 2019, 5 (10): 119-120.