

个性化健康教育在类风湿性关节炎护理中的应用观察

余小华 谭小娟 吴小玲 周慧敏 黄俏平

广东省阳江市人民医院 529500

〔摘要〕目的 探讨个性化健康教育在类风湿性关节炎患者护理中应用效果。方法 选取我科收治的类风湿性关节炎患者 80 例作为研究对象，分为对照组及观察组各 40 例。对照组实施常规护理，观察组在对照组的基础上加以个性化健康教育。观察两组患者的疾病知识掌握情况。结果 观察组患者的疾病知识掌握情况明显高于对照组 ($P<0.05$)。结论 为类风湿性关节炎患者护理中加以个性化健康教育效果显著，有效提高了患者的用药依从性以及生活质量，对于提高患者治疗有效率具有积极的促进作用，值得推广应用。

〔关键词〕类风湿性关节炎；个性化健康教育；应用

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2024) 01-158-02

类风湿性关节炎属于慢性系统疾病，其形成的病因目前尚无法确定，在类风湿性关节炎的早期及时进行治疗有利于患者的康复，但将其忽视，势必对患者的关节有极大的损伤，严重者会导致患者的关节功能丧失^[1]。在治疗时其时间长、反复发作对于患者的生活质量有极大的影响，因此需要在治疗期间加以行之有效的方式促进患者康复^[2]。本文就个性化健康教育在类风湿性关节炎患者护理中的应用效果进行分析探讨，现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取于 2023 年 1 月~2023 年 10 月我科收治的类风湿性关节炎患者 80 例作为研究对象，分为对照组及观察组各 40 例。对照组中男性 23 例，女性 17 例，年龄 20~62 岁，平均年龄 (41 ± 3.35) 岁；观察组中男性 19 例，女性 21 例，年龄 19~63 岁，平均年龄 (41 ± 3.26) 岁。纳入标准：确诊为类风湿性关节炎患者，患者及其家属均签署知情同意书。排除标准：患有精神认知障碍者，拒绝配合观察治疗者，处于妊娠期和哺乳期的女性，合并心脏、肝肾严重功能障碍者。将两组患者的一般资料进行分析对比，无明显差异 ($P>0.05$)，有可比性。

1.2 方法

对照组实施常规护理，患者在住院期间做好患者的健康宣教工作，为患者详细的讲解疾病的相关知识以及治疗方式，指导患者多加休息，注意保暖措施避免感冒，引导患者进行适量的运动锻炼，将患者的各项生命指标及病情变化情况进行严格记录^[3]。

观察组在对照组的基础上加以实施个性化健康教育，患者办理入院前，护理人员应当对患者的基本情况以及家庭状况经济状况等进行充分的了解，为患者发放我院自制的健康知识问卷调查表，根据患者的反馈绝对患者的实际情况制定针对性的个性化健康教育方案和实施措施。患者入院后积极与患者进行沟通，为其介绍相关护理人员和护士长等，使得患者以轻松的心态面对治疗，建立良好的医患关系。在此过程中，医院可为类风湿性关节炎患者定期开展疾病知识讲座等，并发放宣传资料，在为患者讲解疾病知识等是尽量使用通俗易懂的语言耐心详细的为患者进行讲解，提高患者依从性。由于类风湿性关节炎的病程一般较长，对于患者的生活有着一

定的影响，患者的治疗前期效果不明显时容易产生焦虑、紧张、抑郁等不良情绪，此时护理人员应当针对患者的情况及时进行心理疏导，做好健康宣教工作，为患者及其家属耐心详细的讲解疾病发病机制，相关知识以及治疗方案，护理方式等，缓解患者的不良情绪，树立患者面对疾病的信心，提高患者依从性。对于患者及其家属提出的疑问应当及时准确的进行解答，可以组织病友间相互交流，改善患者对于疾病的不正确的认知方式。注重患者的关节功能锻炼健康教育，在天气变化较大时，提醒患者注意对关节的保暖措施，对于正处于急性期的患者，应当将病变部位进行有效的固定，处于稳定期的患者可适当的进行关节功能训练，根据患者的恢复情况不断加大锻炼量。患者出院后，护理人员应当结合患者的实际情况提供针对性的健康指导教育，提醒患者注重做好关节的保暖措施，严格遵循医嘱按时按量服药，定期进行电话随访。

1.3 观察指标

观察两组患者的疾病知识掌握情况。

1.4 统计学处理

应用统计学软件 spss22.0 对资料进行分析处理，计量资料采用均值 $\pm$ 标准差 ($\bar{x}\pm s$) 来表示，采用 t 检验，计数资料采用 (%) 表示，采用卡方检验， $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组疾病知识掌握情况

对照组中优 15 例 (37.50%)，良 13 例 (32.50%)，差 12 例 (30.00%)，优良率 28 例 (70.00%)；观察组中优 26 例 (65.00%)，良 12 例 (30.00%)，差 2 例 (5.00%)，优良率 38 例 (95.00%)。运用统计学软件将两组患者的疾病掌握情况进行分析，观察组疾病知识掌握情况明显高于对照组，差异显著具有统计学意义 ($P<0.05$)。

3 讨论

综上所述，为类风湿性关节炎患者护理中加以个性化健康教育效果显著，有效提高了患者的用药依从性以及生活质量，对于提高患者治疗有效率具有积极的促进作用^[4-7]，值得推广应用。

〔参考文献〕

- [1] 孙传芬, 侯爱辉, 孙翠璐. 个性化健康教育在类风湿 (下转第 160 页)

者体质都比较差，在患病早期没有办法进行高强度训练，所以依从性较低^[5]。而阶梯式语言康复锻炼护理方式是近几年新型的护理模式之一，该护理模式以患者为中心，根据患者的基本情况制定相对应的训练方案和强度。

综上所述，阶梯式言语康复锻炼护理在帕金森病言语障碍患者中的应用效果明显，患者语言功能得到了改善，同时还可以缓解患者噪音异常的现象。

[参考文献]

[1] 丁松奇. 阶梯式言语康复锻炼护理在帕金森病言语障碍患者护理中的临床效果[J]. 辽宁医学杂志, 2023, 37(3):97-100.

表 2 对比两组患者干预前后语言功能 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	UPDRS 评分		言语清晰度	
		干预前	干预后	干预前	干预后
讨论组	40	2.90 ± 0.69	1.56 ± 0.62	54.17 ± 8.69	78.20 ± 9.34
数据组	40	2.76 ± 0.65	2.15 ± 0.74	54.98 ± 8.76	69.21 ± 9.18
t 值		0.934	3.865	0.415	4.341
P 值		0.353	< 0.001	0.679	< 0.001

(上接第 156 页)

注: 两组对比, $p < 0.05$

3 讨论

作为护理人员, 需要有较强的判断能力, 能够更快反应出患者所需的健康教育方案。如果自身无法把控, 可以积极的寻求其他工作人员的支持, 避免个人操作不当导致的风险。对于特殊案例, 可以做好小组集体讨论, 发挥众人头脑风暴的价值。对于多种多样的患者情况而言, 护理人员单个人的智慧有限, 不能满足所有人的需求。因此, 需要不断积累经验, 学习他人的智慧来补充自身不足。

总而言之, 个性化的健康教育应用在妇科护理中可以有

效的提升患者治疗依从性, 患者的满意度也更高, 整体状况更为理想。

[参考文献]

[1] 杨枫. 健康教育在妇科阴道炎患者护理中的应用价值[J]. 中国医药指南, 2020, 18(14):282-283.

[2] 钟焕珍, 钟秀明. 妇科腹腔镜手术优质护理及健康教育的效果[J]. 中国继续医学教育, 2020, 12(12):196-198.

[3] 高洁璐, 杨建英. 门诊妇科阴道炎护理健康教育干预效果分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2022, 5(8):185, 190.

[4] 张艳. 健康教育对门诊妇科阴道炎患者的护理效果分析[J]. 中外女性健康研究, 2022, (3):171-172.

(上接第 157 页)

患者的治疗效果。因此需要采用科学、高效的护理干预, 才能防止不良反应的发生, 加快患者的身体康复。集束化护理是指以一套以循证为依据的诊疗和护理方法来完成对重症急性胰腺炎患者的临床护理工作, 对患者实施集束化护理结合早期肠内营养护理干预能够在整体上提高各项护理工作的整体效果。在这种结合式的护理方法之下, 重症急性胰腺炎患者的营养状态既可以得到大幅度改善, 也能够减少出现并发症的几率, 对患者良好预后具有十分重要的意义。在本次研究结果中可以发现, 观察组患者在实施护理干预之后的并发症比重与对照组患者相比更低 ($P < 0.05$), 这也表明该项研究成功。

综上所述, 采用集束化护理结合早期肠内营养护理干预是一种可以降低重症急性胰腺炎患者并发症几率的有效方法, 保障患者的身心健康, 值得在临床中大力运用。

[参考文献]

[1] 权雯雪. 集束化护理联合早期肠内营养干预在重症急性胰腺炎患者中的应用效果[J]. 临床医药实践, 2023, 32(06):465-467.

[2] 任立光. 集束化护理干预在急性重症胰腺炎早期经鼻肠管肠内营养中的应用效果观察[J]. 中国医药指南, 2020, 18(05):191.

[3] 刘菊. 集束化护理干预在急性重症胰腺炎肠内营养中的应用[J]. 安徽卫生职业技术学院学报, 2018, 17(03):77-78.

(上接第 158 页)

性关节炎患者护理中的应用效果[J]. 国际护理学杂志, 2022, 38(13): 1972-1975.

[2] 谢功华. 个性化健康教育在类风湿性关节炎病人护理中的应用探讨[J]. 健康必读, 2020, (27): 181-182.

[3] 谢嘉莹, 张海婧. 个性化健康教育在类风湿性关节炎病人护理中的应用效果观察[J]. 医药前沿, 2023, 9(20): 195-196.

[4] 张玉峰, 陶线毅, 井艳. 探讨个性化健康教育在类风湿性关节炎患者护理中的应用效果[J]. 中外女性健康研究,

2022(21): 103-104.

[5] 刘春威, 李再荣, 王庆双. 个性化护理干预对类风湿性关节炎患者治疗依从性的影响[J]. 黑龙江医学, 2020(8): 975-976.

[6] 刘丽伟. 探究心理护理及健康教育在类风湿性关节炎患者临床护理中的应用效果[J]. 心血管外科杂志(电子版), 2021, 8(02): 192-193.

[7] 周小红. 探究心理护理及健康教育在类风湿性关节炎患者临床护理中的应用效果[J]. 中国实用医药, 2022, 12(08): 147-149.