

慢性胃溃疡开展个性化饮食护理干预的实施效果

刘秀娟

钦州市第一人民医院 广西钦州 535000

【摘要】目的 研究慢性胃溃疡患者在个性化饮食护理干预时的作用。方法 纳入我院 2023 年 1 月~2023 年 12 月期间收治的 30 例慢性胃溃疡患者,随机分为两组,对照组采取常规护理,观察组个性化饮食护理干预,比较两组护理效果。结果 对比两组生活质量、症状恢复时间,差异明显 ($P<0.05$)。结论 慢性胃溃疡采取个性化饮食护理可改善临床症状,提升生活质量。

【关键词】个性化饮食护理;慢性胃溃疡;生活质量

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2024) 08-130-02

在当前临床中,由于慢性胃溃疡属于发病率极高的一种疾病,此病除了病程漫长外,同时治疗后容易复发,这主要是因为患者出院后饮食习惯和生活作息规划不良,从而加重病情复发^[1]。在越来越多的学者研究中指出,慢性胃溃疡患者除了常规药物治疗外,生活饮食方面必须倡导个性化方案,通过合理的饮食配合,方能进一步提升治疗效果,并降低并发症的发生^[2]。在本文研究中则着重基于饮食角度来探索护理方案,为患者制定个性化的饮食护理方案,提升慢性胃溃疡康复效果,现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2023 年 1 月~2023 年 12 月,纳入我院 30 例慢性胃溃疡患者,随机分为两组。观察组男女各 8、7 例,年龄 29~68 (39.36 ± 1.64) 岁,病程 1~6 (4.24 ± 0.61) 年;对照组男女各 8、7 例,年龄 28~69 (39.97 ± 1.52) 岁,病程 1~7 (4.87 ± 0.24) 年。比较以上资料相比 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组患者选择常规护理,主要内容包括基础性的心理疏导,要求食物的选择以清淡、低钠食物为主,同时给予相关健康指导。

观察组患者选择个性化饮食护理,具体内容包含:(1)饮食健康宣教。在护理前期需要为每位患者讲解饮食需注意的各类事项,例如教会他们如何正确选择食物的搭配,告知慢性胃溃疡进食的食物,如何选择正确的进食时间,尤其在夜晚时应当避免过量进食。同时需要将饮食相关的健康知识制作成图文或视频动画,发放给患者阅读观看,提高掌握度。

(2)个性化饮食搭配。在具体的食物选择上,需要告知患者禁止饮用咖啡或浓茶等饮品,同时减少辛辣类食品、牛奶摄入,食物主要以蔬菜瓜果为主。另外根据患者康复程度,对于正处于愈合期的患者,食物的选择需要避免碱性食物,多摄入含锌食物;如果患者处于恢复期,食物则以高纤维食材为主;如果后期病情有复发的迹象,食物选择需要包含维生素 B。(3)饮食随访。为了进一步优化患者出院后饮食护理质量,本次开展专门随访的模式来优化患者,做好出院后的监督。随访时可以通过电话以及专人上门等形式,积极询问出院后是否存在不良饮食习惯,并对患者疑问作出解答,要求他们遵循健康的饮食习惯。(4)心理护理。重点通过护患沟通等形式,帮助他们建立正确的治疗信心。而且着重对本次饮食护理的优势和安全性展开说明,通过普及已康复的患者病例信息来提升治疗和预后的信心,对于缓解心理压力有着重大帮助。

1.3 观察指标

以 SF-36 量表对比患者的生活质量,内容为心理情绪、肢体功能、日常饮食、社会角色,得分越高质量越优^[3]。统计胃痛、腹胀、反酸消失时间和胃黏膜组织学恢复时间,对其展开比较。

1.4 统计学分析

以 SPSS20 处理,计数资料以 $[n(\%)]$ 表示,行 χ^2 检验;计量资料以 ($\bar{x}\pm s$) 表示,行 t 检验。 $P<0.05$ 时有统计学意义。

2 结果

2.1 症状恢复时间对比

对比两组的症状恢复时间,观察组明显耗时更短 ($P<0.05$)。见表 1。

表 1: 症状恢复时间对比 ($\bar{x}\pm s, d$)

组别	n	胃痛消失时间	腹胀消失时间	反酸消失时间	胃黏膜组织学恢复时间
观察组	15	3.17 ± 0.32	3.57 ± 0.24	2.24 ± 0.28	16.24 ± 0.24
对照组	15	5.25 ± 0.41	5.61 ± 0.33	4.67 ± 0.31	19.24 ± 0.87
T		15.489	31.619	22.530	12.874
P		0.000	0.000	0.000	0.000

2.2 生活质量对比

两组护理前比较 ($P>0.05$), 护理后差异明显 ($P<0.05$)。见表 2。

3 讨论

在分析慢性胃溃疡时,发现此病从病理机制分析来看,主要由于胃黏膜出现病变而致使胃部发生溃疡。患者具体的临床症状多表现出腹部严重的疼痛感,同时灼烧及反酸等症

状同样具有典型性,严重时很可能伴有胃部出血,危及身体健康;如果不加以治疗,后期出现胃部癌变,危及生命。在分析慢性胃溃疡形成原因时发现,主要和患者不良饮食习惯有密不可分的关联,因此在进行护理时,不能局限于药物相关的指导和干预,而是需要优化患者的饮食习惯,通过对食谱的合理规划方能有效控制病情。一般个性化的饮食护理方案,倡导以人为本的护理理念,在整个护理工作中以患者作

为中心点,并且参照其病情的实际情况来设计饮食方案,对于提高饮食干预的力度,则直接影响着后期治疗效果。在临床研究中越来越多的学者也一致认为,个性化饮食护理的提出通过合理膳食的方式,能够显著降低胃黏膜损伤,在消化系统慢性疾病患者中配合药物治疗能够加速康复速度,而且后期复发率明显降低。

从本文研究可以进一步看出,对比两组生活质量、症状恢复时间($P<0.05$)。通过选择个性化的饮食方案,食物的选择上主要以流质以及温热类食物为主,而且对于用餐的方式进行合理安排,比如倡导以六分饱为主,禁止暴饮暴食,同时对于部分辛辣刺激性食物也要禁止摄入。当然生活中存在抽烟酗酒等情况的患者要加以戒除,方能进一步控制病情发作,如果在生活中腹部出现轻微疼痛感时,可以对疼痛处用暖水袋热敷,这样能够有效保证肠胃道温度,缓解疼痛症状。另外需要注意的一点是,在慢性胃溃疡患者的饮食护理计划中,食物的安排不能固定,而是需要每位患者的实际病情程度、口味、身心健康情况采取个性化的评估和安排,一方面需保

证饮食充分摄入,同时必须符合患者的口味习惯,这样才能使后续饮食护理的依存性得到最大化提升。

综上,针对慢性胃溃疡患者而言,在护理方案的选择上倡导个性化饮食护理,能够显著提高患者康复水平,生活质量进一步提升。

参考文献:

- [1] 陈金辉,蔡华.路径化宣教对慢性胃炎患者疾病认知能力、治疗依从性及护理满意度的影响[J].国际护理学杂志,2021,40(9):1606-1609.
- [2] 尚淑平,于辉,张爱云.循证护理干预对慢性胃炎患者护理质量及生活质量的影响[J].国际护理学杂志,2021,40(13):2475-2479.
- [3] 麦玉娟,刘珍凤,李艳如.家庭教育-环境改良-功能干预在慢性胃炎患儿护理中的应用[J].齐鲁护理杂志,2021,27(21):105-108.
- [4] 卜婷婷.中西医结合护理慢性胃炎患者应用研究[J].辽宁中医药大学学报,2021,23(8):217-220.

表2:生活质量对比($\bar{x}\pm s$,分)

组别	n	心理情绪		肢体功能		日常饮食		社会角色	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	15	16.21±1.41	22.24±1.52	16.21±1.14	23.24±1.85	16.24±1.27	22.14±1.35	17.21±1.41	22.31±1.52
对照组	15	16.35±1.62	20.21±1.38	16.23±1.31	18.14±1.24	16.39±1.37	18.21±1.24	17.31±1.29	20.54±1.32
T		0.252	3.830	0.045	8.869	0.311	8.304	0.203	3.405
P		0.803	0.001	0.965	0.000	0.758	0.000	0.841	0.002

(上接第128页)

烧伤是临床较为常见的一种损伤类型,是指在高温下,皮肤受到损伤。大面积烧伤较为严重,患者除了需要承受较为严重的疼痛之外,还需要面临较为严重的心理创伤^[4]。骤然受到损伤,患者会面临死亡的威胁,还会影响身体的美观程度,这种情况下,其生活质量会严重受损,还会产生焦虑、抑郁的情绪。这就导致了在护理过程中,患者可能出现不配合的情况,且不良情绪等还会导致患者交感神经兴奋,分泌儿茶酚胺,不利于治疗。所以,采取良好的护理手段是必要的。人文护理干预中,通过良好的心理干预,加强与患者的交流,能够使其感受到护理人员的关怀,许多患者存在悲观情绪,此时,以治疗效果较好的患者为例,能够帮助其树立信心,使其以更加良好的状态,面对治疗。而环境护理等,可以使患者处于一个良好的康复氛围,在一定程度上有助于康复。通过以上综合、全面的护理干预,可显著改善患者负面情绪,提升生活质量。

(上接第129页)

给予脐带护理以及为新生儿选取最适配方奶粉等方式,让新生儿在出生后能够得到全面、有效的护理。研究发现^[5],于新生儿护理中合理引入全程优质护理理念,既能减少护理安全隐患,又能帮助患儿改善生活质量。本研究中,试验组对护士持信任态度的家长47例(97.92%),高于对照组的41例(85.42%),差异具有统计学意义($\chi^2=4.051$, $P=0.034<0.05$);试验组护理满意率为95.83%,高于对照组的83.33%,差异具有统计学意义($\chi^2=3.862$, $P=0.037<0.05$),数据表明,新生儿用全程优质护理模式,能提高家属对护士的信任度以及对护理工作的满意率,临床应用价值颇高。

综上所述,对于大面积烧伤休克期患者,实施人文护理可有效改善患者负面情绪,提升生活质量。

参考文献:

- [1] 孙林利,孙丽娟,何珍珍,等.基于TTM的康复护理方案对颌面部烧伤病人歧视感及伤残接受度的影响[J].护理研究,2022,35(11):2006-2009.
- [2] 马娜,边冬梅.自我效能干预联合心理护理对暴露部位烧伤整形患者不良情绪、应对方式及综合健康状况的影响[J].国际护理学杂志,2024,40(22):4148-4152.
- [3] 杨晨鹤,张静慧,郭利丽.早期康复锻炼联合情志护理对上肢重度烧伤后整形植皮患者肢体功能恢复及心理重建的影响[J].中国美容医学,2022,30(3):167-170.
- [4] 蔡芳,周敏,周晓倩.基于网络平台的结构化心理护理对烧伤后瘢痕整形患者康复情况及不良情绪的影响[J].中国美容医学,2021,30(7):154-158.

参考文献:

- [1] 李芳.新生儿护理中全程优质护理的实施效果[J].内蒙古中医药,2023,33(22):121.
- [2] 张巧阳.新生儿临床护理中全程优质护理实施的效果观察[J].中外女性健康(下半月),2021,(7):80-80,58.
- [3] 孙秀梅.探讨全程优质护理模式在新生儿护理中的应用效果[J].中国卫生标准管理,2023,6(21):215-216.
- [4] 傅思勇.观察全程优质护理模式在新生儿护理中的应用效果[J].医学信息,2022,28(46):247.
- [5] 李茜,宋洪玉.新生儿全程优质护理模式的护理效果评价[J].中国社区医师,2021,32(8):154-155,157.