

慢性肾脏病护理中健康教育的应用价值

陈 婷

西安交通大学医学院第一附属医院 肾脏内科 710061

摘 要: **目的:** 健康教育应用在慢性肾脏病护理的价值分析。**方法:** 2020 年 3 月-2021 年 2 月, 在本院接受慢性肾脏病护理干预患者人数为 80 人, 患者临床中被按照数据采样的方式分为对照组与研究组, 对照组患者采取常规护理干预, 研究组患者采取常规护理干预的同时还需要接受健康教育。患者临床中接受护理依从性、健康知识知晓度的比较分析。**结果:** 研究组护理总依从率高于对照组, $P<0.05$; 健康知识知晓度评分更高的一组为研究组, $P<0.05$ 。**结论:** 慢性肾脏病护理中健康教育的应用对于患者临床护理总依从率提升有重要促进价值, 同时能够实现患者临床疾病知识知晓度的提升。

关键词: 慢性肾脏病; 健康教育; 护理价值

Application value of health education in nursing of chronic kidney disease

Ting Chen

The First Affiliated Hospital of the School of Medicine of Xi'an Jiaotong University Department of Nephrology 710061

Abstract: Objective: To analyze the value of health education in the care of chronic kidney disease. Methods: From March 2020 to February 2021, the number of patients receiving nursing intervention for chronic kidney disease in our hospital was 80. The patients were divided into the control group and the study group according to the method of data sampling. The control group received routine nursing intervention, and the study group received health education in addition to routine nursing intervention. Patients will accept the comparative analysis of nursing compliance and health knowledge awareness in clinical practice. Results: The total nursing compliance rate of the research group was higher than that of the comparison group, $P<0.05$; the group with a higher health knowledge awareness score was the research group, $P<0.05$. Conclusion: The application of health education in the nursing of chronic kidney disease is of great value for improving the overall compliance rate of patients' clinical care, and at the same time, it can improve the patient's knowledge of clinical diseases.

Keywords: Chronic kidney disease; Health education; Nursing value

慢性肾脏病是慢性肾脏结构与功能障碍病症的统称, 该疾病的诱发因素较多, 临床中护理干预措施不够完善, 导致病情发展速度加剧, 从而导致患者肾功能衰竭问题的出现, 导致患者肾功能损伤。慢性肾脏疾病患者在明显的临床表现前, 大多数已经经过了较长的无症状阶段, 其潜伏的病症表现包括腰痛、浮肿、高血压和贫血, 若认识不够到位或质量不够及时, 导致患者病症加剧。积极开展患者健康教育, 有助于患者自我保护能力的提升, 对于病情改善, 有较强的抑制效果。

一、一般资料与方法

1. 一般资料

本研究选取慢性肾脏病研究对象 80 例, 样本数据均选自于 2020 年 3 月至 2021 年 2 月, 样本研究对象被根据数据采样的方式分为对照组与研究组, 对照组患者男性样本数据 31 例、女性样本数据 9 例, 患者年龄 59-72 岁, 患者年龄平均数 (65.50 ± 1.43) 岁; 研究组患者男性样本数据 33 例、女性样本数据 7 例, 患者年龄 60-73 岁, 患者年龄平均数 (66.50 ± 1.81) 岁。一般资料对比数据差异较小, $P>0.05$ 。

2. 方法

对照组: 常规护理。患者需要接受用药的护理干预, 保证患者的充足休息。

研究组: 健康教育。护理人员需要积极展开患者的健康教育, 从患者的社会背景、文化素养与心理承受能力出发, 针对性的为患者提供健康教育方案, 为患者展开积极的健康教育, 加强患者的沟通交流, 安抚患者的情绪, 对于患者焦虑、抑郁情绪缓解有重要价值, 对于患者信赖度提升有重要价值。同时充分患者的文化水平, 建立明确的目标后, 积极进行健康教育。健康教育的形式较为多样。院内护理人员需要定期组织患者接受集体学习, 然后从每个患者的不同情况出发给予针对性的指导。健康教育内容与疾病知识掌握水平有关, 患者能够更加深入的掌握肾脏疾病的发生、发展以及治疗手段和相关注意内容, 对于患者自我护理意识提升有重要的促进价值。饮食教育过程中, 需要保证患者日常饮食选择低蛋白质、少油、少糖的食物, 同时患者日常生活中应避免油腻食物以及动物内脏的摄入, 并严格控制饮食中的盐量。此外, 针对病情相对稳定的患者, 可以在护理人员的指导下

积极开展体育锻炼,充分结合患者的承受能力,对运动量进行合理调整。不仅如此,肾病导致的中度水肿和以上的患者,需要保证自身充足的休息时间,对于肺部感染以及心功能不全患者,充足的休息也是十分有必要的。慢性肾病属于慢性病,耗费的治疗时间较长,同时药物会伴随患者终生。因此,护理人员还需要为患者提供用药知识的健康教育,患者结合医生的指导服用药物,能够有效避免肾功能恶化问题。

3.评价和观察指标

患者临床比较护理依从性以及健康知识知晓度。

4.统计学方法

本研究所选用的数据学软件为 SPSS22.0,同时通过(n,%)以及 $\bar{x} \pm s$ 。利用t与 χ^2 ,得到 $P < 0.05$ 。

二、结果

1.护理依从性

研究组与对比组护理依从性比较分析,临床护理总依从率更高的一组为研究组, $P < 0.05$ 。

表 1 护理总依从率 [n (%)]

组名	例数	完全依从	部分依从	不依从	总依从率
对比组	40	4 (10.00%)	30 (75.00%)	6 (15.00%)	34 (85.00%)
研究组	40	7 (17.50%)	33 (82.50%)	0 (0.00%)	40 (100.00%)
χ^2					6.486
P					0.010

2.健康知识知晓度

针对患者健康知识知晓度展开评分,健康知识知晓度评分中,饮食知识、运动知识、用药知识掌握较好的一组为研究组, $P < 0.05$ 。

表 2 健康知识知晓度评分 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	饮食知识	运动知识	用药知识
对比组	40	53.48 ± 1.49	73.08 ± 2.12	75.22 ± 0.27
研究组	40	70.93 ± 2.43	80.08 ± 1.49	80.23 ± 0.15
t 值		38.718	17.085	102.587
P 值		0.000	0.000	0.000

三、讨论

慢性肾脏病是肾小球滤过率低于 60ml/min/1.73 m²,持续大于 3 个月或肾损伤超过 3 个月的病症^[1]。肾损伤的表现肾脏病理性变化和检测指标异常,主要有血液、尿液异常、影像学异常等表现。慢性肾脏病是一个综合征,并非具体的肾脏病正,是多数肾脏病的综合^[2]。近年来,老年人口数量不断攀升,人们生活水平加快,加大了糖尿病及高血压病症患者的占比,长期处在血糖控制不足、血压控制受限的表现,患者出现强烈的糖尿病肾脏与高血压肾病。患有慢性肾脏病后,若患者治疗或者干预的不够及时,就会造成患者肾脏功

能下降,甚至引发尿毒症,对患者造成了巨大的经济压力,同时影响着患者的生活质量以及生命期限^[3]。不仅如此,大多数慢性肾脏病患者都存在心脑血管的合并症,包括高血压、脑出血等。慢性肾脏病属于临床综合征,包括慢性肾炎、IgA 肾病、肾病综合糖尿病肾病等多种病症。通常来讲,慢性肾脏病患者会出现双下肢水肿、尿液中泡沫增加、血尿等病症,在上述症状出现的第一时间需要去医院就医。但是,部分慢性肾脏病患者的临床表现相对较弱,因此临床中发现的时间较晚,导致患者延误了最佳的治疗时间^[4]。原发性肾脏疾病与继发性肾脏病症均会造成患者肾功能的损伤诱发慢性肾脏病的出现。现阶段,临床中慢性肾脏病的主要治疗方式为终身性治疗,从患者的实际情况出发,积极开展健康教育干预,对于患者自我护理能力提升有重要的促进价值,临床中患者的治疗质量也得到显著提升。然而值得注意的是,健康教育正式展开前,需要积极调研患者的临床表现和实际情况,为患者制定针对性的健康教育方案,增强患者对于疾病的认知和了解,能够实现患者临床配合度的提升^[5]。患者日常生活中需要保证充足的休息,以免过度劳累导致患者本身病情加重。若患者出现蛋白尿、血尿增加等肾炎活动表现,更应该持续卧床休息,等待病情缓解。慢性肾脏病患者需要尽量避免剧烈运动,运动时需要尽量进行低或中等紧张状态的锻炼。若患者存在糖尿病的合并症,需要以医生的嘱托为主进行锻炼。适当的锻炼对于患者肾脏血流量提升有促进价值。由于慢性肾脏病患者缺乏一定的抵抗能力以及免疫抑制剂的应用,因此很容易增加感染的风险,加重了肾病复发的风险^[6]。

因此,慢性肾脏病患者日常需要养成良好的卫生习惯,注意保障自身健康,若出现感染问题,需要去医院及时就医。对于慢性肾脏病患者来说,饮食干预也是十分重要的。慢性肾脏病患者日常饮食中需要尽量限制钠盐的摄入,长期摄入过多盐分,很容易增加高血压的发病风险,患者可能出现左室肥厚、微量蛋白尿的表现。通常来讲,患者食盐的摄入量需要保证每日 6g 以下,若患者出现水肿、血压上升和心脏功能下降表现,需要坚持低盐饮食。对于血液中尿酸较高与痛风患者,需要坚持低嘌呤饮食。日常生活中需要禁烟戒酒并避免海鲜的摄入。针对血脂较高的患者,饮食中需要减少脂肪酸较高食物的摄入。对于肾功能下降,存在高钾血症风险的慢性肾脏病患者,需要减少钾含量较高食物的摄入。同时,临床干预过程中,需要减少庆大霉素、一代头孢菌素等抗生素的使用。对于可能对患者肾功能造成影响的药物,需要以专业医师的指导为主选择性应用。慢性肾脏病患者应

禁止接触重金属、农药等有毒物质。一般来说,慢性肾病患者需要自觉地禁酒,但是对于部分戒酒困难的患者,酒精含量摄入不能超过 30g 乙醇。吸烟也会对患者的肾脏造成严重损伤,导致肾脏毒性增加,对于患者肾脏血流动力学组织结构产生影响,导致尿蛋白排泄率增加,从而损伤了患者的肾功能,加重终末期肾衰竭的风险。临床中,老年患者需要增强对于禁烟戒酒的正确认知,以免加重自身病症,威胁患者生命健康安全。本研究比较患者临床护理依从率,研究组的护理总依从率明显高于对照组, $P<0.05$; 患者接受健康知识知晓度评分的对比,饮食知识、运动知识及用药知识掌握更好的一组为研究组, $P<0.05$ 。

综上所述,慢性肾脏病护理中应用健康教育的护理方案,是患者护理总依从率提升的关键所在,也是促进患者健康知识知晓度评分提升的关键内容。

参考文献:

- [1] 曾艳萍,张丹. 健康教育在慢性肾脏病护理中的应用价值[J]. 母婴世界,2021(10):257.
- [2] 严倩. 健康教育在慢性肾脏病护理中的运用探析[J]. 养生保健指南,2021(39):267-268.
- [3] 彭琳,余德宪. 健康教育在慢性肾脏病护理中的运用体会[J]. 健康女性,2021(18):206.
- [4] 赵媛媛. 健康教育在慢性肾脏病护理中的运用探析[J]. 特别健康,2020(32):203.
- [5] 王丹阳. 健康教育在慢性肾脏病血液透析患者中的应用效果分析[J]. 东方药膳,2020(8):234.
- [6] 王佳叶. 慢性肾脏病肾性贫血患者健康教育中实施临床护理路径应用效果观察[J]. 健康必读,2022(1):178-180.