

# 个体化饮食护理及行为心理干预在慢性胃炎效果分析

王 会

铜仁市中医医院 贵州铜仁 554300

**摘要:**目的: 个体化饮食护理及行为心理干预在慢性胃炎效果分析。方法: 本次研究从本院 2022 年 6 月-2023 年 2 月收入的慢性胃炎患者中随机抽取 106 例, 按照随机数表法将其分为了观察组和对照组两组, 对比护理结果。结果: 观察组综合依率 96.23%, 高于对照组 84.91%; 经过护理后观察组的 SAS、SDS、VAS 指标显著降低, GCQ 指标显著提升; 经过护理后观察组、对照组血红蛋白、血液白蛋白、总蛋白指标都有显著提升, 其中观察组的指标改善结果更为显著, 结果更加理想, 以上指标对比对照组 ( $p < 0.05$ ), 有统计学意义。结论: 个体化饮食护理措施联合心理护理可以帮助慢性胃炎患者提升临床综合护理依从率

**关键词:** 个体化饮食护理; 行为心理干预; 慢性胃炎效果

## Effect analysis of individualized diet nursing and behavioral psychological intervention in chronic gastritis

Hui Wang

Tongren Hospital of traditional Chinese medicine, Tongren, Guizhou 554300, China,

**Abstract:** Objective: To analyze the effect of individualized dietary care and behavioral psychological intervention on chronic gastritis. Method: In this study, 106 patients with chronic gastritis who were admitted to our hospital from June 2022 to February 2023 were randomly selected and divided into an observation group and a control group using a random number table method. The nursing outcomes were compared. Results: The comprehensive compliance rate of the observation group was 96.23%, higher than that of the control group, which was 84.91%; After nursing, the SAS, SDS, and VAS indicators of the observation group were significantly reduced, while the GCQ indicators were significantly improved; After nursing care, there was a significant improvement in hemoglobin, blood albumin, and total protein indicators in both the observation group and the control group. Among them, the improvement in indicators in the observation group was more significant and the results were more ideal. The above indicators were statistically significant compared to the control group ( $p < 0.05$ ). Conclusion: Individualized dietary care measures combined with psychological care can help patients with chronic gastritis improve their clinical comprehensive nursing compliance rate.

**Keywords:** Individual diet nursing; Behavioral psychological intervention; Effect of chronic gastritis

慢性胃炎属于临床常见的胃肠道疾病, 患者临床的病症表现为腹胀腹痛、恶心呃酸、疲惫乏力等。患病后患者的饮食功能、睡眠质量、心理情绪受到影响, 生活和工作状态不佳。临床建议患者接受科学的药物治疗, 保持良好的控制疾病。也有研究表明慢性胃炎患者疾病反复发作, 患者的情绪不佳, 也建议患者接受个性化饮食联合行为心理护理, 促进其康复<sup>[1]</sup>。

现针对本院收入的慢性胃炎患者予以护理研究, 相关内容报道如下:

### 一、一般资料与方法

#### 1. 一般资料

本次研究从本院 2022 年 6 月-2023 年 2 月收入的慢性胃炎患者中随机抽取 106 例, 按照随机数表法将其分为了观察组和对照组两组。观察组 53 例, 男性 36 例, 年龄为 35.2 岁-78.2 岁, 平均年龄为 (57.63±1.16) 岁, 女性 17 例, 年

龄为 34.4 岁-78.8 岁, 平均年龄为 (55.59±1.58) 岁。对照组 53 例, 男性 32 例, 年龄为 35.4 岁-79.7 岁, 平均年龄为 (57.64±2.28) 岁, 女性 21 例, 年龄为 35.0 岁-76.7 岁, 平均年龄为 (55.70±2.22) 岁。两组基本资料无差异, ( $p > 0.05$ ), 有可比性。

#### 2. 方法

对照组接受常规护理, 患者遵循医嘱科学用药, 同时接受医护人员的饮食建议。

观察组接受个体化饮食联合行为心理指导护理, 主要的方式有: (1) 饮食指导护理, 记录患者的身心状态情况, 了解患者的饮食喜好为患者制定科学食谱, 教会患者学会计算热量, 多吃一些富含维生素的食物, 如蛋白质、脂肪、碳水化合物的能量比控制适当, 少食多餐; (2) 行为心理指导护理, 让患者学习慢性胃炎的相关医学知识, 了解疾病发病因和恢复期注意事项, 提升患者的自我保护意识; 针对负面

情绪对身心健康的影响, 医护人员可以指导患者阅读书籍、聆听音乐等转移注意力, 与此同时也指导家属做好交流沟通工作, 减少患者的心理负担。

### 3. 观察指标

对比患者临床综合护理依从率; 对比患者经过护理前后的身心指标改善情况 (SAS $\geq$ 50 分为焦虑; SDS $\geq$ 53 分为抑郁; VAS 分数 0 分无痛, 10 分剧痛, 分数越低, 痛感越弱; GCQ 为舒适度指标, 分数越高, 舒适感越强); 对比两组患者经过护理前后的营养水平改善情况, 主要项目有血红蛋白、血液白蛋白、总蛋白。<sup>[2-3]</sup>。

### 4. 统计学分析

使用 SPSS25.0 统计学软件, 计数资料为[n (%)], 予以 X<sup>2</sup> 检验; 计量资料为 ( $\bar{x} \pm s$ ), 予以 t 检验。P 值<0.05 提示统计学意义成立。

## 二、结果

### 1. 两组慢性胃炎患者基本信息对比

观察组的基线资料和对照组基线资料差异不大, 其中年龄分布、病程分布、伴随症状等都没有显著差异 (p>0.05), 无统计学意义, 有可比性, 见表 1。

表 1 两组慢性胃炎患者基本信息对比[n (%)]

指标	观察组	对照组	X <sup>2</sup>	p	
年龄	$\geq$ 60 岁	22 (41.51)	24 (45.28)	0.1536	0.6951
	<60 岁	31 (58.49)	29 (54.72)	0.1536	0.6951
病程	3 月以内	12 (22.64)	14 (26.42)	0.2038	0.6516
	12 月以上	28 (52.83)	36 (67.92)	2.5238	0.1121
伴随症状	腹胀	23 (43.40)	26 (49.06)	0.3416	0.5589
	腹痛	25 (47.17)	24 (45.28)	0.0380	0.8455
	恶心	24 (45.28)	25 (47.17)	0.0380	0.8455
其他	浮肿	26 (49.06)	27 (50.94)	0.0377	0.8460
	其他	3 (5.66)	4 (7.55)	0.1530	0.6957
BMI	<18Kg/m <sup>2</sup>	15 (28.30)	14 (26.42)	0.0475	0.8275
	>24Kg/m <sup>2</sup>	9 (16.98)	7 (13.21)	0.2944	0.5874
高血压/糖尿病	有	16 (30.19)	15 (28.30)	0.0456	0.8309
	无	37 (69.81)	38 (71.70)	0.0456	0.8309

### 2. 两组慢性胃炎患者身心指标对比

干预前, 观察组的 SAS、SDS、VAS、GCQ 指标差异不大 (po>0.05), 无统计学意义; 干预后观察组的以上指标改善结果显著优于对照组, 指标对比 (p<0.05), 有统计学意义, 见表 2。

表 2 两组慢性胃炎患者身心指标对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

小组	例数	SAS (分)		SDS (分)		VAS (分)		GCQ (分)	
		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	53	57.83 $\pm$ 5.68	30.00 $\pm$ 2.81	58.53 $\pm$ 5.66	29.89 $\pm$ 2.68	4.98 $\pm$ 0.52	2.71 $\pm$ 0.29	77.86 $\pm$ 8.47	89.74 $\pm$ 7.03
对照组	53	58.60 $\pm$ 6.02	31.80 $\pm$ 2.45	58.56 $\pm$ 6.44	31.75 $\pm$ 3.01	4.98 $\pm$ 0.48	2.98 $\pm$ 0.26	77.13 $\pm$ 7.98	84.11 $\pm$ 8.21
t	-	0.6773	3.5150	0.0255	3.3599	0.0000	5.0467	0.4567	3.7921
p	-	0.4997	0.0007	0.9797	0.0011	1.0000	0.0001	0.6488	0.0003

### 3. 两组慢性胃炎患者综合护理依从率对比

观察组的综合护理依从率为 96.23%, 显著高于对照组 84.91%, 指标对比差异显著 (p<0.05), 有统计学意义, 见表 3。

表 3 两组慢性胃炎患者综合护理依从率对比[n (%)]

小组	例数	十分依从	基本依从	不依从	综合依从
观察组	53	28 (52.83)	23 (43.40)	2 (3.77)	51 (96.23)
对照组	53	19 (35.85)	26 (49.06)	8 (15.09)	45 (84.91)
X <sup>2</sup>	-	3.0963	0.3416	3.9750	3.9750
p	-	0.0785	0.5589	0.0462	0.0462

### 4. 两组慢性胃炎患者营养指标对比

干预前, 观察组的血红蛋白、血液白蛋白、总蛋白指标差异不大 (po>0.05), 无统计学意义; 干预后观察组的以上指标改善结果显著优于对照组, 指标对比 (p<0.05), 有统计学意义, 见表 4。

表 4 两组慢性胃炎患者营养指标对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

小组	例数	血红蛋白 (g/L)		血液白蛋白 (g/L)		总蛋白 (g/L)	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	53	42.75 $\pm$ 4.50	55.25 $\pm$ 4.10	43.72 $\pm$ 4.45	61.48 $\pm$ 4.59	52.53 $\pm$ 5.38	67.98 $\pm$ 5.56
对照组	53	42.77 $\pm$ 4.42	51.49 $\pm$ 4.73	43.64 $\pm$ 4.83	55.70 $\pm$ 4.95	52.38 $\pm$ 5.99	61.32 $\pm$ 5.24
t	-	0.0231	4.3730	0.0887	6.2334	0.1356	6.3462
p	-	0.9816	0.0001	0.9295	0.0001	0.8924	0.0001

## 三、讨论

慢性胃炎是临床常见的胃肠道疾病, 发病和患者的饮食

作息、细菌感染、心理状态、身心压力等有相关性。为了让患者获得较好的治疗结果,临床建议患者在按时服用药物的同时接受科学的护理指导,促进病症改善。个性化饮食干预联合行为心理干预方式符合患者的自我认知、心理驱动需求,可以帮助患者养成良好的生活习惯,转换观念,进而获得较好的护理结果。为了保证护理活动开展的有效性,医护人员需要和患者及时交流,多和患者讲解临床的康复案例,同时了解患者的营养水平、运动管理情况,进而为其提供一些有效的康复建议,帮助巩固疗效,预防疾病复发。本次研究对收入的慢性胃炎患者予以护理研究得知经过行为心理护理联合个性化饮食护理后患者的焦虑、抑郁水平降低,综合护理依从率高,可推广。

### 参考文献:

- [1]刘妍,黄惠.饮食护理联合心理护理在慢性胃炎患者中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2023,8(10):153-155.
- [2]卢美蓉.饮食干预联合健康教育在慢性胃炎患者护理中的应用价值[J].名医,2022,(18):129-131.
- [3]张涛,王珍珍,马霓.中医饮食护理结合耳穴埋豆在慢性胃炎患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2022,28(11):59-62.
- [4]Nagireddi Tejaswi,Reddy B Venkateshiva,Pentapati Siva Santosh Kumar,Desu Sai Subhakar,Aravindakshan Rajeev,Gupta Arti. Spice Intake Among Chronic Gastritis Patients and Its Relationship With Blood Lipid Levels in South India.[J]. Cureus,2022,14(12):82-83.
- [5]吕婕.个性化饮食护理在慢性胃炎患者中的应用分析[J].名医,2020,(08):276-277.
- [6]袁瑞谦.慢性胃炎饮食护理探讨[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(18):126+140.
- [7]段妍.慢性胃炎、胃溃疡患者系统护理干预的应用效果评价[J].名医,2020,(02):215.
- [8]Nemian Meurde,Mayanna Habkreo,Ali Mahamat Moussa,Allaboursa Seid Adji,Mahamat Ali Hachim,Ndongar Abel,Mbaiguaguem Eric. Chronic Gastritis at Helicobacter Pylori: Relevance of Classifications OLGA and OLGIM[J]. American Journal of Health Research,2022,10(5):219.
- [9]孙岩.中医情志护理和饮食护理在慢性胃炎患者中的应用[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(22):84+86.
- [10]周璇,聂棣.个性化饮食护理及行为心理干预在慢性胃炎治疗中的应用价值[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(45):266-267.
- [11]李梅.饮食护理联合行为心理干预在慢性胃炎治疗中的影响[J].中国卫生标准管理,2018,9(02):141-142.