

下肢静脉血栓形成的循证护理干预效果

姜志红

华中科技大学同济医学院附属同济医院湖北武汉430000

【摘要】目的：探究分析下肢静脉血栓形成的循证护理干预效果。方法：选取于2022年1月至2022年12月，院内收治的患者共102例，作为本次研究对象。根据患者的入院序列数为基础，采用随机数字分组的方式，将102例患者随机分为对照组以及观察组。对照组采用常规护理模式进行干预，观察组采用循证护理模式进行干预。对比两组的下肢静脉血栓发生率，生活质量以及护理满意度。结果：观察组优于对照组， $P<0.05$ 。结论：应用循证护理模式对患者进行干预，能够有效降低患者下肢静脉血栓发生率，同时能够显著改善患者的生活质量以及护理满意度，值得推广与应用。

【关键词】：下肢静脉血栓；循证护理；凝血相关指标

Evidence based Nursing Intervention Effect on Lower Limb Venous Thrombosis

Zhihong Jiang

Tongji Hospital Tongji Medical College, Tongji Medical College Hubei Wuhan 430000

Abstract: Objective: To explore and analyze the effectiveness of evidence-based nursing interventions for lower limb venous thrombosis. Method: A total of 102 patients admitted to the hospital from January 2022 to December 2022 were selected as the subjects of this study. Based on the admission sequence number of patients, 102 patients were randomly divided into a control group and an observation group using a random number grouping method. The control group received routine nursing intervention, while the observation group received evidence-based nursing intervention. Compare the incidence of lower limb venous thrombosis, quality of life, and nursing satisfaction between the two groups. Result: The observation group was superior to the control group, $P<0.05$. Conclusion: The application of evidence-based nursing model for patient intervention can effectively reduce the incidence of lower limb venous thrombosis in patients, while significantly improving their quality of life and nursing satisfaction. It is worth promoting and applying. **Keywords:** Lower limb venous thrombosis; Evidence based care; Coagulation related indicators

下肢静脉血栓属于较为常见的周围血管疾病，在患者患病后会存在较大的机率使其出现静脉瓣膜功能不全或是并发肺栓塞，对患者的生命健康造成严重的威胁。使得患者出现下肢静脉血栓的因素呈现出多样化的特点，包括：血液滞缓、静脉壁损伤以及血液高凝状态等[1-]。有研究显示：左下肢血栓形成的机率>右下肢，由于静脉血栓栓塞症的早期症状不典型，因而存在极大的机率被忽视，使得患者受到不同程度的伤害。据相关资料显示：近年来，我国静脉血栓栓塞症的病例呈现出上升的趋势，对患者的健康造成严重的威胁B-。本文将探究分析下肢静脉血栓形成的循证护理干预效果，详情如下所示。

1资料与方法

1.1一般资料

选取于2022年1月至2022年12月，院内收治的患者共102例，作为本次研究对象。根据患者的入院序列数为基础，采用随机数字分组的方式，将102例患者随机分为对照组以及观察组。对照组中：患者共51例，其中男性患者共30例，女性患者共21例，年龄为：47-81岁，平均年龄为：(66.38±2.02)岁。观察组中：患者共51例，其中男性患者共31例，女性患者共20例，年龄为：47-81岁，平均年龄为：(66.43±2.08)岁。两组一般资料对比无明显差异， $P>0.05$ ，具有可比性。

1.2方法

1.2.1对照组方法

遵循医嘱，以及我院各项相关规定，予以患者各项生理指标监测、药物干预等常规护理。

1.2.2观察组方法

①组建专业的循证护理小组，选取经验丰富的护理人员担任小组组长，参与护理前集中对小组内的人员进行培训、完善护理措施，规范护理流程，深入优化小组成员的技术水平与综合素质。由循证护理小组通过互联网平台，以循证的原则进行下肢静脉血栓护理相关知识的收集与整理，通过检索 JBI循证实践中心数据库、医脉通指南、中国生物医学文献数据库、中国知网、万方等数据库等信息，获得相关证据，且对纳入的证据采用约翰·霍普金斯证据等级与质量评定工具进行评价，明确相关文献中所搜集的证据均属于 A 级的高质量文献。确保循证证据的有效性。整理下肢静脉血栓护理相关知识的提纲，结合患者实际情况，制定出相应的护理计划，制定完成后，交由相关医师或是护士长进行计划内容的修订，确保护理计划的科学性以及合理性，在保证相关护理措施有据可循。

②据相关文献显示：在护理过程中予以患者及其家属具有针对性的健康宣教，能够有效的消除威胁患者恢复的因素，引导患者及其家属在护理的过程中养成良好的行为习惯，提升患者及其家属的配合度。予以患者具有针对性的健康宣教，通过制作专业的小视频、详细的 PPT、发放

文字性宣传手册等方式，对患者及其家属进行下肢深静脉血栓相关知识的宣导与教育(如：下肢深静脉血栓的形成因素、下肢深静脉血栓的发展、早期运动训练的重要性；护理的基本流程、预期取得的效果等)，着重告知患者本人及其家属，在恢复期间的注意事项以及禁忌事项，确保在护理过程中最大化的降低意外情况的发生，保障患者的安全，提升患者在整个护理过程中的配合度以及依从性。

③予以患者早期的运动护理，在护理过程中，放置软枕于患者脚后跟部位，保障患者脚后跟与床面形成30°左右的夹角，进而降低患者出现肢体痉挛以及下肢深静脉血栓的机率。引导患者进行主动的踝关节运动，可引导其进行拓屈、或是背伸运动，运动根据患者的实际身体情况而定，每个动作重复进行25-30次为1组，每日2组。引导患者进行膝关节的屈伸运动，以每分组15-20次的频率进行，每日2次，完成后引导其进行臀大肌、股四头肌以及股二头肌的收缩运动，在运动过程中注意每次收缩时间保持3-5s左右，再进行放松，放松时间同样控制为3-5s，每重复20-30次为1组，每日2组。同时协助患者进行定期的翻身、翻身频率控制为1.5小时一次左右，协助其完成肩关节屈曲以及外展的运动，同时对患者的肘关节进行相应的被动活动。根据患者实际情况采用气压泵进行干预，最大程度的改善患者的血液流动以及循环的状态，从而降低患者出现下肢深静脉血栓的机率，注意在运动训练的过程中遵循循序渐进的原则，根据患者的病情以及实际恢复状况制定相应的运动量，避免在运动训练的过程中对患者造成二次伤害。

④予以患者饮食指导，限制患者饱和脂肪酸、胆固醇、糖类以及盐分的摄入，对于体重较高的患者，则应同时限制其热量的摄入，引导患者提升每日对于水源的摄入量，避免其血液处于高凝状态。

⑤根据患者实际情况采用气压泵进行干预，最大程度的改善患者的血液流动以及循环的状态，从而降低患者出现下肢深静脉血栓的机率，遵循医嘱予以患者用低分子肝素，对患者进行皮下注射，每日1次，药物的使用剂量为每次0.4ml，药物实际使用剂量根据患者的具体情况而定。

1.3观察指标

对比两组的下肢静脉血栓发生率；生活质量以及护理满意度。生活质量采用SF-36量表进行评定，其中包括生理职能评分、心理职能评分、社会功能评分，分数越高表示患者的生活质量越好。护理满意度分为三个评价指标：满意、基本满意以及不满意，护理满意度=满意例数以及基本满意例数之和与总例数占比。

1.4统计学方法

将数据纳入 SPSS22.0 软件中分析，计量资料比较采用t检验，并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，率计数资料采用X²检验，并以率(%)表示，F<0.05)为差异显著，有统计学意义。

2结果

2.1 对照组以及观察组下肢静脉血栓发生率

对比两组下肢静脉血栓发生率，观察组优于对照组，P<0.05，如下所示：

表1对照组以及观察组下肢深静脉血栓发生率[例，(%)]

组别	例数	出现下肢深静脉血栓(例)	下肢深静脉血栓发生率
对照组	51	7	13.73%
观察组	51	1	1.96%
χ^2			4.883
P			0.027

2.2对照组以及观察组生活质量

对比两组的生活质量，观察组优于对照组，P<0.05，如下所示：

表2对照组以及观察组生活质量(X+s)

组别	例数	生理职能评分	心理职能评分	社会功能评分
对照组	40	(22.13±4.90)分	(16.02±3.53)分	(15.05±4.06)分
观察组	40	(31.46±6.99)分	(26.10±5.12)分	(24.83±4.69)分
t		12.829	13.556	15.712
P		0.001	0.001	0.001

2.3对照组以及观察组护理满意度

对比两组的护理满意度，观察组优于对照组，P<0.05，如下所示：

对照组中：满意例数为：18例，基本满意例数为：20例，不满意例数为：13例，对照组护理满意度为：74.51%；

观察组中：满意例数为：36例，基本满意例数为：13例，不满意例数为：2例，观察组护理满意度为：96.08%；其中 $\chi^2=9.458$, P=0.002。

3讨论

循证护理是跟随循证医学逐步发展出的护理理念，其核心思维主要是有效的利用最为可靠的循证证据制定出有

据可循的护理措施，进而满足患者的实际需求，体现以患者为中心的理念。同时循证护理是通过循证护理理论指导实际护理措施的过程，通过查阅相关文献、资料，选取高质量的理论作为指导，从而提升护理措施的科学性以及合理性15。即有据可依的护理模式，在整个护理过程中，通过结合以往的经验、优秀的理念以及患者的实际需求，制定出符合实际要求的临床护理措施。循证护理用批判性的思维追寻最佳护理措施，实施全面护理质量改进程序、以最低的成本提供最优质的服务17-8。

在本次研究中，观察组采用了循证护理模式对患者进行干预，通过组建专业的循证护理小组，采用检索资料、

文献以及总结以往经验的模式，获取了此次护理的循证证据支持。同时予以患者健康教育、早期运动护理、饮食指导等护理措施，显著改善了患者下肢静脉血栓发生率，保障了患者的生活质量以及护理满意度，相比于对照组，观察组具有多方面的优势。

综上所述，应用循证护理模式对患者进行干预，能够有效降低患者下肢静脉血栓发生率，同时能够显著改善患者的生活质量以及护理满意度，值得推广与应用。

参考文献：

- [1] 刘娜，马军霞. 循证护理联合早期干预对降低骨折患者术后深静脉血栓形成的效果[J]. 血栓与止血学，2022, 28(03):512-513
- [2] 马丽，曹莉. 循证护理干预对预防经尿道钬激光前列腺剜除术患者术后下肢深静脉血栓形成的应用效果[J]. 血栓与止血学，2022, 28(01):148-149
- [3] 王婉荧，陈蕾. 腹腔镜全子宫+双侧输卵管切除术
- 后综合护理干预在预防下肢静脉血栓形成效果及对动脉血气及血液流变学的影响[J]. 血栓与止血学，2020, 26(06):1065-1067
- [4] 李道焕. 循证护理与早期干预对降低骨折患者深静脉血栓形成的效果研究[J]. 中国医药指南，2020, 18(13):22-24
- [5] 季长高，张冉，贾宇，张红. 全程护理干预预防关节置换术后下肢静脉血栓形成的应用效果对比研究[J]. 中国医学创新，2020, 17(01):110-114
- [6] 时东光. 内科患者行预防性护理干预对下肢静脉血栓形成的效果分析[J]. 双足与保健，2019, 28(18):94-95
- [7] 李旭文. 护理干预应用于预防产后下肢静脉血栓形成的效果分析[J]. 双足与保健，2019, 28(11):97-98
- [8] 张秀娟. 内科患者行预防性护理干预对下肢静脉血栓形成的预防效果[J]. 双足与保健，2019, 28(07):76-77