

认知行为护理对青光眼患者术后自护能力的影响分析

李雪玉 李凤君 郭秀娟

唐山市眼科医院 河北唐山 063000

摘要：目的：分析认知行为护理对青光眼患者术后自护能力的影响。方法：选取在我院进行手术治疗的青光眼患者 68 例，均等分成观察组和对照组，各 34 例。对照组实行常规护理，观察组在常规护理的基础上增加认知行为护理。对比两组患者术后的自护能力。结果：观察组患者术后的自护能力明显优于对照组，其差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论：在青光眼患者手术后进行护理时，在常规护理的基础上增加认知行为护理，提高了患者自我护理的能力。

关键词：认知行为护理；青光眼；自护能力

青光眼是一种由于病理性眼压上升所导致的临床综合征，主要表现为视力下降、视野缺损和眼压增高，严重的影响了患者的生活质量。临床上，通常对青光眼采取手术治疗，手术后的护理对手术的恢复也非常重要^[1]。本院选取了 68 例手术治疗的青光眼患者，对他们按照护理方式的不同分为了两个组，分析认知行为护理对青光眼患者术后自护能力的影响，具体报道如下：

1 对象和方法

1.1 对象

本次研究从 2018 年 11 月-2019 年 11 月为止，随机抽选这一时间段内在我院进行手术治疗的青光眼患者 68 例作为入组成员，分别为实行常规护理的对照组 34 例，以及在常规护理的基础上增加认知行为护理的观察组 34 例。对照组中男 19 例，女 15 例，年龄为 (30-75) 岁，均值 (46.8 ± 3.5) 岁；观察组中男 20 例，女 14 例，年龄为 (31-76) 岁，均值 (47.3 ± 3.1) 岁。将两组研究成员的基本资料进行对比，差异无统计学意义 ($P > 0.05$)。所有成员均自愿参与本次研究。

1.2 方法

对照组实行常规护理，包括疾病的健康宣教、对症处理等，观察组在常规护理的基础上增加认知行为护理，具体措施如下：

(1) 心理护理：患者入院后，积极的与患者沟通。患者缺乏对青光眼疾病的认识，担心手术后的效果，向患者讲解疾病的相关知识，介绍手术方案和在手术中需要注意的事项，消除患者担忧的心理。部分患者对手术后的恢复感到非常焦虑，护理人员列举相同疾病手术后预后良好的案例，增加患者的信心。

(2) 饮食护理：手术后饮食以低蛋白、低脂肪、低胆固醇和高维生素为主。多吃有助于保护眼睛的食物，三餐饮食要有规律，不要暴饮暴食，每餐进食不要过饱，就餐的速度不要过快。每天饮用液体不能超过 300ml，咖啡和浓茶容易引起眼压升高，要禁止食用。多吃新鲜的蔬菜和富含营养的水果，避免食用辣椒、大蒜等刺激性食物，保持大便通畅。

(3) 生活护理：保持舒适的室内环境，不在光线不好的环境下工作或者学习，看书的时候适当的拉大眼睛与书籍的距离。避免眼睛劳累，减少低头的姿势，看书、看电视、用电脑等每半小时要起身散步或者远望 10 分钟，缓解眼睛的疲劳，避免用眼过度，防止眼压升高。注意个人卫生，不要用手摩擦眼睛。尽量避免容易引起眼压升高的动作，比如用力排便、举重物等。避免晒太阳，不要进行剧烈的运动，以免影响到伤口的恢复。可以进行轻度的运动，比如散步、做健身操、打太极拳等，有助于眼部血氧的交换，增加心肺功能。戒烟戒酒、保证充足的睡眠，不熬夜，养成良好的作息习惯。尽量穿着宽松的衣服，睡眠时可以适当的垫高枕头，促进头部血液的回流。

(4) 出院指导：为了保持眼球滤过通畅，指导患者对眼球进行规律按摩，时间为一个月，并告知患者家属进行监督。告知患者生活中需要注意的事项，叮嘱患者定期复查，遵医嘱用药，防止疾病复发。

1.3 观察指标

两组手术患者经过护理后，对比他们的自护能力。自护能力根据《自我护理能力量表》进行评估，主要包括健康知识的掌握、自我护理的技巧、自我护理的责任感和综合分数。

1.4 统计学分析

采用 SPSS22.0 统计软件对数据进行分析，使用 t 和 " $\bar{x} \pm s$ " 表示计量资料，使用卡方和%表示计数资料， $P < 0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

观察组 ($n=34$)，健康知识的掌握 (44.98 ± 5.36) 分、自我护理的技巧 (28.46 ± 4.81) 分、自我护理的责任感 (20.93 ± 2.23) 分、综合分数 (123.65 ± 1.82) 分。

对照组 ($n=34$)，健康知识的掌握 (39.89 ± 3.38) 分、自我护理的技巧 (22.69 ± 4.21) 分、自我护理的责任感 (13.51 ± 5.19) 分、综合分数 (94.82 ± 6.24) 分。

($t=4.684$, $P=0.001$ 、 $t=5.263$, $P=0.001$ 、 $t=7.659$, $P=0.001$ 、 $t=25.863$, $P=0.001$) 经对比显示：观察组患者术后的自护能力明显优于对照组，其差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

3 讨论

青光眼的发病非常快，危害比较大，给患者带来了非常大的痛苦，如果不能得到及时的治疗，甚至会导致患者失明，是全球导致失明的第二大病因^[2]。手术是治疗青光眼最快的方法，在手术期间对患者实施有效的护理干预，有助于提高手术的治疗效果，让患者尽早康复^[3]。

常规的护理，措施太过简单，没有得到很好的护理效果。本次研究对观察组患者在常规护理的基础上增加认知行为护理：了解患者的心理，消除患者的不良情绪；对患者的饮食进行指导，有助于手术的恢复；在生活上，详细的告知患者需要注意的事项，避免疾病复发，提高手术的治疗率；患者出院后，指导患者进行眼部按摩，保持眼球滤过通畅，告知患者遵医嘱用药，避免疾病复发^[4]。本次研究明显分析出：观察组患者术后的自护能力明显优于对照组，其差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

由此可见，在对青光眼患者手术术后进行护理时，在常规护理的基础上增加认知行为护理，让患者掌握更多的健康知识，提高了患者自我护理的能力，值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 赵东兰. 认知行为护理对青光眼患者术后自护能力及临床疗效的影响价值体会 [J]. 中国保健营养, 2019, 29(008): 184.
- [2] 刘永军. 认知行为护理对青光眼患者的临床效果及术后自护能力情况分析 [J]. 人人健康, 2020, 511(02): 177-177.
- [3] 胡洪伟. 认知行为护理对提升青光眼患者术后自护能力, 远期疗效的效果 [J]. 人人健康, 2020, 513(04): 197-197.
- [4] 唐凯琴, 孔媛媛. 认知行为护理对青光眼手术患者术后自我护理管理影响的疗效分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 004(040): 183-183.