

观察全程健康教育模式在慢性肾病护理管理中的效果

邓娟

(江油市九〇三医院 四川 江油 621700)

【摘要】目的：在慢性肾病护理管理中实施全程健康教育模式，观察患者的临床改善情况。方法：抽取2021年3月至2022年3月时间范围内于我院接受治疗的慢性肾病患者作为研究主体，将全程健康教育模式应用到临床护理管理中。结果：经相应护理后，患者病情好转，负性情绪得以明显缓解，疾病认知度有所提高，进一步促进了其生活质量的改善，各指标评分呈良好趋势。结论：针对慢性肾病患者而言，全程健康教育模式的应用在改善整体治疗效果方面发挥着积极的意义，值得推广。

【关键词】全程健康教育模式；慢性肾病；效果

To observe the effect of whole course health education mode in chronic kidney disease nursing management

Juan Deng

(Jiangyou 903 Hospital, Jiangyou, Sichuan, 621700)

[Abstract] Objective: To implement the whole course health education mode in the nursing management of chronic kidney disease and observe the clinical improvement of patients. Methods: Patients with chronic kidney disease treated in our hospital from March 2021 to March 2022 were selected as the research subject, and the whole-course health education model was applied to clinical nursing management. Results: After the corresponding nursing, the patient's condition was improved, the negative emotion was significantly relieved, the disease awareness was improved, and the quality of life was further improved, and the scores of each index showed a good trend. Conclusion: For patients with chronic kidney disease, the application of whole-course health education model plays a positive significance in improving the overall treatment effect, which is worthy of promotion.

[Key words] Whole-course health education model; Chronic kidney disease; The effect

慢性肾病的发生率较高，病因复杂，认为与人体内外环境失衡等有关，患病后患者的脏腑气血功能则会失调，特点主要体现于病程长、迁延难愈、并发症风险高等方面，随着病情的发展，则极易引发肾功能衰竭等严重并发症，增加死亡的可能性^[1]。值得注意的是，此病多见于中老年群体，受文化水平有限、缺乏疾病知识掌握等因素的影响，其依从性较低，自我防护意识较差，故强化健康宣教就显得尤为重要，可为患者治疗的顺利开展奠定扎实的基础。本文主要就全程健康教育模式在慢性肾病护理管理中的效果进行了研究、分析，现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

抽取2021年3月至2022年3月时间范围内于我院接受治疗的慢性肾病患者作为研究主体，共70例，以对照组和观察组的形式展开对比研究，每组患者均为35例。对照组女性少于男性，分别为15例、20例，年龄最大及最小分别为69岁、30岁；观察组男女比例为21:14，年龄区间为31至68岁。所有患者均自愿参与本次研究，提前了解了相关内容。通过对患者年龄等资料的对比、分析，无显著差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组应用一般护理，期间护理人员需始终保持谨慎严谨的态度，不可做出随意操作行为，加大巡视力度，旨在第一时间发现问题并处理等；观察组除了要展开一般护理外，还需应用全程健康教育模式：(1)培训：在护理前，落实对相关人员的培训，内容主要包含了疾病专科护理、健康宣教等，确保护理人员均能熟练应用各护理技能，具备独立处理相关事务的能力。同时，还需定期对护理人员进行考核，评估其护理工作情况，纠正不足之处，以确保为患者提供更加专业、优质的护理服务。(2)全程健康教育的实施：①制定全程健康教育路径表：进一步对患者的基本情况进行了了解、掌握，包括生活背景、认知态度、文化程度等，落实心理及生理变化的综合评估，结合评估结果有针对性的展开健康方案的制定，并对教育形式、内容等形式明确；合理控制宣教次数，每次宣教时间不低于30分钟，教育前需及时反馈上次教育内容，对于没有达到预期效果的，需分析、总结原因，结合实际情况合理调节健康教育路径表，以从根本上确保健康教育效果^[2-4]。②慢性肾病知识教育：在此过程中，护理人员需基于自身专业知识掌握程度、专科能力等

前提下进行,并充分结合健康教育路径表,合理选择宣教方式,包括一对一讲解、集体讲课、播放视频等,让患者能够更加全面的了解、掌握自身疾病知识,如发病机制、常见诱病因素、护理方法等,有利于增强患者的自我护理能力,进一步确保健康教育效果^[5-6]。在此过程中,可基于慢性肾病健康教育路径表的前提下,将入院指导、疾病知识指导等分为独立模块,作为一级分支,并结合各分支的内涵发散呈二级、三级分支。值得注意的是,大部分患者均缺乏医学基础知识的掌握,加之文化程度差异,如若健康教育缺乏针对性,则无法达到理想效果。因此,在制定健康教育内容的过程中,就需强化简单直接、形象生动等要求,并落实试验后,基于护理人员、患者反馈意见的前提下做好内容的完善,在彩印后予以塑封处理^[7]。同时,患者入院当天,护理人员需做好入院指导工作,入院第3至5天,合理应用多媒体软件展开动态演示集中宣讲,基于打印的资料的前提下,落实一对一个别交谈方式,根据疾病相关知识指导、用药指导等子项目落实至健康教育。例如,用药宣教需基于患者医嘱、所用啊哟无作用原理的前提下进行,让患者了解到药物的使用方法、用量、副作用等,强调滥用药物可能造成的严重后果,确保用药安全性及有效性;饮食教育也是重要内容之一,期间需充分考虑患者的饮食喜好等,结合患者的具体情况合理指导饮食,落实对盐分、蛋白质摄入量的控制,禁油腻、生冷等刺激性较强的食物及烟酒。在此过程中,需重点展开对疾病主要症状、治疗原则、治疗方案、如何预防等方面的宣教,旨在患者能够更加深入的了解自身疾病,从而积极配合治疗。③心理健康教育:考虑到受疼痛等因素的影响,患者极易产生焦虑等负面情绪,对此为减轻或消除患者的负面心理,就需让患者了解到引发慢性肾病的主要因素、防治措施等,可通过举例治疗成功案例等方式,减轻或消除患者的恐惧、焦虑心理,不断鼓励、安慰患者,促使其始终保持积极乐观的态度面对治疗。同时,考虑到一些患者往往会隐瞒自身病情,对此护理人员就需帮助患者树立治疗信心,嘱其要相信家人及医务人员,有利于疾病治疗的顺利进行;对于存在否认心理的患者,护理人员要给予理解,鼓励患者将不良情绪发泄处理,证实自身病情,以提高患者的依从性;由于此病病程较长,故患者就极易产生绝望等心理,降低治疗信心,故就需排解患者的心理压力,在患者主诉的过程中,给予理解与安慰,以免患者做出一些过激行为,如自残等;如若患者存在怨恨心理,就需重点关注,当患者的情绪较为激动时,要给予一定的空间与时间,促使其将不良情绪及时的宣泄出来,之后护理人员要充分发挥引导作用,减轻患者的不良心理,让患者对此病有一个科学的认识,避免患者做

出危险行为。另外,为避免患者产生抵触心理,就需给予患者足够的尊重,如患者倾诉的过程中需在适当阶段做出回应,可基于眼神、肢体等方式的前提下展开交流,充分发挥引导作用,避免患者钻牛角尖,让患者学会自我调节心理,始终保持良好的治疗心态;积极争取家属的参与,强调心理护理的重要性,让家属对陪伴患者,给予患者足够的包容、理解,可通过为患者介绍既往治疗成功案例的方式,提高患者战胜疾病的信心,有利于促进了其依从性的提高,确保治疗的顺利进行;在巡视过程中,护理人员要保持亲和的态度与患者交谈,并准确的捕捉、把握患者的性格特点,针对性的进行疏导,排解患者的压力,通过转移注意力,保持身心舒畅,避免情绪波动较大;积极联系相关机构,予以社会支助,如若发现患者产生了不良心理,要及时予以疏导,这对于改善患者的生活质量起着积极的意义。在与患者展开有效的交流后,就需采取回顾性的方式对患者的情况予以综合分析,明确患者存在的心理问题,或是其睡眠质量差的原因等,从而为其提供个性化干预,且下次交流中也需落实对该问题改善情况的明确,期间要营造轻松、愉快的氛围,促使患者能够主动倾诉意愿等;定期召开会议总结,对于该时间段内的护理工作情况展开总结、分析,进一步对患者的心理、睡眠质量予以明确,确保下周护理能够针对性的展开,并消除影响因素,从根本上改善患者的生活质量,这也是提高其就医体验的关键。④健康教育的延伸:完成宣教后,将宣教资料交给患者保存留用,促使患者能够不受时间限制的对疾病相关知识进行了解、掌握;出院前做好指导工作,强调院外注意事项,明确复诊时间,为患者讲解不遵医嘱可能会造成的严重后果等,并采取电话、微信等方式进行随访,动态掌握患者的院外情况,为患者提供针对性的指导,促使患者在院外也能得到专业、优质的医疗服务,这对于医院树立良好的社会形象也起着积极的意义。

1.3 观察指标

在慢性肾病护理中应用不同护理干预后,基于SAS、SDS量表的前提下合理评估患者的心理状态,评定其对自身疾病的认知度。同时,还需根据SF-36评分标准完成生活质量的评定。

1.4 统计学方法

研究中所有数据的统计、分析均由SPSS20.0软件完成,t、 χ^2 则分别完成计量、计数资料的检验, $P < 0.05$ 表示有统计学意义。

2 结果

2.1 心理状态

全程健康教育模式合理运用在慢性肾病护理管理中后,有效减轻了患者的心理压力,相关评分较低,

反观对照组护理效果则不够理想，经对比两组有着较大的差异 ($P < 0.05$)。见表1。

表1 两组患者的心理评分比较

组别	n	SAS(分)		SDS(分)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	35	58.80 ± 4.92	45.73 ± 4.77	56.37 ± 4.49	43.18 ± 4.90
对照组	35	58.35 ± 4.85	52.09 ± 4.50	56.54 ± 4.71	50.34 ± 4.62

2.2 疾病认知度

观察组在慢性肾病护理管理中实施全程健康教育模式后，进一步促进了患者对自身疾病认知度的提高，相比之下对照组情况则较差，组间呈现的差异显著 ($P < 0.05$)。见表2。

表2 两组患者疾病认知度比较

组别	n	7-10分	3-6分	0-2分	整体认知率(%)
观察组	35	25 (71.4)	8 (22.9)	2 (5.7)	33 (94.3)
对照组	35	9 (25.7)	16 (45.7)	10 (28.6)	25 (71.4)

2.3 生活质量

慢性肾病护理中落实全程健康教育模式后，患者各指标情况得以好转，生活质量也就随之有所改善，而对照组生活质量的改善则相对不明显，经对比两组有着较大的差异 ($P < 0.05$)。见表3。

表3 两组患者的生活质量的对比

组别	n	生理功能	生理职能	社会功能	情感职能	精神健康
观察组	35	88.2 ± 19.1	90.2 ± 12.1	92.4 ± 13.1	90.3 ± 11.6	89.8 ± 16.6
对照组	35	65.3 ± 18.2	70.3 ± 13.5	79.4 ± 12.2	80.1 ± 18.5	70.4 ± 12.1

3 讨论

在老龄化趋势不断加剧、生活节奏加快的背景下，人们的生活、饮食等习惯也发生了较大的变化，这就在一定程度上提高了慢性肾病的发生风险，临床除了要予以及时有效的治疗外，强化护理也显得尤为重要，是促进患者生存质量改善的有效途径。慢性肾病的病情发展较快，且并发症风险较高，加之疾病知识缺乏等因素的影响，患者极易产生焦虑不安等不良心理，依从性较低，故就极有可能错过最佳治疗时间，这不仅会加剧病情的发展，且还会增加治疗难度。既往传统宣教方式缺乏针对性及严谨性，主要体现于内容、形式等方面，加之内容枯燥、泛化等因素的影响，无法调动患者的积极性，且患者也不容易理解，导致健康教育效果难以达到理想化。而全程健康教育模式的实施，则能提高患者对自身疾病的认知程度，减轻其

负面心理，有利于增强患者战胜疾病的信心。全程健康教育模式强调系统性、科学性、科学性，基于健康教育路径表的前提下进行，可促使宣教更加具体化，护理人员能够紧扣关键词，有层次的展开针对性宣教，避免了宣教脱离主题等情况的出现。另外，宣教时间也得到了合理的分配，根据实际情况选择宣教方式，实现了宣教的强化，可促使患者更加容易理解、掌握宣教内容，增强了患者的自我防护能力，提高其依从性。此外，考虑到负面心理直接影响着患者的依从性，故宣教过程中护理人员也要注意对患者心理活动变化的观察，认真倾听患者的主诉，鼓励患者将不良情绪宣泄出来，适当的进行劝说、诱导等，以缓解患者的不良情绪，如若患者存在严重焦虑及抑郁心理，就需请心理科医生展开心理咨询及指导；考虑到环境会影响患者的心情，故就需为其营造一个安全、舒适的外部环境，如保持病房整洁、干净，合理控制室内温湿度，可播放一些轻音乐等转移患者的注意力，有利于减轻患者的负面心理。

本次研究显示，全程健康教育模式合理运用在慢性肾病护理中后，有效减轻了患者的心理压力，提高了其对自身疾病的认知，生活质量也随之有所改善，相关评分较低，反观对照组护理效果则不够理想，经对比两组有着较大的差异 ($P < 0.05$)。说明，针对慢性肾病患者而言，全程健康教育模式的应用在改善整体治疗效果方面发挥着积极的意义，值得推广。

参考文献:

- [1] 包越琴,雷廷兰,罗玲.规范化管理联合全程健康教育在糖尿病肾病血液透析患者护理中的应用[J].护理实践与研究,2019,15(7):50-52
- [2] 杨利华.探讨全程健康教育与规范化管理联合对DN血液透析患者的作用[J].中国中西医结合肾病杂志,2019,19(6):534-536
- [3] 任逸波,沈麒云,黄柳燕,等.PDCA模式在慢性肾病患者健康教育中的应用效果[J].国际护理学杂志,2020,37(9):1175-1177,1296
- [4] 舒芬华,吴翠,万萌,等.慢性肾脏病患者照顾者疾病管理体验的质性研究[J].齐鲁护理杂志,2019,23(15):41-43
- [5] 宋欣芄,郝洁,肖莉,等.护理专案改善在提高门诊慢性肾脏病患者自我管理中的应用研究[J].中华护理杂志,2019,52(6):692-697
- [6] 孔玉贤,郭全景,王福花.营养干预在慢性肾脏病健康教育中的应用效果[J].实用医技杂志,2019,26(01):102-103
- [7] 卜凌云,许亚,王芸,等.专科护士参与的个体化营养干预对慢性肾脏病患者营养状态的影响[J].国际护理学杂志,2020,37(3):316-320