

# 慢性阻塞性肺病中西医结合肺康复护理思路探讨

张涛 何海燕<sup>通讯作者</sup> 陈莎

(西南医科大学附属中医医院 四川 泸州 646000)

**【摘要】**目的：探讨中西医结合肺康复护理在慢性阻塞性肺病中的应用。方法：从2021.12-2022.12本院收治的慢性阻塞性肺病患者中选出的70例参与此次探究，设为探究组患者35例，参照组患者35例，探究组使用中西医结合肺康复护理，参照组采取传统护理模式，对比两组患者症状改善情况、呼吸困难程度、肺功能恢复情况及患者满意度。结果：患者分别应用两种护理模式后，探究组患者CAT和nMRC评分更低，肺功能各指标更优，患者满意度更高。结论：将中西医联合肺康复护理模式用于慢阻肺患者的护理中，能够对患者的临床症状起到有效缓解的作用，还能促进患者肺功能恢复，帮助呼吸顺畅，进而对总体的患者满意度也能起到提升作用，所以值得广泛应用。

**【关键词】**慢性阻塞性肺病；中西医；肺康复

## Discussion on pulmonary rehabilitation nursing thinking of integrated traditional Chinese and western medicine for chronic obstructive pulmonary disease

Tao Zhang Haiyan He<sup>corresponding author</sup> Sha Chen

(Traditional Chinese Medicine Hospital Affiliated to Southwest Medical University, Luzhou, Sichuan, 646000)

**[Abstract]** Objective: to explore the application of integrated traditional Chinese and Western medicine pulmonary rehabilitation nursing in chronic obstructive pulmonary disease. Methods: from December 2021 to December 2022, 70 chronic obstructive pulmonary disease patients were selected to participate in the study. They were divided into the study group (N = 35) and the control group (N = 35), the patients in the study group were treated with lung rehabilitation nursing, while the patients in the control group were treated with traditional nursing. The improvement of symptoms, degree of dyspnea, recovery of lung function and patients' satisfaction were compared between the two groups. Results: after the two nursing modes were applied to the patients, the CAT and NMRC scores of the patients in the exploration group were lower, the indexes of pulmonary function were better, and the patients' satisfaction degree was higher. Conclusion: The Mode of lung rehabilitation nursing combined with traditional Chinese and Western medicine can effectively relieve the clinical symptoms of patients with chronic obstructive pulmonary disease, promote the recovery of lung function and help them breathe smoothly, furthermore, it can also improve the overall patient satisfaction, so it is worthy of wide application.

**[Key words]** Chronic obstructive pulmonary disease; Chinese and Western medicine; Pulmonary rehabilitation

慢阻肺的致病因素较多，主要包括吸烟、环境、感染等，现阶段，普遍将吸烟视为慢阻肺的主要致病因素。在然后呈现出发病与中年。据调查统计显示，慢阻肺在我国呈现出发病率逐年增加的趋势，据WHO调查，全球慢阻肺患者已达6亿，每年约有270万患者死于这种疾病，其中，我国约有128万人<sup>[1]</sup>。所以，对于慢阻肺的防治非常重要。但由于治愈这种疾病具有较大的困难性，所以，需要合理、有效的护理模式进行辅助。本次研究采用中西医结合肺康复护理，探究其护理效果，现做如下报告。

### 1 资料和方法

#### 1.1 资料

从2021年12月至2022年12月的在我院接受治

疗的慢性阻塞性肺病患者中选择70例，并借助计算机进行随机分组，将其分为探究组（35例）、参照组（35例）。纳入标准：①患者确诊为慢阻肺；②患者及患者家属对本次探究完全知晓且明确表达配合意向。排除标准：①患者患其他器官疾病；②患者具有意识障碍或交流困难。对比所有患者的个人资料及患病情况，不存在明显的差异性，因而具有可比性， $P > 0.05$ 。

#### 1.2 方法

参照组采用传统护理模式，探究组应用中西医结合肺康复护理，内容如下：

(1) 穴位贴敷。护理人员将半夏、白芷、白芥子等药材研磨成沫，在结合姜汁将其调成膏状，选择患者的定喘、肺俞、肾俞等穴位处进行贴敷。每间隔

三天进行一次，每次时长为一小时左右，一个疗程持续九天<sup>[2]</sup>。(2)按摩。护理人员指导患者采用骑坐位，先在患者的颈部、背部开展按摩，帮助患者进行肌肉放松，再选择患者定喘、肺俞、风门等穴位，先由下往上，再由上往下，重复进行10次按摩。再让患者调整为坐位，取其天突、中府等穴位，沿顺时针方向进行按摩，每处穴位按摩持续约10秒钟，然后再进行胸部按摩。按摩需每天进行一次，每次持续一小时左右。(3)足浴疗法。使用“养肺五藤汤”为患者进行足浴，其中包含鸡血、络石、夜交、忍冬、海风等五味药材，护理人员将其研磨成末后，再装入独立包装袋，在开始之前先使用200到500毫升热水稀释药粉，然后再加入热水，让患者先熏再泡。时长约为半小时<sup>[3]</sup>。(4)邹肺平喘汤。这种汤剂主要包含熟地、金沸草、水蛭、冬花等药材，水煎取药汤400毫升，分两次服用，每天服用一剂<sup>[4]</sup>。(5)拔罐。护理人员在患者肺俞、肺底、风门等穴位处进行拔罐，每次持续约10分钟。(6)呼吸功能锻炼，①腹式呼吸：护理人员需指导患者采用适宜的体位，如仰卧位，并告知患者放松腹部肌肉，在上腹部前将双手抬高，用鼻子缓缓吸气，由浅入深，向上提腹。②缩唇呼吸：护理人员需指导患者紧闭双唇，用鼻子进行呼吸，在吸气后，将嘴唇缩拢，而后再缓缓呼出，护理人员要告知患者在此过程中需要将腹部保持为收缩状态。(7)氧疗。护理人员需要告知患者氧疗对于疾病的重要性，若患者病情较为稳定，但肺功能严重受损，那么就需要坚持进行氧疗。氧疗通常分为无创和有创两种，无创为经鼻导管，有创为经人工气道。(8)运动指导。日常锻炼对于患者而言也同样重要。护理人员需告知患者适宜的锻炼方式，例如，散步、走楼梯、太极等。需严格控制每天的运动时间，不宜过长，最好在5到10分钟之间，每天进行1到2次即可。(9)饮食指导。此外，护理人员还要对患者的饮食予以指导，患者应当以均衡膳食为总原则，适当食用高热量及蛋白质丰富的食物，避免高刺激性食物，从而对患者的营养水平起到保障作用，

进而改善其免疫功能。(10)健康教育。护理人员要对患者及患者家属开展针对慢阻肺相关知识的健康教育，让患者了解到季节变化及空气质量对于慢阻肺这种疾病的影响。并且还要告知患者应当做好保温措施，避免受凉后导致呼吸道感染；不要让患者处于过度劳累状态，要保证充足休息时间充足，尽量避开人流量较大的场所，如果避免不了，应当做好防护措施，最重要的是要告知患者必须戒除抽烟习惯。通过健康教育，让患者深化对于慢阻肺的认知，并且能对其依从性起到一定的提升作用。(11)心理护理。由于慢阻肺这种疾病通常具有反复发作的特点，且治愈难度较大，病程相对较长，所以患者往往会因此而产生极大的心理负担，对于治疗产生怀疑，丧失信心，甚至还会出现抑郁等严重不良情绪，进一步导致患者生活质量大幅降低，让患者心理、生理都遭受巨大的痛苦，进而又会对治疗效果产生不良影响。所以护理人员在日常护理时，要对患者的心理状况予以密切关注，积极为患者进行干预和疏导，并且告知患者家属其关心与支持的重要性，鼓励患者重燃希望，以正确的心态面对疾病和治疗。

### 1.3 观察指标

为达成探究目标，将两组患者的CAT及nMRC评分、肺功能各指标和患者满意度进行比较。其中，CAT为慢阻肺患者自我评估量表，当得分不超过10分则表明风险较低，nMRC为呼吸困难问卷，共分0到4五个等级，等级越高，呼吸困难程度越深。肺功能各指标包含第1秒用力呼气容积(FEV<sub>1</sub>)、肺活量(FVC)、FEV<sub>1</sub>/FVC比值、血氧饱和度(SPO<sub>2</sub>)患者满意度采用自制问卷进行调查。

### 1.4 统计学方法

通过专业的软件SPSS23.0处理，得出本次研究数据，若P<0.05，表示差异较大，则具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 比较两组患者的CAT及nMRC评分

对比两组患者CAT及nMRC评分可知，探究组评

表1 两组患者的CAT及nMRC评分(分)

组别	人数(n)	CAT		nMRC	
		护理前	护理后	护理前	护理后
探究组	35	16.54 ± 3.27	7.05 ± 2.21	2.22 ± 0.23	0.56 ± 0.21
参照组	35	16.23 ± 3.16	11.67 ± 2.12	2.46 ± 0.31	1.54 ± 0.27
P	-	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

分更低。P<0.05。具体见下表 1:

### 2.2 比较两组患者的肺功能

就肺功能恢复情况而言,探究组各指标水平更好,P<0.05。具体见下表 2:

表 2 两组患者的肺功能

组别	探究组	参照组	P	
人数 (n)	35	35	-	
FEV1	护理前	37.54 ± 4.27	38.23 ± 5.16	>0.05
	护理后	55.05 ± 6.21	45.67 ± 5.12	<0.05
FVC	护理前	60.22 ± 5.23	61.46 ± 6.31	>0.05
	护理后	75.56 ± 6.71	66.54 ± 5.27	<0.05
FEV1/FVC	护理前	59.52 ± 7.37	61.33 ± 6.23	>0.05
	护理后	72.15 ± 7.29	64.62 ± 6.14	<0.05
SPO2	护理前	79.24 ± 4.53	81.56 ± 4.35	>0.05
	护理后	94.36 ± 3.74	91.44 ± 3.37	<0.05

### 2.3 比较两组患者的满意度

对比两组患者满意度可知,探究组满意度更高,P<0.05。具体见下表 3:

表 3 两组患者对护理的满意度

组别	人数 (n)	非常满意 (n)	满意 (n)	不满意 (n)	满意度 (n/%)
探究组	35	25	9	1	34 (97.14%)
参照组	35	12	17	6	29 (82.86%)
P	-	-	-	-	<0.05

### 3 结论

中西医结合肺康复护理主要采用传统中医护理措施,例如贴敷、按摩、中药汤剂,现代医学以及呼吸训练等肺康复护理措施来综合护理慢阻肺患者,在改善患者临床症状的基础上,调理患者体质,增强营养摄入,以此致力于获得更好的护理效果。其中,中医穴位贴敷疗法在我国古代应用就较为广泛,古代医学家以中医典籍《素问·四气调神大论》中“春夏养阳,秋冬养阴,以从其根”的理论为原则,探寻出这一疗法<sup>[5]</sup>。根据传统中医理论,夏季是一年中阳气最为旺盛的时节,而寒邪在这一时节更容易被消除,因而可使用温热药材,在以穴位刺激的方式促进人体吸收,使得寒气病邪能够在蛰伏状态被消灭。而冬季,尤其是三九天,是一年中最为寒冷的时节,这一时节人体阳气内敛,导致气血无法畅通运行,皮肤呈干燥状态,而在此时进行穴位贴敷,能够起到温养阳气、驱散寒气的

的作用,还能够起到健脾、补肺、益肾的效果,进而增强人体免疫力,降低肺部疾病的可能性。而患者服用的邹肺平喘汤,主要成分包含 15 克黄芪,10 克熟地,12 克冬花,12 克金沸草,6 克水蛭,10 克五味子,2 克冬虫夏草,这些药材能够起到益肾补肺、平喘止咳、固本扶正的功效。其中,黄芪主要起到补肺功效,所以用量相对较大;冬虫夏草具有壮阳补益肾、平喘利肺的作用,也是主要药物之一;而五味子能够滋阴补肺,熟地能够补肾益精填髓,二者联用可强化益气滋阴功效,为辅助主药的臣药;金沸草可止呕化痰,冬花可止咳润肺,水蛭能够活血化瘀,三者共为佐助药材。除上述中医措施以外,还通过呼吸功能训练,帮助患者减轻呼吸困难症状;通过运动指导,让患者能够进行散步、太极等适当锻炼,从而加强自身体质;施以健康宣教,让患者更加了解慢阻肺这一疾病,深化认知,且积极予以心理干预,缓解患者的负性情绪,避免患者的治疗效果受到不良心理影响。

从本次探究结果来看,在接受中西医结合肺康复护理后,患者 CAT 及 nMRC 评分显著降低,即说明其临床症状以及呼吸困难情况得到有效改善,且肺功能各指标均明显上升,患者的满意程度也更高。综上所述,将中西医联合肺康复护理模式用于慢阻肺患者的护理中,能够对患者的临床症状起到有效缓解的作用,还能促进患者肺功能恢复,促进呼吸顺畅,进而对总体的患者满意度也能起到提升作用,让患者对这种护理模式更加认可,所以值得推广应用。

### 参考文献:

- [1] 刘柳娟.慢阻肺患者接受中西医结合护理对心理状态及生活质量的改善效果[J].智慧健康,2021,7(25):154-156+163.2021.25.050.
- [2] 倪涵晨,黄玮.中西医结合肺康复护理在慢性阻塞性肺病中的效果观察[J].贵州医药,2021,45(04):659-660.
- [3] 衡青.中西医结合治疗慢阻肺患者的循证护理效果观察[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(21):34+44.
- [4] 黄金贤.稳定期慢阻肺患者进行中西医结合护理满意度分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(14):192.2020.14.166.
- [5] 薛秀梅.中西医并举的临床护理路径在慢性阻塞性肺病护理中的应用[J].当代护士(中旬刊),2019,26(06):33-35.