

# 小儿营养不良的健康保健方法评价

张雯

(锡山区厚桥社区卫生服务中心 江苏无锡 214106)

**【摘要】**目的:探讨分析小儿营养不良的健康保健方法。方法:从近两年于我院收治的小儿营养不良患儿中,选取120例作为研究对象,结合随机数字表法,分为观察组和对照组,各为60例,行药物治疗为对照组,在对照组基础上,再行健康保健措施为观察组,对两组患儿保健前后的相关指标进行对比和评价。结果:观察组的健康知识掌握程度、健康行为规范明显高于对照组,对比差异显著( $P > 0.05$ );观察组的护理满意度为98.33%,对照组为86.67%,观察组的护理满意度明显高于对照组,对比差异显著( $P < 0.05$ )。结论:健康保健干预,在营养不良患儿和家长中得到了广泛应用,可以确保患儿生活质量的稳步提升,并将患儿和家长的健康知识认知水平提升上来。

**【关键词】**小儿;营养不良;健康保健;方法

在儿科疾病中,小儿营养不良经常出现,主要是由于小儿蛋白质和能量摄入缺失,进而造成慢性营养性疾病的出现,这在<3岁的婴幼儿中比较常见<sup>[1]</sup>,在临床症状表现中,主要包括免疫力较差、体质下降以及发育缓慢等,重度患儿,甚至会引发功能紊乱现象,这对小儿的发育产生了很大的影响。结合相关研究表明,良好的药物治疗和健康教育指导,可以对患儿的营养不良状况予以改善。为此选取120例营养不良患儿作为研究对象,评价和探讨健康保健方法,现进行如下报道:

## 1. 资料与方法

### 1.1 一般资料

研究对象主要选取120例营养不良患儿,结合随机数字表法,分为观察组和对照组。其中,对照组患儿男女分别为30例、30例,最低年龄为8个月,最高年龄为6岁,平均年龄为(3.14±1.84)岁。观察组患儿男女分别为35例、25例,最低年龄为8个月,最高年龄为7岁,平均年龄为(3.84±1.25)岁。对比两组患儿的一般资料,其差异并不显著( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

行维生素B族药物为对照组,1周1次即可。在对照组基础上,再行健康保健干预为观察组,具体来说

#### 1.2.1 健康教育

现阶段,诸多家长的小儿营养的认知水平并不高,极容易导致复发。所以,对于保健医生而言,应加强现场演示和讲座,确保家长可以对不良饮食的危害进行充分了解,并提高对各种食物营养成分、营养合理搭配的高度重视。并借助一对一咨询和指导,将家长的认知掌握水平提升上来。在门诊候诊区,可以借助多媒体设备,对相关保健知识进行播放。

#### 1.2.2 皮肤护理

由于患儿蛋白质摄入不足,极容易造成营养不良的出现,患儿皮肤的弹性有所缺失,加剧了压疮的发生几率,医生应密切观察患儿的皮肤状况,确保患儿皮肤与清洁性和干燥性等要求相符,避免感染问题的出现。同时,加强臀部护理,勤换勤洗患儿的尿布。患儿肛门,也要勤洗,保证高度的清洁性和干燥性。在患儿营养不良症状比较严重的情况下,并且卧床时间比较长,应帮助患儿日常翻身动作。

#### 1.2.3 生活指导

在患儿脾胃虚弱的情况下,要确保房间的通风性,并带患儿多呼吸新鲜空气,适度锻炼,旨在将患儿的抗病毒能力提升上来<sup>[2]</sup>,进一步改善患儿的体质。

### 1.3 观察指标

在保健指导后,对两组患儿和家属的健康知识掌握情况、护理满意度进行对比和评价。在护理满意度方面,结合本院自拟问卷调查表,护理满意度主要包括非常满意、比较满意以及不满意等,分数越高,代表满意度越高。

### 1.4 统计学分析方法

采用SPSS 20.0软件进行数据处理,计量资料采用“( $\bar{x} \pm s$ )”表示, $t$ 检验;计数资料采用“n(%)”表示, $\chi^2$ 检验,当 $P < 0.05$ 表示有统计学意义。

## 2. 结果

### 2.1 两组健康知识掌握情况对比

观察组的健康知识掌握程度、健康行为规范明显高于对照组,对比差异显著( $P > 0.05$ )。如表1所示:

表1 两组健康知识掌握情况对比 [n(%)]

组别	例数	健康知识掌握程度	健康行为规范
观察组	60	58(96.67)	59(98.33)
对照组	60	50(83.33)	50(83.33)
$\chi^2$		5.926	5.487
$P$		<0.05	<0.05

### 2.2 两组护理满意度对比

观察组的护理满意度为98.33%,对照组为86.67%,观察组的护理满意度明显高于对照组,对比差异显著( $P < 0.05$ )。如表2所示:

表2 两组患者护理满意度对比 [n(%)]

组别	例数	非常满意	比较满意	不满意	满意度
观察组	60	49(81.67)	10(16.67)	1(1.67)	59(98.33)
对照组	60	40(66.67)	12(20.00)	8(13.33)	52(86.67)
$\chi^2$					8.841
$P$					<0.05

## 3. 讨论

在人体生理和智力发育过程中,营养发挥着重要的作用,营养状况和饮食行为之间的关系是紧密联系、密不可分的。由于幼儿的心智的成熟度不足,而且欠缺良好的自控能力,再加上营养知识掌握较不完善,很难确保饮食习惯的规范化,一些幼儿还会出现挑食等现象,从而引发营养不良。结合相关研究表明<sup>[3]</sup>,在对幼儿喂养淀粉食物的情况下,并不喂养母乳,会对小儿摄取充足的蛋白质造成影响,引发营养不良现象。

在小儿营养社区方面,日常的饮食搭配的作用不可小觑,多食用肉类和蔬菜等,可以将小儿的营养水平提升上来。结合常规治疗,深入分析小儿营养不良的原因,加强有针对性的健康保健教育,旨在确保治疗效果的稳步提升。对于儿童保健医生而言,应全面指导患儿家长,将健康教育落实到位,将合理的喂养方式告知家长,不断调整饮食结构<sup>[4]</sup>,同时,家长也要提高对皮肤护理的高度重视,适度进行户外运动是可行的,这对于患儿营养不良症状也具有一定的缓解作用,进一步规范患儿的不良饮食习惯。

综上所述,加强健康保健干预的实施,在营养不良小儿和家长中得到了广泛应用,有助于患儿生活质量的提升,并将患儿和家长的健康知识认知水平提升上来,其推广和普及价值较高。

### 参考文献:

- [1]徐国婷.关于小儿营养不良健康保健方法的研究[J].全科口腔医学电子杂志,2019,6(29):153-154.
- [2]周慧,李奕,朱芳芳.小儿营养不良的健康教育与推拿保健指导效果[J].双足与保健,2019,28(08):41-42.
- [3]姜雪莹.分析7岁以下小儿营养不良的健康教育与保健指导[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(44):4-5.
- [4]谢水霞,谭招鹏,林永梅.小儿营养不良的健康保健方法浅谈[J].深圳中西医结合杂志,2017,27(22):195-197.