

个体化饮食护理对复发性口腔溃疡的影响

赵 洋 柏道兰

山东省口腔医院 山东 济南 250012

【摘要】目的：探讨个体化饮食护理对复发性口腔溃疡患者愈合速度、免疫功能的影响。**方法：**将我院2021年1月-2022年1月80例复发性口腔溃疡患者，双盲随机法分二组。对照组常规护理，实验组增加个体化饮食护理。比较两组护理前后免疫功能指标CD3+、CD4+、CD8+、CD4+/CD8+、护理满意度、口腔溃疡愈合时间、疼痛消失时间、恢复正常进食功能时间。**结果：**实验组满意度、免疫功能、恢复时间均优于对照组， $P < 0.05$ 。**结论：**复发性口腔溃疡患者实施常规护理联合个体化饮食护理效果确切，可进一步提高患者的机体免疫功能，加速口腔溃疡愈合，提升满意度。

【关键词】：个体化饮食护理；复发性口腔溃疡患者；愈合速度；免疫功能；影响

The Effect of Individualized Dietary Care on Recurrent Oral Ulcer

Yang Zhao Daolan Bai

Shandong Stomatological Hospital Jinan City Shandong Jinan 250012

Abstract: Objective: To explore the effect of individualized dietary nursing on the healing speed and immune function of patients with recurrent oral ulcer. Methods: 80 patients with recurrent oral ulcer in our hospital from January 2021 to January 2022 were divided into two groups by double-blind random method. The control group received routine nursing, and the experimental group received individualized dietary nursing. The immune function indexes CD3+, CD4+, CD8+, CD4+/CD8+, nursing satisfaction, oral ulcer healing time, pain disappearance time, and normal eating function time were compared between the two groups before and after nursing. Results: The satisfaction, immune function and recovery time of the experimental group were better than those of the control group, $P < 0.05$. Conclusion: The effect of routine nursing combined with individualized dietary nursing in patients with recurrent oral ulcer is definite, which can further improve the patient's immune function, accelerate the healing of oral ulcer, and improve satisfaction.

Keywords: Individualized dietary care; Patients with recurrent oral ulcer; Healing speed; Immune function; Effect

复发性口腔溃疡发病原因比较复杂，主要是由于免疫系统疾病、遗传、内分泌失调、胃肠功能障碍、肠道寄生虫、病毒感染等。复发性口腔溃疡是口腔临床上最为普遍的一种溃疡性疾病，发病率高达25%，据流行病学调查，中国至少有1/5患有口腔溃疡。复发性口腔溃疡是一种周期性、周期性、复发性、自限性的慢性口腔黏膜局限性溃疡。多见于唇部、舌、颊、软腭等角化不良的区域^[1-2]。近年来，由于饮食习惯、生活习惯等因素的影响，口腔复发性溃疡发病率逐年增高，其病因复杂，临床表现多种多样，对人类的口腔健康造成了极大的威胁。因此，对复发性口腔溃疡进行积极有效的预防与治疗，对维护人体健康具有重要意义^[1]。目前，临床上已有许多治疗该病的方法，但无一能取得良好的效果。早期治疗复发性口腔溃疡，可以减轻病人的痛苦，让病人恢复到正常的工作和生活状态。口腔溃疡一旦出现反复，不仅会加重病人的病情，而且会加重病人的身体和精神上的痛苦，而这种疾病的发病和饮食有很大的关系。所以，在治疗期间需要加强膳食管理，本研究探讨了个体化饮食护理对复发性口腔溃疡患者愈合速度、免疫功能的影响，报道如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

将我院2021年1月-2022年1月80例复发性口腔溃疡患者，双盲随机法分二组。每组例数40。

其中实验组年龄21-54岁，平均 (37.21 ± 2.27) 岁，男29；女11。对照组年龄21-55岁，平均 (37.78 ± 2.45) 岁，男27；女13。两组一般资料统计 $P > 0.05$ 。本研究经伦理批准。纳入条件：（1）临床检验符合WHO所制订的复发性口腔溃疡的诊断标准；（2）溃疡数目不超过3个；（3）复发性口腔溃疡病人有较好的配合意识，并能按照医生的指示进行膳食管理；（4）本研究所要求的应变原试验方法，患者均能较好地接受；（5）本研究的所有内容均由病人和其家人知晓。

排除条件：（1）排除免疫系统疾病的患者；（2）排除血样检查不正常的病人；（3）排除机体主要脏器如心、肝、肾等严重疾病；（4）排除恶性肿瘤的病人；（5）排除精神病；（6）排除在特定生理阶段（产褥、哺乳、怀孕）的妇女；（7）在此项试验之前一个月内，服用过任何抗生素和

激素的患者。

1.2 方法

对照组给予常规护理，（1）日常护理。护士要保证病房的环境洁净、整洁、经常开窗，保证房间的温度和湿度在合适的范围内，并能根据病人的实际情况进行适当的调节。口腔溃疡病人应加强心理疏导。在发病过程中，病人会感受到痛苦和不舒服，并会有不同程度的焦虑、抑郁等不良的心理情绪。容易产生负面的情绪，如恐惧、烦躁、焦虑。这时，护士应加强患者的心理辅导，以温柔、友善的心态与患者进行交流，深入了解患者的情绪变化，采取有针对性的心理辅导，减轻患者的不良心理情绪，消除患者焦虑、抑郁等消极心理，为患者营造良好的心理状态。（2）口腔保健。睡前用 3% 的双氧水漱口，每次 2-6 次。然后用棉球蘸着生理盐水，把它擦干净，再把蒙脱石均匀地铺在创面上。将思密达粉和温水在消毒的容器内搅拌，搅拌成浆液，每天 4 次。病人在涂药后 30 分钟之内不得进食和饮水。建议病人在餐后温水漱口，用软的头发或海绵牙刷刷牙，动作要温和，方法要正确，以免加重疼痛。

实验组实施常规护理联合个体化饮食护理。在以上护理措施实施的同时，给予变应原检测后，有针对性的膳食控制要视检测结果而定，（1）变应原的测定。于早晨，取 3 ml 待检病人的静脉血，进行离心，将血清分离，在 2~8℃ 下密封贮存。血清特异 IgE 变应原在 5 天内完成。以杭州浙大迪迅生物工程有限公司为食品不耐受特异 IgG 抗体的检测，内容涉及大豆，鲑鱼，牛肉，小麦，猪肉，虾蟹，鸡肉，鸡蛋，玉米，番茄，蘑菇，牛奶等。在测试之前，在 2~8℃ 的环境下，将被测的试样置于室温 30 分钟，以减少因温度变化引起的相关效应。检验程序必须严格遵守试剂盒的有关规定，在反应管中填满血液后，再将其置于水平培养 100 分钟。在排出之后，向反应管中注射 1 毫升清洁液体以进行清洗，然后向反应管中加入抗 IgE 脲酶的粘合剂，16 小时后排出并完全清洁，然后添加指示剂（黄色基质）以判定结果。（2）膳食管理。根据复发性口腔溃疡病人的食物变应原测定结果，制订有针对性的膳食控制措施。根据检查结果，对病人的膳食进行管理，制定个体化的膳食计划，制定个人的食谱，包括非大量的，偶尔的，禁止食用的，如果有其它的病症，可以根据病人的情况，适当的调整饮食。在治疗期间，严禁使用热、热、香燥、辛辣食物、刺激性饮料、咖啡、烟酒等食物；对于偶然吃的食品，可以替代或少量地吃；不能大量进食的食物，不宜作为正餐，可持续使用，但要严格控制用量。上述饮食计划，不仅局限于治疗期间，为了使病人在治疗结束后养成良好的饮食习惯。非过敏原情况下，可以多吃

核桃、花生、蛋类、瘦肉、动物肝脏、牡蛎等富含锌元素的食物，菠菜、白菜、白萝卜、胡萝卜、茄子、西红柿等含有丰富的维生素。

1.3 观察指标

比较两组护理前后免疫功能指标 CD3+、CD4+、CD8+、CD4+/CD8+、护理满意度、口腔溃疡愈合时间、疼痛消失时间、恢复正常进食功能时间。

1.4 统计学处理

SPSS23.0 软件中，计数 χ^2 统计，计量行 t 检验， $P < 0.05$ 表示差异有意义。

2 结果

2.1 免疫功能指标 CD3+、CD4+、CD8+、CD4+/CD8+

护理前两组免疫功能指标 CD3+、CD4+、CD8+、CD4+/CD8+ 比较， $P > 0.05$ ，护理后两组均显著改善，而其中实验组免疫功能指标 CD3+、CD4+、CD4+/CD8+ 显著高于对照组，CD8+ 显著低于对照组， $P < 0.05$ 。如表 1。

表 1 护理前后免疫功能指标 CD3+、CD4+、CD8+、CD4+/CD8+ 比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	时期	CD3 ⁺	CD4 ⁺	CD8 ⁺	CD4 ⁺ /CD8 ⁺
实验组 (40)	护理前	53.11 ± 3.41	31.41 ± 6.17	31.12 ± 6.12	1.13 ± 0.12
	护理后	78.21 ± 5.21	44.02 ± 2.32	22.22 ± 2.59	1.98 ± 0.26
对照组 (40)	护理前	53.24 ± 3.40	31.46 ± 6.13	31.21 ± 6.21	1.12 ± 0.12
	护理后	63.21 ± 4.91	36.08 ± 2.32	27.22 ± 2.59	1.23 ± 0.26

2.2 护理满意度

实验组的护理满意度比对照组高 ($P < 0.05$)。实验组的护理满意度是 40 (100.00)，而对照组的护理满意度是 32 (80.00)。

2.3 口腔溃疡愈合时间、疼痛消失时间、恢复正常进食功能时间

实验组口腔溃疡愈合时间、疼痛消失时间、恢复正常进食功能时间均短于对照组， $P < 0.05$ 。

实验组口腔溃疡愈合时间 5.40 ± 2.11d、疼痛消失时间 3.12 ± 1.17d、恢复正常进食功能时间 3.41 ± 1.02d，而对照组

口腔溃疡愈合时间 $7.45 \pm 2.61d$ 、疼痛消失时间 $4.67 \pm 1.21d$ 、恢复正常进食功能时间 $4.24 \pm 1.12d$ 。

3 讨论

复发性口腔溃疡的发病率约为20%，是临床上的常见病和多发病，大部分病人的病情都会持续很长时间，如果病情加重，就会影响到他们的饮食，从而导致身体质量下降，营养不良，免疫力下降，免疫力下降。早期发现和及时有效的治疗是保证复发性口腔溃疡病人的疗效和预后的重要保证^[2]。

近几年，随着生活习惯、结构、环境、压力等因素的持续改变，复发性口腔溃疡的发生率越来越高，越来越受到人们的关注。除了免疫、感染、遗传、环境因素等因素之外，对复发性口腔溃疡的发生也有一定的影响。食物不耐受是一种过敏性疾病，它具有复杂、变化的特征，是引起身体各个器官的慢性疾病的重要原因。研究显示，正常情况下，食物经过消化道后会被人体消化吸收，并将其分解成甘油、氨基酸、单糖等，从而为身体提供日常所需要的正能量，保持身体内环境的平衡。如果体内缺少一种特殊的酵素，不能完全消化吸收，那么它就会通过多肽或者其它分子的方式进入肠道，如果被身体的免疫系统识别为外来物质，那么它就会生成一种物质，从而保护身体，这些具有保护性的免疫应答会伴随着对食物的 IgG 抗体的合成，这些食物颗粒会通过这个过程转化为免疫复合物，从而导致身体发生多种疾病。总之，大部分的复发性口腔溃疡病人都有不同程度的食物不耐受^[3]。

20%-70%的口腔溃疡病人是反复发作的，它不但会使病人产生不同程度的疼痛，而且会对病人的精神状态产生一定的影响，使病人的生存质量下降。因为人体缺少特殊的酵素，

所以不能完全消化某些食物，从而导致食物粒子转变为免疫复合物，从而引起身体的疾病，从而引起反复发生的口腔溃疡。所以，在复发性口腔溃疡病人中，进行个体化的护理干预是非常必要的^[4]。

针对复发性口腔溃疡病人进行合理的膳食管理，可以达到较好的疗效，从而保证病人的生命质量和身心健康，是一种值得进一步推广的方法。个体化饮食护理是指根据病人饮食不耐受的种类和程度，制定合理的饮食方案，保证病人的饮食合理化和有效化，以改善个体化饮食护理的效果。个体化饮食也能有效地控制体内特定的抗体物质的含量，防止其积累，从而避免复发性口腔溃疡病人的病情恶化，促进溃疡组织的快速恢复。同时，对普通食品进行检测，确定病人是否存在 IgG 抗体。对多种食品不耐受的病人，应根据病情轻重，适当调整饮食中的禁忌与替代食物，以保证病人的饮食品质，提高病人的生活品质^[5]。

本研究显示，护理前两组免疫功能指标 CD3+、CD4+、CD8+、CD4+/CD8+ 比较， $P > 0.05$ ，护理后两组均显著改善，而其中实验组免疫功能指标 CD3+、CD4+、CD4+/CD8+ 显著高于对照组，CD8+ 显著低于对照组， $P < 0.05$ 。实验组的护理满意度比对照组高 ($P < 0.05$)。实验组的护理满意度是 40 (100.00)，而对对照组的护理满意度是 32 (80.00)。实验组口腔溃疡愈合时间、疼痛消失时间、恢复正常进食功能时间均短于对照组， $P < 0.05$ 。

综上，复发性口腔溃疡患者实施常规护理联合个体化饮食护理效果确切，可进一步提高患者的机体免疫功能，加速口腔溃疡愈合速度，并减轻临床症状，提高患者的护理满意度，值得推广。

参考文献:

- [1] 陆陈花.个体化饮食护理对复发性口腔溃疡患者愈合速度、免疫功能的影响[J].中国医药科学,2022,12(06):101-104.
- [2] 张金慧,孙凌月.个体化饮食护理对复发性口腔溃疡患者愈合速度及生活质量的影响[J].科技风,2020,(11):234.
- [3] 张丽红,闫静.复发性口腔溃疡患者应用个体化饮食护理的临床效果[J].中国药物与临床,2020,20(04):660-662.
- [4] 刘娜.个体化饮食护理干预对复发性口腔溃疡患者的应用效果研究[J].当代护士(下旬刊),2019,26(12):76-78.
- [5] 孔德芬,王翀,王浩.个体化饮食护理对复发性口腔溃疡患者临床效果的影响[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(88):303+305.