

双歧杆菌三联活菌治疗老年功能性便秘的效果

马 军

四川护理职业学院附属医院(四川省第三人民医院) 四川 成都 610100

【摘要】目的:研究双歧杆菌三联活菌治疗老年功能性便秘的效果。**方法:**本次研究的观察对象均来自于2020年01月-2021年7月期间在我院接受治疗的老年功能性便秘患者,共计100例,按照所有患者入院的先后时间顺序将其分为对照组和观察组,其中对照组给予常规药物治疗,观察组给予双歧杆菌三联活菌进行治疗,对比分析两组患者治疗后的效果。**结果:**观察组患者的治疗效果优于对照组患者, ($P<0.05$)。对照组患者治疗后的VAS、SAS、SDS、JOA评分均明显高于观察组患者, ($p<0.05$)。观察组患者治疗后血压指标均优于对照组患者, ($P<0.05$)。观察组患者健康行为平均得分明显高于对照组患者平均分, 组间数值 $P<0.05$, 说明存在对比意义。**结论:**对老年功能性便秘患者实施双歧杆菌三联活菌进行治疗,对改善其治疗质量和治疗效果均有良好影响,有效改善患者的心理健康状态,值得在临床上进行推广。

【关键词】: 双歧杆菌三联活菌; 老年功能性便秘

Effect of Bifidobacterium Triple Live Bacteria on Functional Constipation in the Elderly

Jun Ma

Affiliated Hospital of Sichuan Vocational College of Nursing (the Third People's Hospital of Sichuan Province) Sichuan Chengdu 610100

Abstract: Objective: To study the effect of bifidobacterium triple live bacteria on senile functional constipation. Methods: The subjects of this study were all from the elderly patients with functional constipation who were treated in our hospital from January 2020 to July 2021. A total of 100 patients were divided into the control group and the observation group according to the sequence of admission of all patients. The control group was treated with conventional drugs, and the observation group was treated with bifidobacterium triple live bacteria. The effects of the two groups were compared and analyzed. Results: The treatment effect of patients in the observation group was better than that of patients in the control group ($P<0.05$). The VAS, SAS, SDS and JOA scores of patients in the control group after treatment were significantly higher than those in the observation group ($p<0.05$). After treatment, the blood pressure indexes of the patients in the observation group were better than those in the control group ($P<0.05$). The average score of health behavior of patients in the observation group was significantly higher than that of patients in the control group, and the inter-group value was $P<0.05$, indicating that there was a comparative significance. Conclusion: The treatment of elderly patients with functional constipation with bifidobacterium triple live bacteria has a good effect on improving the quality of treatment and the effect of treatment, effectively improving the mental health of patients, and is worthy of clinical promotion.

Keywords: Bifidobacterium triple live bacteria; Senile functional constipation

功能性便秘是指除外了器质性病变导致的便秘而成为功能性便秘,器质性的病变,如先天性的巨结肠、肠腔的狭窄,如炎症性的肠病、外伤后肠吻合术后的狭窄、肿瘤或其转移所致的肠狭窄等等。功能性的便秘在病因上主要分为慢传输型便秘和出口梗阻型便秘,慢传输型便秘主要是因为肠道蠕动过慢造成肠腔的内容物在肠道内停留时间过长,水分被过度吸收而导致大便干结不易排出^[1]。老年功能性便秘可能是生活和饮食习惯不良,或者是精神因素和心理因素引起的,也可能由全身疾病导致的,如果是不良的生活和饮食习惯导致的,是因为每天都吃一些粗纤维的食物,会导致肠道功能减慢,粪便体积缩小,很容易出现便秘的症状^[2]。本文主要探讨双歧杆菌三联活菌治疗老年功能性便秘的效果。具体内容报告如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究的观察对象均来自于2020年01月-2021年7月期间在我院接受治疗的老年功能性便秘患者,共计100例,按照所有患者入院的先后时间顺序将其分为对照组和观察组,各50例,其中对照组患者年龄:62-80岁;平均

年龄:(72.88±4.55)岁;男女比例:35:15。观察组患者年龄:60-80岁;平均年龄:(71.99±4.17)岁;男女比例:30:20。患者和家属均签字同意,已经经过医院伦理会批准。两组在一般资料比较中,结果均无统计学差异, $P>0.05$,具有可比性。

1.2 治疗方法

1.2.1 对照组给予常规药物治疗

观察组给予双歧杆菌三联活菌进行治疗,具体内容如下:

双歧杆菌三联活菌胶囊(【批准文号】:国药准字S10950032,【生产企业】:上海信谊药厂有限公司)为胶囊,胶囊内药粉为白色或黄色粉末。双歧杆菌三联活菌胶囊的用法用量为饭后半小时温水服用,一日2次,一次2-4粒,重症加倍。对双歧杆菌三联活菌胶囊过敏者禁用,过敏体质者慎用。双歧杆菌三联活菌胶囊性状发生改变时禁止再次重复使用。

1.2.2 安全用药注意事项

(1)用药前应仔细阅读说明书,或向医生详细描述自己的特殊过敏史、身体状况、基础疾病以及近期用药情况等,

排除用药禁忌，避免出现严重用药风险。

(2) 对双歧杆菌三联活菌胶囊中任何成分过敏者禁用，过敏体质者和第一次用药者需警惕过敏的发生，一旦发现需及时停药就医。

(3) 孕妇及哺乳期妇女用药需注意，即使孕妇和哺乳期妇女没有任何高危因素，也不建议使用双歧杆菌三联活菌胶囊，因为任何药物都有毒副作用。必须使用时，应到正规医疗机构咨询专业医师意见，避免对胎儿或乳儿造成不必要的影响。

(4) 儿童如果有用药需要，应当遵医嘱用药，医生会针对儿童的情况适当调整剂量。

(5) 用药期间出现任何严重、持续或进展性的症状，应及时就医。

1.2.3 治疗后的防治措施

(1) 养成定时排便的习惯

要确定一个适合自己的排便时间(较好是早晨)，到时候不管有无便意，或能不能排出，都要按时蹲厕所，只要长期坚持，就会形成定时排便的条件反射。

(2) 调整饮食

老年人平时应多吃些含纤维素多的食物，如粗制面粉、糙米、玉米、芹菜、韭菜、菠菜和水果等，以增加膳食纤维，刺激和促进肠道蠕动。芝麻和核桃仁有润肠作用，老年人也可适当多吃一点。

(3) 适当多喝水

老年人每天早晨空腹时较好能饮一杯温开水或蜂蜜水，以增加肠道蠕动，促进排便。老年人平时也应多喝水，不要等到口渴时才喝水。

(4) 适当参加体育运动

老年人应适当地参加体育运动，特别是要进行腹肌锻炼，以便增强腹部肌肉的力量和促进肠蠕动，提高排便能力。对于因病长期卧床的老年人，家人可给其做腹部按摩，由右上腹向左下腹轻轻推按，以促进其肠道蠕动。

(5) 保持乐观的情绪

精神紧张、焦虑等不良情绪可导致或加重便秘。因此，老年人要经常保持心情愉快，不要动辄生气上火，以避免便秘的发生。

1.3 评价指标

1.3.1 对比两组患者治疗后的效果，最终结果分为三种：显效、有效和无效。治疗效果：显效，主/次症完全或基本消失。有效，治疗后患者症状有一定的好转。无效，治疗后患者无好转，甚至病情加重。治疗有效率 = [(显效例数 + 有效例数) / 总患者数 × 100%]。

1.3.2 以 VAS 疼痛、SDS 抑郁、SAS 焦虑、JOA 功能受限反应患者治疗后的心理健康状态，分数越高即心理健康状态越差；

1.3.3 比较分析两组患者治疗后的舒张压 (DBP) 及收缩压 (SBP) 指标水平。

1.3.4 由 (饮食健康行为、规律服药行为、健康生活方式) 这几方面比较分析两组患者健康行为进行评分。

1.4 统计学分析

所有结果的统计学分析使用 SPSS 22.0 软件进行，使用均数 ± 标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表示符合正态分布的计量资料，使用独立样本 (t) 检验进行组间比较；使用中位数 (最小值 - 最大值) 表示偏态分布的计量资料，使用秩和检验进行组间比较；使用重复测量方差分析进行多组间、多个时间点的计量资料比较；使用 (χ^2) 检验进行计数资料率 (%) 和不良反应发生率的比较，设定当 (P < 0.05) 时，认为有统计学差异。

2 结果

2.1 临床疗效

本次研究发现，观察组 (n=50)，显效 19 例，有效 26 例，无效 5 例，总有效 45 例，占比 89%；对照组 (n=50)，显效 13 例，有效 15 例，无效 22 例，总有效 28 例，占比 56%；($\chi^2=30.058, p=0.001$)。统计结果显示，观察组患者的治疗效果优于对照组患者，(P < 0.05)。

2.2 心理健康状态

本次研究发现，对照组 VAS 评分为 (25.28±4.63)，观察组 VAS 评分为 (33.69±1.97)；(t=11.366, P=0.000)。对照组 SAS 评分为 (38.37±0.13)；观察组 SAS 评分为 (47.39±5.66)；(t=11.366, P=0.000)。对照组 SDS 评分为 (44.39±7.62)，观察组 SDS 评分为 (52.15±2.64)；(t=10.305, P=0.000)。对照组 JOA 评分为 (52.79±4.12)，观察组 JOA 评分为 (63.17±0.23)；(t=11.366, P=0.000)。对照组患者治疗后的 VAS、SAS、SDS、JOA 评分均明显高于观察组患者，(p < 0.05)。

2.3 血压指标

本次研究发现，对照组治疗后 SBP 水平为 (133.52±0.13)；观察组治疗后 SBP 为 (127.39±5.66)；(t=13.224, P=0.007)。对照组治疗后 DBP 水平为 (84.69±0.13)；观察组治疗后 DBP 为 (80.31±5.66)；(t=13.367, P=0.007)。由实验结果可知，观察组患者治疗后血压指标均优于对照组患者，(P < 0.05)。

2.4 健康行为比较

本次研究发现，对照组饮食健康行为评分为 (25.28±4.63)，观察组饮食健康行为评分为 (38.37±0.13)；(t=9.873, P=0.019)。对照组规律服药行为评分为 (44.39±7.62)，观察组规律服药行为评分为 (52.79±4.12)，(t=11.366, P=0.005)。对照组健康生活方式评分为 (33.69±1.97)，观察组健康生活方式评分为 (47.39±5.66)；(t=5.697, P=0.024)。由实验结果可知，观察组患者健康行为平均得分明显高于对照组患者平均分，(P < 0.05)。

3 讨论

据相关资料统计，80 岁以上的老年人中，便秘的患病率接近 50%。且随着社会人口老龄化的趋势，饮食结构的改变以及精神心理和社会因素等的影响，便秘已成为影响老年人生活质量的重要病症。便秘主要是指排便次数减少、粪便量减少、粪便干结、排便费力等。必须结合粪便的性状、本人平时排便习惯和排便有无困难作出有无便秘的判断，如超过 6 个月即为慢性便秘。老年人长期功能性便秘对身体的危害是比较大。需要注意的是，便秘所带来的危害不

仅仅只局限于排便困难，便秘危害众多，可导致痔疮，有结肠恶变可能，心脑血管患者便秘可诱发脑出血、心梗等，便秘在肝性脑病、早老性痴呆等疾病。此外，分辨长期堆积于体内，其中的毒素和沉积可导致躯体不适，更重要的是由此引发的焦虑、抑郁等不良情绪，严重危害到老年人的身体健康^[3]。

老年便秘是指老年人排便次数减少和排便变困难的常见疾病，许多患者排便次数每周少于两次，严重者可两到四周排便一次，长期便秘跟老人的健康和生活带来极大的损害，老年性便秘有多原因，菌群的失调是原因之一，老年人消化功能减退，肠蠕动的减少，排便困难，致使肠道有害细菌的增加，益生菌的减少^[4]。益生菌是一种活的微生物，足够剂量的益生菌可对宿主的健康产生有益作用。益生菌可能通过多种机制使人体获益，如竞争营养物质或调节 pH 值以对抗病原菌、分泌抗菌物质、调节免疫系统和促进肠道蠕动等。研究还发现包含不同菌株的益生菌联合制剂可发挥协同效应，并可能因此而获得更广泛的临床应用。国内常用的益生菌制剂双歧杆菌三联活菌散 / 胶囊自 1995 年在中国获批用于多种消化系统疾病的治疗，至今已在临床应用多年并显示出良好的疗效和安全性。双歧杆菌三联活菌散 / 胶囊包含长双歧杆菌、嗜酸乳杆菌和粪肠球菌 3 种益生菌。长双歧杆菌主要定植于结肠或直肠区域；

嗜酸乳杆菌主要栖息在人体小肠中段；粪肠球菌在动物整个消化道均可定植，且在下消化道中的含量可能高于上消化道。因此，该制剂的 3 种菌株组成了在不同肠道部位和条件下均可生长和发挥作用的联合菌群。长双歧杆菌可代谢产生短链脂肪酸，并刺激肠道细胞释放抗炎细胞因子或抑制促炎细胞因子释放，发挥平衡肠道菌群、调节免疫和修复肠道屏障等作用。嗜酸乳杆菌具有抑菌作用，可修复受损的肠道屏障，同时耗氧并产生酸性物质，形成有利于长双歧杆菌生长的厌氧、弱酸环境^[5]。粪肠球菌定植力强，可抑制有害菌的繁殖，同时自身迅速繁殖并消耗氧气，为另 2 种益生菌提供适宜的生长环境。双歧杆菌三联活菌散 / 胶囊可直接补充胃肠道内的正常生理性细菌，通过协同不同菌株的功能发挥防治消化系统疾病的作用。本次研究发现，观察组患者的治疗效果优于对照组患者，（ $P < 0.05$ ）。对照组患者治疗后的 VAS、SAS、SDS、JOA 评分均明显高于观察组患者，（ $p < 0.05$ ）。观察组患者治疗后血压指标均优于对照组患者，（ $P < 0.05$ ）。观察组患者健康行为平均得分明显高于对照组患者平均分，（ $P < 0.05$ ）。

综上，对老年功能性便秘患者实施双歧杆菌三联活菌进行治疗，对改善其治疗质量和治疗效果均有良好影响，有效改善患者的心理健康状态，值得在临床上进行推广。

参考文献:

- [1] 曹亮.双歧杆菌三联活菌胶囊联合乳果糖治疗老年功能性便秘的临床效果观察[J].医学美容美容,2021,30(03):108-119.
- [2] 范亚琴,王巧玲,袁建花.双歧杆菌三联活菌联合乳果糖治疗老年功能性便秘临床观察[J].基层医学论坛,2021,25(14):37-45.
- [3] 陈之.乳果糖联合双歧杆菌三联活菌胶囊治疗老年慢性功能性便秘的疗效观察[J].现代消化及介入诊疗,2019,17(02):226-283.
- [4] 唐与浓,肖静,于子涵.双歧杆菌三联活菌胶囊联合乳果糖治疗老年功能性便秘的临床效果观察[J].当代医学, 2020,26(13):31-42.
- [5] 谭丽杰,王友刚,周斌,etal.首荟通便胶囊联合双歧杆菌三联活菌胶囊治疗气阴两虚型老年功能性便秘的效果[J].实用临床医药杂志,2021,25(18):66-71.