

全科治疗老年慢性便秘临床效果分析

孙泽飞

清河县中心医院 河北 邢台 054800

【摘要】目的：观察在对老年慢性便秘患者治疗中开展全科治疗的作用。**方法：**按照对比治疗观察的方式开展探究，纳入2021年2月至2022年5月本院收治患者68例，按照随机分组的形式划分为常规治疗对照组（34例），全科治疗观察组（34例）。分析两组患者恢复情况。**结果：**对比两组患者腹痛症状、腹胀症状以及排便困难改善时间，观察组短于对照组， $P<0.05$ 。对比两组治疗前后腹痛、腹胀、排便困难、大便性状异常症状积分，治疗前无差异， $P>0.05$ ，治疗后观察组评分低于对照组， $P<0.05$ 。统计患者在恢复过程不良反应情况，观察组较低， $P<0.05$ 。**结论：**对老年慢性便秘患者开展全科治疗，能够帮助患者便秘症状在较短时间内改善，且治疗过程中安全性高，患者不良反应少，有助于患者恢复。

【关键词】：全科治疗；老年慢性便秘

Analysis of the Clinical Effect of General Treatment for Senile Chronic Constipation

Zefei Sun

Qinghe County Central Hospital Hebei Xingtai 054800

Abstract: Objective: To observe the effect of general practice in the treatment of elderly patients with chronic constipation. Methods: According to the method of comparative treatment and observation, 68 patients admitted to our hospital from February 2021 to May 2022 were included. They were randomly divided into conventional treatment and control group (34 cases) and general treatment and observation group (34 cases). The recovery of patients in the two groups was analyzed. Results: The improvement time of abdominal pain, abdominal distension and defecation difficulty in the observation group was shorter than that in the control group ($P<0.05$). The symptom scores of abdominal pain, abdominal distension, defecation difficulty and abnormal stool characteristics before and after treatment were compared between the two groups. There was no difference before treatment ($P>0.05$). After treatment, the score of the observation group was lower than that of the control group ($P<0.05$). The adverse reactions of patients during recovery were statistically lower in the observation group ($P<0.05$). Conclusion: General treatment for elderly patients with chronic constipation can help improve their constipation symptoms in a relatively short time, and the treatment process is safe and less adverse reactions, which is helpful for patients to recover.

Keywords: General treatment; Chronic constipation in the elderly

在老年人常见消化系统疾病中，慢性便秘属于临床最为常见病症类型，大便次数异常减少、粪便硬结以及排便困难为该部分患者主要临床表现。因老年人身体各方面器官以及功能均存在有不同程度衰退，胃肠道功能降低，同时部分患者存在有不良饮食习惯，在多方面因素共同影响下，很容易导致老年人出现慢性便秘症状。且长期排便困难容易导致毒素在体内积累，在用力排便时则会增加患者心血管疾病突发的风险^[1]。在临床治疗的过程中，为帮助患者可以尽快进行恢复，更应当选择最佳的治疗方案进行治疗。按照全科治疗对该部分患者进行治疗逐步在临床得到运用，本次对比研究就主要针对全科治疗在临床慢性便秘中的具体价值进行分析。

1 资料与方法

1.1 一般资料

纳入2021年2月至2022年5月本院收治患者68例，按照随机分组的形式划分为常规治疗对照组（34例），全科治疗观察组（34例）。在患者组成方面，对照组男性18例，女性16例，年龄分布在62—78岁间，均值为 (69.03 ± 1.73) 。观察组中男性16例，女性18例，年龄分布在63—79岁间，均值为 (70.11 ± 1.88) 。对比两组基本数据， $P>0.05$ 。纳入标准：年龄在60岁以上；入院后经过各方面诊断确诊为慢性便秘；不存在消化系统疾病史；近1年时间内未接受任何内科手术治疗。排除标准：不愿参与本次研究；存在有意识功能性障碍；存在不科学用药行为。本次

研究在开展前均告知两组患者研究目的，在其自愿参与情况下开展治疗。

1.2 方法

对照组患者在治疗中进行常规药物治疗，主要服用苁蓉通便口服液（生产企业：甘肃天水岐黄药业有限责任公司，国药准字Z10910032），单次服用10ml，每日服用3次。麻仁润肠丸（生产厂家：河南华峰制药有限公司，国药准字Z11020159），单次服用10粒，单粒1.6g，每日服用3次。外用开塞露（生产企业：金花企业(集团)股份有限公司西安金花制药厂，国药准字H20046346），指导患者排便前取适量进行外用。观察组则需要进行全科治疗：（1）心理治疗。在病症长时间影响下，多数患者合并存在有其他并发症，出于对自身恢复的担忧，患者心理压力较大，在日常治疗期间则需要做好患者心理治疗工作。由心理医师和患者进行交流，评估患者的心理状态，结合患者临床诊断情况耐心为患者讲解病症诱发因素，临床当前对于该症治疗的有效性等，增加患者对自身病症的认知。同时，可以和患者分享部分治愈病例信息，增加患者康复的信心。针对患者存在的各方面疑问，护理人员同样需耐心和患者进行讲解。（2）饮食指导。需结合患者饮食习惯做好对应饮食指导工作，做到饮食清淡，以容易消化食物为主，适当增加高纤维食物的摄入，并增加日常饮水量（每日饮水量控制在2000ml以上），早晨起床后指导患者饮用200ml左右温开水，达到通便

润肠的作用。并适当增加对新鲜蔬菜、水果的摄入。(3) 运动治疗。在患者恢复期间,可以指导患者积极开展对应运动锻炼。老年人活动量降低,会在一定程度上影响到肠蠕动,可进行散步、打太极等有氧运动,并结合患者年龄以及体质情况等对每日运动量合理进行控制,避免出现运动过度的情况。并指导患者及时开展腹部肌肉运动(自主开展收腹、鼓腹运动),盆骨肛门肌肉收缩训练(指导患者处在平卧位或者坐位自主进行肛门收缩训练)等,达到改善肌肉功能,缓解便秘症状的作用。(4) 中医针灸治疗。条件允许的情况下,可以按照中医针灸的方式对患者进行治疗,所选择穴位主要包括三阴交、天枢穴以及大肠俞等,以常规手法进针,得气后留针2min。每周进行一次治疗。(5) 药物治疗。指导患者在恢复过程中合理使用药物治疗,莫沙必利(生产厂家:江苏豪森药业股份有限公司,国药准字H19990317),单次服用8mg,每日3次。双歧杆菌三联活菌胶囊(生产企业:上海新黄河制药有限公司,国药准字S19993065),单次服用10mg,每日3次。三黄片(生产企业:山东仙河药业有限公司,国药准字Z37021453),单次8mg,每日3次。六味安消胶囊(生产厂家:内蒙古乌兰浩特中蒙制药有限公司,国药准字Z10950047),单次服用8mg,每日3次。对于无法正常排便患者,需及时进行灌肠治疗。若患者存在有中气不足症状,则需要服用补中益气丸(生产厂家:北京同仁堂药业有限公司(北京同仁堂科技发展股份有限公司制药厂委托),国药准字Z11020244)进行治疗,单次6g,每日3次。考虑到患者年龄较大,在使用导泻类药物进行治疗时,需对剂量合理控制。指导患者在用药期间保持良好的遵医行为,正确用药,不得随意更改用药剂量。(6) 生活指导。在患者治疗期间,需协助患者保持良好的睡眠习惯,睡觉前2小时不得食用刺激性食物或者吸烟、饮酒等,并对室内温度、湿度合理进行调节,确保患者排便处在通畅的状态。对于存在有失眠症状患者,可以指导其在睡前饮用少量热牛奶或者用热水泡脚等方式,达到改善睡眠的目的。

1.3 观察指标

(1) 对两组患者腹痛症状改善时间、腹胀症状改善时间以及排便困难症状改善时间进行统计。(2) 对比治疗前后两组腹痛、腹胀、排便困难、大便性状异常症状积分,单项评分1~10分,得分越高则表明患者对应临床症状越严重^[2]。(3) 统计患者在治疗期间不良反应情况。

1.4 统计学方法

本次研究中与两组有关数据都借助SPSS20.0进行处理,百分数对计数数据表示,卡方检测,计量数据则以均值±标准差表示,t检测,P<0.05差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 两组症状改善用时统计

观察组腹痛症状改善用时为(3.24±1.22) d,对照组为(6.11±1.04) d,对比t=10.028, P=0.001<0.05。在腹胀症状改善用时上,观察组为(3.11±1.34) d,对照组为(5.85±0.93) d,对比t=11.022, P=0.001<0.05。在排便困难症状改善时间上,观察组为(4.57±1.61) d,对照组为(7.04±1.49) d,对比t=13.253, P=0.001<0.05。

2.2 两组症状积分统计

在腹痛症状积分方面,治疗前观察组为(6.88±1.22),对照组为(6.79±1.03),对比无差异,t=1.292, P=0.993>0.05。在治疗后,观察组为(4.22±0.67),对照组为(5.86±0.92),对比t=11.273, P=0.001<0.05。

在腹胀症状积分方面,治疗前观察组为(6.98±1.41),对照组为(6.85±1.14),对比无差异,t=1.545, P=0.524>0.05。在治疗后,观察组为(4.11±0.46),对照组为(5.75±0.75),对比t=10.454, P=0.001<0.05。

在排便困难症状积分方面,治疗前观察组为(7.01±1.14),对照组为(7.11±1.02),对比无差异,t=1.585, P=0.497>0.05。在治疗后,观察组为(3.55±0.72),对照组为(5.42±0.72),对比t=12.254, P=0.001<0.05。

在大便性状异常症状积分方面,治疗前观察组为(6.32±1.14),对照组为(6.36±1.32),对比无差异,t=1.524, P=0.795>0.05。在治疗后,观察组为(3.41±0.71),对照组为(5.15±0.49),对比t=10.424, P=0.001<0.05。

2.3 两组不良反应统计

在恢复过程中,观察组1例患者出现恶心症状,1例出现呕吐症状,对照组4例出现呕吐症状,2例出现恶心症状,对比 $\chi^2=9.827$, P=0.001<0.05。

3 讨论

慢性便秘在临床一直保持有较高的发生率,为当前影响老年人健康的主要病症类型,肠道蠕动功能出现异常为该部分患者主要表现,食物残渣长时间滞留在患者肠道中,无法及时排出。部分患者3~4天才能排便一次,粪便性状较为干结,病症会对患者日常生活造成较大影响。从当前临床接诊情况可以发现,在多方面因素的影响下,老年慢性便秘患者存在有明显增加的趋势。且结合临床研究可见,若患者慢性便秘症状未及时得到改善,在病症长时间的作用下,会增加患者其他消化系统病症的发生率^[3]。因此,在临床治疗的过程中,为促使该部分患者可以尽快进行恢复,需采取更为科学的治疗方案进行治疗。在常规治疗方案中,临床主要指导患者口服导泻类药物进行治疗,针对患者胃肠道功能进行刺激,加快胃肠道蠕动速度。但结合临床治疗可以发现,部分患者在使用泻药进行治疗的过程中,容易出现药物依赖,且停止用药后便秘症状容易复发,无法保障远期治疗效果。且部分老年患者因综合体质较弱,不适合使用导泻类药物进行治疗。

结合实际可知,导致老年人出现慢性便秘症状的原因较为复杂,临床症状具备不典型性且多数患者合并存在有其他基础性病症,心理压力较大。在进行治疗的过程中,为促使患者可以尽快进行恢复,更需要从多个层面进行治疗。全科治疗为当前临床治疗慢性疾病最为主要的治疗方案,与常规治疗方案相比,全科治疗更具备全面性与科学性。由心理医师及时了解患者的心理状态,评估患者心理压力,并进行针对性的干预,帮助患者对慢性便秘进行科学的认识,并认识到当前治疗方案的有效性等,可以帮助患者康复的信心得到建立。对患者恢复期间饮食进行科学指导,可以帮助患者养成科学的饮食习惯,避免不健康饮食影响到消化道功能。指导患者适当增加日常饮水量,保障正常饮水,可以达到润肠、通便的作用^[4]。指导患者积极开展运动锻炼,可以达到促进肠道蠕动的的作用,有

助于提升消化系统功能。同时,可以达到增强患者体质,促进代谢的目的,同样有助于患者进行恢复。科学开展中医针灸治疗,结合对特定穴位进行有效刺激,可以达到促进血液循环,改善肠道功能,改善气血的目的,促使患者便秘症状得到缓解。结合患者具体临床症状,科学使用药物进行治疗,能够促使患者在恢复早期便秘症状迅速改善,缓解对应临床症状。指导患者在恢复过程中保持科学的生活习惯,保障日常睡眠质量,对于帮助患者恢复,改善对应症状同样具备有作用。

在本次研究中,观察组患者在治疗过程中则进行全科治

疗,结合观察可以发现,与常规治疗方案相比,在全科治疗过程中,能够促使患者腹胀、便秘以及腹痛等症状迅速改善,加快患者恢复速度,治疗过程的安全性相对较高,患者不良反应较少,有助于患者进行恢复并保障患者在恢复期间生活质量,效果较为理想。在黄磊等^[5]研究中指出,在对老年慢性便秘患者治疗时进行全科治疗,可以有效保障临床对该部分患者的治疗效果,迅速改善患者便秘症状,与本次研究结果相符。

综合本次研究,在对老年慢性便秘患者进行治疗中可优先开展全科治疗,达到帮助患者进行恢复的目的。

参考文献:

- [1] 马卫涛,田密昌,张团结.乳果糖联合双歧杆菌四联活菌片治疗老年慢性功能性便秘临床效果分析[J].内科,2021,16(02):176-178+220.
- [2] 胡晓雯.常规泻药治疗与全科治疗老年慢性便秘的临床效果观察[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(52):14-15.
- [3] 吕良,高磊,穆晓燕.全科治疗老年慢性便秘临床效果分析[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(31):33.
- [4] 梁利东.常规泻药治疗与全科治疗老年慢性便秘的临床效果[J].人人健康,2019,8(12):249.
- [5] 黄磊.对老年慢性便秘患者采用全科疗法进行治疗的效果评析[J].当代医药论丛,2019,17(06):33-34.