

# 互联网的目标化健康教育在痔疮术后护理中的效果

唐兰娜

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

**【摘要】**目的：探究互联网的目标化健康教育在痔疮术后护理中的应用效果。方法：选取2022年1月-2023年1月笔者医院治疗的124例实施痔疮手术治疗的患者为研究对象，随机分为对照组和观察组，对照组（62例，常规术后护理），观察组（62例，常规护理+互联网的目标化健康教育）。比较两组生活质量、护理满意度、术后各项指标恢复情况、并发症发生率。结果：观察组术后各项生活质量评价指标均优于对照组；护理满意度为96.8%，明显高于对照组， $X^2=5.6489$ ；观察组术后各项指标恢复情况也优于对照组；并发症发生率为4.8%，明显低于对照组， $X^2=5.1795$ ，（ $P<0.05$ ）。结论：临床上针对痔疮术后患者在常规护理基础上实施互联网的目标化健康教育可以起到很好的护理效果，患者术后生活质量明显改善，术后各项指标恢复效果较为明显，并发症发生率明显降低，对于提高患者对护理工作的满意度具有重要意义。互联网的目标化健康教育在临床护理工作中有着较高的应用价值，此种健康教育模式值得推广。

**【关键词】**：痔疮术后；护理工作；互联网；目标化；健康教育

DOI:10.12417/2705-098X.23.11.055

## The Effect of Targeted Health Education on Internet in Postoperative Care of Hemorrhoids

Lanna Tang

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

**Abstract:** Objective: To explore the application effect of targeted health education on the Internet in postoperative care of hemorrhoids. Method: A total of 124 patients who underwent hemorrhoid surgery in our hospital from January 2022 to January 2023 were selected as the study subjects. They were randomly divided into a control group and an observation group, with a control group of 62 cases receiving routine postoperative care and an observation group of 62 cases receiving targeted health education through routine care and the Internet. Compare the quality of life, nursing satisfaction, postoperative recovery of various indicators, and incidence of complications between the two groups. Result: The evaluation indicators of postoperative quality of life in the observation group were better than those in the control group; The nursing satisfaction rate was 96.8%, significantly higher than the control group, with  $X^2=5.6489$ ; The postoperative recovery of various indicators in the observation group was also better than that in the control group; The incidence of complications was 4.8%, significantly lower than the control group, with  $X^2=5.1795$  ( $P<0.05$ ). Conclusion: In clinical practice, implementing targeted health education through the Internet on the basis of routine care for postoperative patients with hemorrhoids can achieve good nursing outcomes. The quality of life of patients after surgery has significantly improved, and the recovery effect of various postoperative indicators is relatively obvious. The incidence of complications is significantly reduced, which is of great significance for improving patients' satisfaction with nursing work. The targeted health education of the Internet has high application value in clinical nursing work, and this health education model is worth promoting.

**Keywords:** Postoperative hemorrhoids; Nursing work; Internet; Targeting; Health education

肛肠科最常见的疾病之一就是痔疮。临床上针对痔疮一般采用手术治疗。手术治疗痔疮效果较好，但是因为手术本身具有一定的创伤，一些患者内心会产生较强的畏惧感和恐慌感，导致患者出现不同程度的应激反应<sup>[1-2]</sup>。针对痔疮术后的患者需要落实一系列的术后护理措施，但是大量临床实践显示针对痔疮术后患者采用常规护理方式效果不明显，要想进一步提高痔疮术后患者护理效果，需要结合时代发展特点全面落实互联网的目标化健康教育，细化痔疮术后患者护理内容，进一步提高护理质量<sup>[3-4]</sup>。本文以124例痔疮术后患者为研究对象，分析互联网目标化健康教育的实施效果，所述如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取2022年1月-2023年1月笔者医院治疗的124例实施痔疮手术治疗的患者为研究对象，随机分为对照组和观察组，各62例。对照组男女比例30:32，最小年龄21岁，最大66岁，平均（45.11±3.04）岁；观察组男女比例31:31，最小年龄20岁，最大67岁，平均（43.12±3.41）岁。两组患者一般资料差异不大，（ $P>0.05$ ）无统计学意义。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组护理方法

对照组采取痔疮术后常规护理模式，护理人员要全面落实患者术后健康教育，指导患者保持健康的饮食习惯，针对每位患者的实际情况制定个性化的运动方案，使得患者机体各个方面的功能尽快恢复。护理人员按照医生开具的医嘱为患者落实各项治疗，密切观察患者生命体征，尤其是大小便以及切口部位的出血情况。一旦发现切口部位异常出血或者患者生命体征不正常要及时通知医生，配合医生做好患者的各项治疗<sup>[5-6]</sup>。

### 1.2.2 观察组护理方法

观察组在常规护理基础上采取互联网的目标化健康教育。一是针对互联网的目标化健康教育要制定每位痔疮术后患者互联网健康教育档案，在互联网健康教育平台中落实每位患者个性化的健康指导。其中痔疮患者互联网教育平台要纳入患者模块使用端和医护模块使用端。护理人员通过医护模块使用端落实痔疮后患者的健康指导。这要求科室每一位护理人员熟练操作互联网痔疮患者教育平台，熟悉该平台包括的各项功能。此外，护理人员要教会患者如何正确使用患者模块使用端，通过患者模块使用端学习关于痔疮术后更多的护理知识；二是护理人员要借助调查问卷的形式落实痔疮术后患者的问卷调查，了解痔疮术后患者存在的具体问题，将这些问题进一步汇总，明确对应问题护理对策<sup>[7-8]</sup>；三是科室要安排专业的医护人员每周录制关于痔疮术后的健康宣教视频，并将健康宣教视频上传到痔疮患者互联网教育平台，患者可以登录自己对应的使用端口进行学习，接触更多关于痔疮相关的知识；四是痔疮互联网教育平台里面的内容要及时更新，且注意平台内容的完整性，包括痔疮诱发因素、注意事项、手术方法、手术流程、常用药物、排便注意事项、术后并发症的预防以及处理对策等<sup>[9-10]</sup>。完善且详细的健康内容可以增强痔疮术后患者自我护理意识；五是痔疮患者互联网教育平台中要组建病友交流群，为痔疮患者彼此之间的交流互动创造条件，分享彼此的术后护理经验，提高患者自我护理能力<sup>[11-12]</sup>；六是科室可以设置专门的咨询电话，咨询电话用来解决痔疮术后患者存在的疑虑，此种在线解疑答惑的方式不受时间和地点的限制可以满足患者24小时的服务需求；七是护理人员指导患者正确的提肛运动方式，指导患者康复训练，以免增强术后患者肛门括约肌的功能。训练时护理人员可以戴上一次性手套，将石蜡油涂抹在手套上，协助患者采取侧位，嘱咐患者规律性呼吸，护理人员随后将食指缓缓插入患者肛门，嘱咐患者吸气时收缩肛门和会阴，并屏气十秒，维持该动作不变。呼气时患者肛门和会阴部位肌肉放松，放松十秒钟，再次重复收缩和舒张的动作。也可以指导患者站立时双手叉腰，双足交叉，踮起脚尖，做臀部的抬起和肛门收缩屏气练习，坚持每天练习，三十次为一组，每天练习3组，强度可以根据患者实际情况灵活调整<sup>[13-14]</sup>。

## 1.3 观察指标

比较两组生活质量、护理满意度、术后各项指标恢复情况、并发症发生率。

## 1.4 统计学方法

数据资料用SPSS19.0软件分析，计数资料 $\chi^2$ 检验，(%)表示；计量资料t检验，( $\bar{x} \pm s$ )表示；数据比较显著差异且有统计学意义用 $P < 0.05$ 表示。

## 2 结果

### 2.1 两组生活质量比较

见表1。

表1 两组患者生活质量评分比较 ( $n, \bar{x} \pm s$ )

| 组别   | 对照组 | 观察组          | t            | P      |       |
|------|-----|--------------|--------------|--------|-------|
| 例数   | 62  | 62           |              |        |       |
| 躯体功能 | 护理前 | 51.31 ± 4.41 | 53.31 ± 4.41 | 1.2474 | >0.05 |
|      | 护理后 | 60.31 ± 4.41 | 72.31 ± 4.41 | 6.2145 | <0.05 |
| 社会功能 | 护理前 | 54.31 ± 4.41 | 54.41 ± 4.41 | 1.4471 | >0.05 |
|      | 护理后 | 62.31 ± 4.41 | 78.31 ± 4.41 | 5.3274 | <0.05 |
| 角色功能 | 护理前 | 55.31 ± 4.41 | 54.31 ± 3.41 | 1.3836 | >0.05 |
|      | 护理后 | 63.31 ± 4.41 | 79.31 ± 4.41 | 5.1425 | <0.05 |
| 情绪功能 | 护理前 | 53.31 ± 4.31 | 54.21 ± 4.41 | 1.3457 | >0.05 |
|      | 护理后 | 62.31 ± 4.41 | 78.31 ± 4.41 | 6.3264 | <0.05 |

### 2.2 两组护理满意度比较

见表2。

表2 两组患者护理满意度比较 (n, %)

| 组别       | 例数 | 非常满意 | 满意 | 不满意 | 总满意度   |
|----------|----|------|----|-----|--------|
| 对照组      | 62 | 17   | 25 | 20  | 67.7   |
| 观察组      | 62 | 47   | 13 | 2   | 96.8   |
| $\chi^2$ |    |      |    |     | 5.6489 |
| P        |    |      |    |     | <0.05  |

### 2.3 两组术后各项指标恢复情况比较

见表3。

表3 两组术后各项指标恢复情况比较 ( $n, \bar{x} \pm s$ )

| 组别           | 对照组          | 观察组         | t       | P     |
|--------------|--------------|-------------|---------|-------|
| 例数           | 62           | 62          |         |       |
| 首次排尿时间 (h)   | 15.12 ± 1.34 | 8.12 ± 1.31 | 9.6412  | <0.05 |
| 首次下床活动时间 (h) | 11.12 ± 1.21 | 7.62 ± 1.41 | 5.3186  | <0.05 |
| 疼痛持续时间 (d)   | 8.12 ± 1.41  | 6.12 ± 1.31 | 6.31741 | <0.05 |
| 切口愈合时间 (d)   | 9.52 ± 2.30  | 6.52 ± 2.41 | 8.3145  | <0.05 |

|            |            |            |        |       |
|------------|------------|------------|--------|-------|
| 排便用时 (min) | 40.12±3.29 | 20.52±3.31 | 7.6156 | <0.05 |
| 住院时间(d)    | 10.12±2.29 | 7.12±2.29  | 6.3287 | <0.05 |

## 2.4 两组并发症发生率比较

见表4。

表4 两组并发症发生率比较 (n, %)

| 组别    | 对照组  | 观察组 | X <sup>2</sup> | P     |
|-------|------|-----|----------------|-------|
| 例数    | 62   | 62  |                |       |
| 尿潴留   | 3    | 0   |                |       |
| 切口出血  | 3    | 1   |                |       |
| 创面感染  | 4    | 0   |                |       |
| 肛门水肿  | 1    | 1   |                |       |
| 便秘    | 3    | 1   |                |       |
| 肛门坠胀时 | 3    | 0   |                |       |
| 总发生率  | 27.4 | 4.8 | 5.1795         | <0.05 |

## 3 讨论

痔疮在临床上较为常见,该疾病好发于不同的年龄段。手

### 参考文献:

- [1] 赵瑛,冯哲,宋丹,等.基于互联网的个性化健康教育联合提肛运动在痔疮术后护理中的应用价值[J].山西医药杂志,2022,51(10):1197-1199.
- [2] 黄慧君,朱美婷,蔡金菊.护理健康教育在肛肠疾病合并高血压患者中的应用价值分析[J].心血管病防治知识,2019(8):66-68.
- [3] 张莉婷,梁丹丹.健康教育护理在肛肠疾病患者中的应用研究[J].健康管理,2021(16):250.
- [4] 吴彩霞.探析健康教育护理在肛肠疾病患者中的应用[J].健康之友,2019(14):242.
- [5] 王彩,刘红.肛肠疾病术后尿潴留的原因分析及护理对策[J].中国实用医药,2018,13(27):158-159.
- [6] 方晓燕,周莉,邵益红,等.信息平台联合电话随访模式在肛肠疾病日间手术患者延续性护理中的应用[J].婚育与健康,2022,28(2):73-74.
- [7] 周丽.糖尿病患者肛肠疾病术后护理与非糖尿病患者术后护理的对比研究[J].双足与保健,2018,27(6):117,119.
- [8] 刘国涛,李子放.健康教育在肛肠疾病患者治疗时的应用效果分析[J].中国社区医师,2020,36(24):186-187.
- [9] 傅爱民.分阶段健康教育在肛肠科护理中的实施效果分析[J].中国肛肠病杂志,2019,39(7):62-63.
- [10] 张秀花.分阶段健康教育在肛肠科术后护理中的应用效果观察[J].中国肛肠病杂志,2022,42(1):51.
- [11] 谭燕,骆小燕.探讨分阶段健康教育在肛肠科患者护理工作中的应用价值[J].中国保健营养,2019,29(1):182.
- [12] ZUGAI, JOEL SEBASTIAN, ORR, FIONA, LEVETT-JONES, TRACY. Online Gamified Quizzes in Undergraduate Mental Health Nursing Education: Thematic Analysis of Students' Qualitative Views[J]. Issues in mental health nursing,2022,43(8):789-793.
- [13] RYAN MICHAEL F.ODUCADO, MARY KRISTINE Q.AMBOY, AYESHA C.PENUELA, et al. Instructors' caring behaviors, burnout, satisfaction, and academic performance of nursing students in online education and the pandemic era[J]. 护理前沿 (英文版),2022,9(4):431-437.
- [14] FILIZ ASLANTEKIN ?Z?OBAN, SIBEL ERGÜN, YASEMIN ERKAL AKSOY. Effects of health literacy education on adaptation to pregnancy, self - efficacy, fear of childbirth and health literacy in Turkish pregnant women: A randomized, controlled trial[J]. Health & social care in the community,2022,30(2):e537-e549.

术作为痔疮的常见治疗方式,术后如果单纯采用传统护理方式则护理效果不理想,难以降低患者术后并发症发生率。针对传统护理存在的不足需要全面落实互联网的目标化健康教育,借助此种护理模式进一步提高痔疮术后护理质量。

互联网的目标化健康教育医护人员借助健康教育系统可以细化患者健康教育内容,将疾病相关知识、手术方式、手术流程、术后注意事项以及康复训练的方式等详细告诉患者可以帮助患者养成积极健康的生活习惯。尤其是提肛运动对痔疮术后患者并发症的预防非常重要,可以增强患者肛门括约肌的功能,使得患者控制自主排便的能力增强。本次研究中观察组采用常规护理+互联网的目标化健康教育结果显示观察组术后各项生活质量评价指标均优于对照组;护理满意度为96.8%,明显高于对照组, X<sup>2</sup>=5.6489;观察组术后各项指标恢复情况也优于对照组;并发症发生率为4.8%,明显低于对照组, X<sup>2</sup>=5.1795, (P<0.05)。这说明互联网的目标化健康教育护理效果更为理想,可以显著改善患者生活质量,降低并发症发生率,提高患者护理满意度。

综上所述,临床上针对痔疮术后患者采用互联网的目标化健康教育非常重要,可以积极推广开来。