

# 基于微信群的健康教育在痛风患者疾病认知 和疾病复发中的效果

李霞 祝成红 朱艳秋 陈洁 李士芝<sup>通讯作者</sup>

火箭军特色医学中心 北京 100088

**【摘要】**目的：探讨微信群健康教育在痛风患者出院后疾病认知和预防病情复发中的效果。方法：将2017年5月至2019年5月在内分泌科出院的100例痛风患者采用等距随机抽样法分为对照组50例和观察组50例。对照组采用常规健康教育加随访，观察组采用出院后持续6个月的微信群健康教育干预。评价并比较两组患者出院时、出院后1个月、3个月及6个月的疾病认知情况、尿酸值和出院1年内的复发情况。结果：两组患者出院时疾病认知和尿酸值比较无明显差异（ $P>0.05$ ）；出院后1个月、3个月和6个月时，两组患者疾病认知总分比较，观察组高于对照组（ $P<0.05$ ），差异具有统计学意义；两组患者尿酸值及1年内复发率比较，观察组均低于对照组（ $P<0.05$ ），差异具有统计学意义。结论：微信群健康教育有利痛风患者得到医护人员持续、及时的帮助与支持、得到患友的鼓励与抗病经验分享，有利于疾病知识的持续获得与更新，从而提高痛风患者疾病认知程度和控制尿酸水平，有利于防止病情复发。

**【关键词】**：痛风；微信群；健康教育；疾病认知；复发

痛风在临床较为常见，是一种复杂的终身性疾病，痛风所引起的关节肿胀、疼痛甚至变形、功能障碍，给患者躯体和心理造成了严重影响，并且随着患者病情的不断进展，还会引起心血管疾病、增加患者死亡发生风险<sup>[1]</sup>。因此，对于痛风患者，预防大于治疗。痛风病因复杂，患者对于疾病的危害性认识不足，导致患者病情稳定出院后对自身疾病关注度不足<sup>[2]</sup>，疾病复发率高；痛风患者在住院期间所形成的照护环境在出院后被打破，患者不良生活方式重现，病情复发几率增加，因此，做好痛风患者出院后的延续护理、指导患者如何预防痛风复发成为当务之急。当今社会，微信广泛普及，依托信息技术对痛风患者实施干预成为了研究领域内热点话题。我科室在大量查阅文献及临床经验总结基础上，建立了痛风患者微信交流群，为评价此交流群对促进痛风患者疾病认知和预防痛风复发的效果，特进行了此研究，本次研究内容如下。

## 1. 对象与方法

### 1.1 一般资料

采用等距随机抽样法将2017年5月~2019年5月于我院出院的100例痛风患者分为采取常规健康宣教加随访的对照组及采取基于微信交流群健康教育的观察组各50例。所有患者均符合痛风诊断标准并确诊。对照组中男39例、女11例；年龄34岁~67岁，平均年龄（45.37±1.26）岁；病程时间1.5年~10年，平均病程（5.34±0.16）年；受教育程度：本科及以上31例、高中及以下19例。观察组中男36例、

女14例；年龄32岁~69岁，平均年龄（45.41±1.28）岁；病程时间2年~10年，平均病程（5.39±0.14）年；受教育程度：本科及以上34例、高中及以下16例。两组痛风患者一般资料比较无统计学差异（ $P>0.05$ ）见表1，可分组对比。纳入标准：（1）熟练掌握微信使用；（2）意识清楚且依从性好。排除标准：（1）合并各种严重并发症或存在精神障碍者；（2）不同意此次研究方案者。

### 1.2 方法

对照组采取常规健康教育加随访，在患者出院前一天给予出院指导，讲解出院后需要注意事项、痛风患者日常护理、痛风患者饮食及运动等内容。患者出院后，责任护士追踪指导。责任护士在患者出院后第一个月以周为单位进行电话交流，第二个月起，每两周一次进行电话随访，每1个月进行上门随访，对患者存在的问题进行解答并开展生活及用药方面的指导，监督指导患者改变不健康的生活方式并定期回院复诊。

观察组采取基于微信交流群的健康教育，指定本组患者中责任意识强、自我管理能力强、沟通能力强、具有丰富疾病知识的患者担任微信群群主，建立名为“痛风教育”的微信交流群并将观察组中所有患者拉入群中，指定1名护士加入群中并定时推送痛风相关知识和内容。由群主每周组织1次微信交流活动，在交流中重点探讨如何预防痛风的复发，痛风复发的易发因素有哪些，痛风患者日常护理、痛风患者饮食及运动注意事项，督导患者定期进行体检（每月1次的血

压、尿酸），正确的服用药物，指导如何饮食。微信群的建立有助于痛风患者之间展开无障碍沟通交流，对日常生活中所存在的问题进行群分享，由群主负责进行解答，当群主无法有效回答时，由群中的护士就相应问题进行一一解答和分析。在交流过程中鼓励每位患者分享体会并积极探讨，以形成相互分享、相互学习、相互监督的局面。

两组患者均接受为期6个月的干预。

### 1.3 观察指标

将患者对痛风知识的掌握程度（问卷调查）、尿酸值及复发率选为观察指标。采用我院自制的调查问卷对两组患者的疾病知识掌握情况进行评价，满分为100分，分数越高，代表其对痛风的认知情况越好。在本研究中，该问卷的Cronbach's  $\alpha$ 系数为0.825，内容效度指数为0.905。本研究共发放问卷100份，回收有效问卷100份，有效回收率100%。

### 1.4 统计学方法

本次研究中所有数据均采用SPSS22.0统计软件进行处理，计量资料采用均数±标准差（ $\bar{x} \pm s$ ）表示， $P < 0.05$ 表示差异具有统计学意义。

## 2. 结果

### 2.1 两组患者入院时一般资料比较无明显差异（ $P > 0.05$ ），见表1。

表1 对照组和观察组一般资料比较

	对照组(n=50)	观察组(n=50)	p
年龄(年)	45.37±1.26	45.41±1.28	>0.05
女性	11 (22.0%)	14 (28.0%)	>0.05
痛风病程(年)	5.34±0.16	5.39±0.14	>0.05
学历(高中及以下)	19	16	>0.05

对照组与观察组患者在年龄、性别、病程、学历方面比较无明显差异（ $P > 0.05$ ）。

2.2 两组患者出院时、出院1个月、3个月、6个月时疾病认知情况比较 两组患者出院时，对痛风知识的认知程度比较无明显差别（ $P > 0.05$ ），出院后1个月、3个月、6个月，观察组患者对痛风疾病的认知程度均高于对照组，差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ），见表2。

表2 两组患者疾病知识认知程度比较（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	出院时 n=50	出院后1个月 n=50	出院3个月 n=50	出院6个月 n=50
对照组	88.85±6.57	80.85±4.53	84.98±4.78	76.09±2.52
观察组	89.26±5.26	92.26±4.36	93.89±4.09	94.25±2.16
P	>0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 两组患者出院时尿酸值均在正常范围内且两组间无明显差别，患者出院后1个月、3个月、6个月尿酸值及1年内复发情况比较，观察组患者显著低于对照组患者，（ $P < 0.05$ ），见表3。

表3 两组患者尿酸值及复发率比较[n(%)]

组别	n	1个月尿酸 ( $\mu\text{mol/L}$ )	3个月尿酸 ( $\mu\text{mol/L}$ )	6个月尿酸 ( $\mu\text{mol/L}$ )	复发(%)
对照组	50	354.74±64.08	371.94±55.34	367.00±64.03	11 (22)
观察组	50	293.76±77.02	322.38±70.39	317.36±65.56	3 (6)
X <sup>2</sup> /t		4.304	3.914	3.830	5.316
P		0.022	0.000	0.000	0.021

## 3. 小结

痛风是由于单钠尿酸盐沉积而引起的组织学破坏，临床表现为与晶体相关的关节病。高尿酸血症是引起痛风发作的主要原因。人们生活方式的改变、老龄化进程的加快等因素影响，导致痛风发病率逐年增加<sup>[3-4]</sup>。痛风所引起的关节疼痛、变形，严重影响患者正常生活，危害人类身体健康<sup>[5]</sup>。痛风患者疾病知识的匮乏、意识领域的误区，导致患者痛风病情控制不理想，因此，做好痛风患者持续有效的健康教育是医务人员工作的重点。常规护理干预在临床较为常用，但教育存在局限性，侧重于住院期间患者的管理，对护理问题缺乏持续性关注，在一定程度上影响着护理质量及护理效果<sup>[6]</sup>。

信息技术的快速发展，微信软件的出现丰富了疾病干预手段，借助微信群开展健康教育已成为医学发展趋势<sup>[7]</sup>。微信群将同类患友聚在一起，利用同伴教育效应，以实现提高干预效果、达到有效预防及控制患者病情的目的<sup>[8]</sup>。迄今为止，在国外已有借助Email、电话等形式开展健康教育而取得一定成效的报道，患者用药依从性及自我管理能力的自我管理能力大幅度提高<sup>[9]</sup>。借鉴已有成果，利用微信群为痛风患者进行出院后持续有效的追踪护理是一种行之有效的干预举措。

本次研究中两组痛风患者干预前尿酸值、对疾病的认知程度均无明显统计学差异且尿酸值在正常范围，进行微信群健康教育干预后，观察组各指标则较采用传统健康教育

加随访的对照组更佳, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 证明此种干预模式有效提高了痛风患者疾病认知度, 有助于患者采用正确生活方式, 预防疾病复发。微信操作简单, 不受时间、空间及地域影响, 尤其适用于新冠疫情常态化防控下倡导少聚集形势。通过微信群大家彼此分享亲身经历, 为其他患者进行提醒、监督, 共同战胜疾病。二十一世纪互联网时

代的到来, 微信及相似软件所具有的应用价值越来越凸显, 结合信息技术的新型干预手段更值得期待。

综上所述, 基于微信交流群的健康教育有助于促进痛风患者坚持正确的生活方式, 预防痛风复发, 值得在今后临床工作中进行推广使用。

### 参考文献:

- [1] Li H, Mao XH. Effects of nursing intervention on lung infection prevention in patients with tracheotomy[J]. *Medicine*, 2019,98(37):e17063.
- [2] Sarayani A, Mashayekhi M, Nosrati M, et al. Efficacy of a telephone-based intervention among patients with type-2 diabetes: a randomized controlled trial in pharmacy practice [J]. *Int J Clin Pharm*,2018,40 (5):1-9.
- [3] 周静, 陈珏, 高洁. 品管圈活动在门诊痛风患者健康教育中的应用[J]. *解放军护理杂志*, 2017, 23(18): 64-66.
- [4] 万云芝, 肖红秀, 邓丽贵.“品管圈”活动在提高门诊患者满意度中的作用[J]. *海南医学*, 2017, 28(20): 3432-3434.
- [5] 吴颖其, 方明, 鲁迪, 等. 品管圈在减少门诊药房患者候药时间中的应用与效果分析[J]. *中国药房*, 2017, 26(1): 87-90.
- [6] 徐安琪, 黄林敏, 郑淑瑛. 营养健康宣教结合心理干预对痛风性肾病患者饮食习惯认知程度和疾病自控能力的影响 [J]. *中国药物与临床*, 2018, 18 (12) : 2277-2278.
- [7] 康烁, 王绵, 高俊香, 等. 基于微信平台的延续护理对 2 型糖尿病患者应对方式及自我管理行为的影响[J]. *解放军护理杂志*, 2017, 34 (4) :16-20.
- [8] 莫明露, 段明香, 王太武, 等. 基于信息化平台的社区人群糖尿病干预模式的构建和评价[J]. *第三军医大学学报*, 2017, 39 (10) :1056-1062.
- [9] J. Novo,A. Hermida,M. Ortega,et al. Hydra: A web-based system for cardiovascular analysis, diagnosis and treatment[J]. *Computer Methods and Programs in Biomedicine*,2017,13(9):61-81.