

清单管理在类风湿关节炎患者健康教育中的应用效果

席丽君

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：目的：针对类风湿关节炎病例行以清单管理理念下的健康教育模式的效果进行阐述研究。方法：选取类风湿关节炎病例共200名，依照随机抽取法分成A组和B组，对B组病例仅行以常规教育，对A组病例用清单管理理念下的健康教育干预。观察并研究两组病例对于护理工作的满意程度、对于治疗和护理工作的依从性、对于类风湿关节炎相关知识的掌握情况。结果：接受不同模式的健康教育以及辅助护理措施之后，A组病例无论是在满意程度、依从情况以及知识知晓上均明显优越于B组病例，且均有 $P<0.05$ 存在。结论：临床对类风湿关节炎病例行以健康教育的过程中适当应用清单管理理念，能够大大提升其满意度，而且也更加愿意配合治疗和护理，值得推广。

【关键词】：类风湿关节炎；清单管理；健康教育

在医学临床当中，类风湿性关节炎属于一种慢性的免疫性病变，该病症在常规治疗下很难真正意义上的根治，迁延不愈、反复发作的问题十分严重，甚至还有较高的致残隐患^[1]。由此，进行常规性治疗的基础之上，必须要行以有效的健康指导和护理教育，以保证患病者能够对该病有一个较为客观的认知，并且养成良好的习惯，积极配合医护人员的工作^[2]。本次研究将结合清单管理理念下的健康教育对于类风湿性关节炎患者起到的积极影响展开分析，具体报告如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

从我院在近两年内（即2019年11月至2021年2月期间）接诊的病例当中选取类风湿关节炎症状患者共200名，依照随机抽取法分成A组和B组，均衡保证每组内含有100名病例，A组涵盖男性病例52名、女性病例48名，年龄范围在30岁到66岁之间；B组涵盖男性病例51名、女性病例49名，年龄范围在29岁到65岁之间。全部病例在一般资料上无显著差异，且已经排除存在严重器质性病变、精神状态不稳定、不愿意配合研究等特殊状况，符合伦理学相关标准。

1.2 方法

对B组病例仅行以常规教育，包括：病例入院（或就诊）之初，行以详细的入院介绍，如责任护士、院内基本设施、安全事项等等内容，并且参考医嘱，叮嘱病例用药、药物可能存在的不良作用、日常饮食习惯、锻炼习惯等等；出院（就诊结束离开医院）的时候，则需要再次叮嘱饮食习惯、锻炼习惯以及日常生活注意事项等方面内容，告知类风湿性关节炎的迁延性，如有不适要立刻复诊。

对A组病例用清单管理理念下的健康教育干预，包括：其一，规划健康教育清单，由科室管理人员结合一些有关类

风湿性关节炎症状的临床经验和治疗指导方案，制定出健康教育清单，并且在短时间内，展开针对护理人员的强化培训，对类风湿性关节炎病例的临床基本情况展开系统学习，并且在考核通过之后落实清单任务。其二，展开清单式教育，将清单放置在科室内以便随时对照，针对常规性的健康教育中涉及到的内容，结合不同病例的接受能力以及文化水平，采用不同的阐述形式介绍相关的知识点，预估患者病情发展，介绍不同的注意事项和日常习惯；在心理干预层面，因为病例已经长期受到疾病折磨，心理上势必比较消极或者厌烦，护理人员需要积极纾解病例的不良情绪，以期能够令其重新燃起对抗疾病、面对生活的信心。需要注意的是，因为类风湿性关节炎症状本身分成三个时期，因此，在清单中要标注不同发病周期的功能锻炼指导任务，比如，急性期要叮嘱患者不要过度运动，同时注意保暖和防潮湿，有条件的情况下可以采取热敷的方式来起到一定的促进效果；亚急性期则要适当提升关节活动度，进行简单的关节锻炼，以维持肌肉功能和骨关节活动能力；慢性期患者一般病情较为稳定，因此正确运动、注意休息即可。其三，在病例治疗完毕离开医院的时候，叮嘱饮食习惯、运动习惯等，与常规教育基本接近。

1.3 临床观察指标

观察并研究两组病例对于护理工作的满意程度、对于治疗和护理工作的依从性、对于类风湿关节炎相关知识的掌握情况，均使用调查问卷进行分批次调研，以病例主诉为主、医护人员观察为辅，统计数据。

1.4 统计学方法

结合观察指标当中所需的数据类型，择取统计学软件SPSS20.0对数据予以处理，针对涉及到概率的计数资料，使用 $(n, \%)$ 进行表示，并取 χ^2 检验。本次研究当中，统

计学结果出现 $P < 0.05$ 的情况下为有明显差异。

2 结果

参考表 1:

表 1 200 名病例的护理情况对照表 (单位: $n, \%$)

组名	满意程度	依从情况	知晓水平
A 组 ($n=100$)	93 (93.00%)	95 (95.00%)	90 (90.00%)
B 组 ($n=100$)	75 (75.00%)	76 (76.00%)	73 (73.00%)
卡方值	12.054	15.559	9.584
P 值	0.001	0.000	0.002

(注: $P < 0.05$)

3 讨论

类风湿性关节炎症状本身是一种临床中比较常见的慢性、持续性炎性病变,男性和女性群体的发病率并没有明显的区别,但是在年龄稍高的年龄层次上,多见于中老年女性群体。就目前针对该病的护理形式来说,已经从传统的形式逐渐调整到了系统性的健康教育护理形式,督促患者形成科学规范的生活习惯和饮食、锻炼习惯等,这也是现代护理医学针对慢性疾病的一种更加人文性的护理干预措施^[3]。

在本次研究当中所采取的清单管理理念下的健康教育护理模式,较之常规性的健康教育来说,更加有助于患者恢

复关节功能,令患者能更加客观地看待疾病,保持面对疾病的自信心。从满意程度、依从度以及对于疾病知晓的水平上来看,行以清单管理理念的健康教育的 A 组,各项都显著优于 B 组,很好地证明了这一点,另外,该成果也在^[4]的著作中得到了证实,说明较为可靠。

借助清单健康教育模式,护理人员可以更加清晰地认知健康教育的重点以及细化内容,有条理、规范性地展开工作,对于患者和患者家属来说,也对和类风湿性关节炎本身有关的一些基本知识、注意事项等有了更加全面的了解,有助于在日常生活中保持科学的生活习惯,加上这一过程中护患沟通十分密集,大大拉近了护理人员和患者心灵之间的距离,有助于促进和谐氛围构建;同时,因为更加了解类风湿性关节炎症状的基本知识和保持舒适度的技巧,患者和家属也能够更好地理解疾病本身,自然愿意配合医生和护理人员的工作,以便更快恢复健康,除了强化了护理人员健康教育的效果之外,对于疾病恢复也是有促进效果的^[5]。整体来说,清单式的健康教育管理模式,大大改变护理人员针对健康教育方面的正确认知,令健康教育能够深入且细致地渗透到患者和家属的日常生活中,保证有计划地展开服务,真正提升患者临床舒适度。

结语:

综上所述,临床对类风湿关节炎病例行以健康教育的过程中适当应用清单管理理念,能够大大提升其满意度,而且也更加愿意配合治疗和护理,值得在临床当中进行更加广泛的推广以及深度实践应用,以期能够为临床慢性病患者的体验度提升起到一定的积极作用。

参考文献:

- [1] 高洁,董慧珍.健康教育在类风湿性关节炎患者中的应用效果[J].内蒙古医学杂志,2016,48(002):250-252.
- [2] 周小红.探究心理护理及健康教育在类风湿性关节炎患者临床护理中的应用效果[J].中国实用医药,2017,12(008):147-149.
- [3] 张珺,魏蔚,姬海燕,等.授权赋能理论在类风湿关节炎患者健康教育中应用的效果评价[J].中国实用护理杂志,2012,28(025):65-67.
- [4] 高震雷,吴晶,王美玉.健康教育流程单在类风湿关节炎患者的应用观察[J].中国病案,2019,020(009):86-89.
- [5] 程琳,许瑞宝."317 护"住院宣教平台在类风湿关节炎患者中的应用效果[J].中国卫生标准管理,2018,009(008):159-162.