

小儿感冒实施预防护理与健康教育的效果

江 林

洪湖市人民医院 湖北 荆州 433200

【摘要】目的：研究预防护理与健康教育对小儿感冒护理效果的影响。**方法：**选取2020年1月~2021年1月诊治的100例感冒患儿，随机分为研究组与对照组，各50例。对照组实施常规护理措施，实验组实施预防护理与健康教育，对比两组家长对相关知识的认知评分、患儿半年内感冒复发情况、遵医嘱情况、临床症状改善时间、护理满意度。**结果：**护理后实验组家长对相关知识的认知评分高于对照组（ $t=5.4235$, $P=0.0211$ ），住院时间短于对照组（ $t=6.7691$, $P=0.0000$ ）；实验组患儿半年内感冒复发率低于对照组（ $X^2=6.5241$, $P=0.0000$ ）；两组患儿遵医嘱服药评分（ $t=12.8924$, $P=0.0000$ ）、遵医嘱复查评分（ $t=14.4316$, $P=0.0000$ ）、遵医嘱饮食评分（ $t=11.8252$, $P=0.0000$ ），实验组评分均高于对照组；两组患儿咳嗽（ $t=28.2247$, $P=0.0000$ ）、发热（ $t=20.0610$, $P=0.0000$ ）、乏力（ $t=2.9923$, $P=0.0035$ ）、咽痛（ $t=34.5521$, $P=0.0000$ ），实验组均短于对照组；实验组护理满意度高于对照组（ $X^2=4.5236$, $P=0.0213$ ），组间差异显著， P 均<0.05。**结论：**预防护理与健康教育降低小儿感冒的复发率，提高治疗效果。

【关键词】：小儿感冒；预防护理；健康教育；临床护理；应用效果

Effect of preventive nursing and health education on children with cold

Lin Jiang

Honghu People's Hospital, Hubei, Jingzhou, 433200

Abstract: Objective: To study the effect of preventive nursing and health education on children cold nursing. Methods: From January 2020 to January 2021, 100 children with cold were selected and randomly divided into study group and control group, with 50 cases in each group. Routine nursing measures were implemented in the control group, and preventive nursing and health education were implemented in the experimental group. Cognitive score of parents of the two groups on relevant knowledge, recurrence of cold in children within half a year, compliance with medical advice, clinical symptom improvement time and nursing satisfaction were compared. Results: After nursing, the cognitive score of parents in the experimental group was higher than that in the control group ($t=5.4235$, $P=0.0211$), and the hospital stay was shorter than that in the control group ($t=6.7691$, $P=0.0000$). The recurrence rate of cold in the experimental group was lower than that in the control group ($X^2=6.5241$, $P=0.0000$). The scores of medication compliance ($T=12.8924$, $P=0.0000$), review compliance ($T=14.4316$, $P=0.0000$) and diet compliance ($t=11.8252$, $P=0.0000$) in the two groups were higher in the experimental group than in the control group. Cough ($t=28.2247$, $P=0.0000$), fever ($t=20.0610$, $P=0.0000$), fatigue ($t=2.9923$, $P=0.0035$), sore throat ($t=34.5521$, $P=0.0000$) were shorter in the experimental group than in the control group. The nursing satisfaction of the experimental group was higher than that of the control group ($X^2=4.5236$, $P=0.0213$), and the difference between the groups was significant, all P < 0.05. Conclusion: Preventive nursing and health education can reduce the recurrence rate of cold in children and improve the therapeutic effect.

Keywords: Children cold; Preventive nursing; Health education; Clinical nursing; Application effect

小儿感冒是因为多种原因导致的上呼吸道炎性疾病，也是小儿比较常见的疾病类型。在临幊上有90%以上的感冒患儿都是因为病毒感染所致，由于小儿呼吸道解剖结构的特殊性与机体抵抗力较低等原因，感冒的概率比较高^[1]。如果患儿的营养摄入不足，护理不及时或护理措施不当，就会导致病程延长，引起肺炎的发生，对患儿的身体健康有着严重的影响。因此，在治疗期间，应该做好相关预防护理与健康教育工作，来达到最佳的治疗效果。在相关研究中显示，预防护理与健康教育的实施，可以帮助提高患儿家属对疾病的

认知，避开感冒的危险因素，积极降低并发症的发生^[2]。为此，本文中进行了以下研究。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2020年1月~2021年1月诊治的100例感冒患儿，随机分为研究组与对照组，各50例。实验组男女28:22，平均(4.52±0.85)岁；对照组男女26:24，平均(4.69±0.74)岁，一般资料 $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组：实施常规护理措施，具体为：（1）确保患儿的呼吸道通畅：及时清除呼吸道分泌物，针对分泌物比较粘稠的患儿，可遵医嘱进行雾化吸入治疗，每天两次，每次 15 分钟。确保患儿呼吸道的湿润，促使分泌物尽快排出。（2）生活护理：在感冒发生的初期，就应该给予高度的重视，不管是哪种类型的感冒，都应该保证患儿有充足的睡眠时间。白天也应该注意多休息，依据外面天气的变化及时增减衣物，促使感冒症状好转。（3）饮食护理：患儿在感冒时期，饮食应该清淡，尽量以流食为主，不能食用高热量食物。一岁以内的婴幼儿应该以奶粉或母乳为主，一岁以上的患儿应该以面条、粥为主，不能食用寒凉性食物，在屋里降温时，禁止应用酒精擦拭。由于小儿的呼吸系统发育并不完全，肺部通气受损就会导致肺部炎症的发生，所以，在护理期间应该多食用具有润肺功效的食物。（4）高热护理：患儿在高热状态下，可以适当的服用退烧药物，但是应该注意控制好用药的次数与剂量，不能随意缩短给药时间、增加给药剂量，以免患儿出现休克症状，影响到生命安全。同时，可以采用物理降温的方式，用冷毛巾冰敷颈部、额头等部位。高热会增加患儿的心脏负担，所以，应该指导患儿多饮水，确保有足够的营养物质摄入。

实验组：在上述基础上实施预防护理与健康教育，具体为：（1）预防护理：护理人员应该较强对患儿病房的环境管理，定时通风，以免患儿接触到医院内的其他感染源，对于感冒的高发季节，尽量不带患儿到人多密集的场所，以免发生较差感染；针对已经出现了感冒症状的患儿，应该指导其尽早到医院进行检查、治疗，并且增加患儿的休息时间，尽快改善临床症状。同时，叮嘱家长注意小儿的日常体育锻炼，不断提高机体免疫力，及时了解室外气候的变化，并适当的增减衣物；家长经常带领儿童进行体育锻炼，养成活泼好动的习惯。在生活中，小儿居住的房间应该定期进行湿式清扫，家长不能在卧室内吸烟，房间内定时采取食醋熏蒸法进行消毒，并开窗通风，确保室内空气的清新。（2）健康教育：感冒是一种常见病，在小儿当中有着较高的发病率，该病发生的季节性比较强，因此，应该向患儿家长讲解小儿发生感冒的原因以及影响因素，促使小儿能够避开感冒的高发季节，尽量不去人员密集的场所，室内应该做好通风、消毒工作，在出门前应查看好天气，依据是偶记天气情况来增减衣物，积极预防感冒的发生。

1.3 观察指标

对比两组家长对相关知识的认知程度与住院时间、患儿半年内感冒复发情况、遵医嘱情况、临床症状改善时间护理

满意度。

1.4 数据分析

使用 SPSS20.0 软件纳入研究数据， t 值检验，通过 $(\bar{x} \pm s)$ 表示； x^2 值检验，通过率 (%) 表示，判定统计学差异的标准为 $P < 0.05$ 。

2 结果

2.1 对比两组家长对相关知识的认知程度与住院时间

护理前，实验组与对照组分别为 (74.52 ± 2.63) 分， (73.48 ± 2.89) 分， $(t=2.4528, P=0.6321)$ ， $P > 0.05$ 。护理后，实验组 (90.45 ± 1.52) 分，对照组 (85.41 ± 1.76) 分，实验组高于对照组 $(t=5.4235, P=0.0211)$ ，实验组住院时间为 (3.11 ± 0.52) d，对照组住院时间为 (4.13 ± 0.93) d，实验组短于对照组 $(t=6.7691, P=0.0000)$ ， $P < 0.05$ 。

2.2 对比两组感冒复发率

实验组 $(X^2=6.5241, P=0.0000)$ 总复发率低， $P < 0.05$ ，见表 1。

表 1 对比两组感冒复发率 (n/%; 例)

组别	例数	1 个月	3 个月	6 个月	总复发率
实验组	50	0(0.00%)	1(2.00%)	2 (4.00%)	3 (6.00%)
对照组	50	2(4.00%)	2(4.00%)	7 (14.00%)	11(22.00%)
X ₂	-	-	-	-	6.5241
P	-	-	-	-	0.0000

2.3 对比两组遵医嘱情况

实验组遵医嘱服药评分为 (82.44 ± 5.23) 分，遵医嘱复查评分为 (81.55 ± 4.92) 分，遵医嘱饮食评分为 (85.28 ± 5.64) 分，对照组遵医嘱服药评分为 (71.28 ± 3.18) 分，遵医嘱复查评分为 (70.24 ± 2.55) 分，遵医嘱饮食评分为 (73.5 ± 4.17) 分，实验组各项评分均高于对照组，遵医嘱服药评分 $(t=12.8924, P=0.0000)$ 、遵医嘱复查评分 $(t=14.4316, P=0.0000)$ 、遵医嘱饮食评分 $(t=11.8252, P=0.0000)$ ， $P < 0.05$ 。

3 讨论

小儿感冒属于呼吸系统疾病，比较常见，感冒的发生与病毒、细菌感染、季节变化都有着密切的关联，患儿大多伴

有咳嗽、持续发热与乏力、咽喉部疼痛等症状，再加上小儿的抵抗力比较弱，如果不能及时接受治疗，极易导致鼻窦炎、肺炎、支气管炎等疾病的的发生，不但给治疗增加了一定的难度，对患儿机体发育也有着很大的影响^[3]。目前，临幊上针对小儿感冒主要采用的是口服药物方式进行治疗，来改善患

儿的临床症状，但是如果长期用药，对患儿的器官有一定的损害，所以，应该采取有效的护理措施，来辅助疾病的治疗。

综上，小儿感冒在临幊上比较常见，疾病的治疗与预防一直是临幊关注的重点。预防护理与健康教育可以降低小儿感冒的复发率，提高家长对疾病的认知，缩短症状恢复时间。

参考文献：

- [1] 段政,王卓.家庭护理干预气虚体质反复感冒儿童的临幊观察[J].中国民间疗法,2021,29(16):95-98.
- [2] 王娟,黄丹.小儿感冒发热的临幊观察和综合护理效果分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(26):92,94.
- [3] 李小燕,罗红涛.奥司他韦颗粒联合预见性护理对流行性感冒患儿 IL-6、TNF- α 的影响及安全性分析[J].医学食疗与健康,2021,19(11):92-93.