

探讨饮食护理对肺结核患者的疾病康复及治疗的重要意义

岑妮

(贵州省盘州市人民医院 553537)

摘要:目的 探讨饮食护理对肺结核患者的疾病康复及治疗应用。方法 根据数字表法将我院 2021 年 2 月到 2022 年 3 月期间所收治的 68 例患者分为两组, 对照组与研究组, 各 34 例。其中对照组进行传统常规护理, 研究组实施饮食护理, 对比两组的临床护理满意度与生活质量评分。结果 干预后, 在生活质量评分、总体满意度上, 研究组较对照组优 ($P < 0.05$)。结论 选择饮食护理, 对肺结核患者进行干预, 能够改善其生活质量, 促进疾病的康复质量, 为日后的治疗提供帮助。

关键词: 饮食护理; 肺结核患者; 疾病康复

肺结核作为一种慢性疾病, 不仅会对患者的生理功能带来影响, 还会导致其出现焦躁等不良心理。这种疾病的传播途径为呼吸道, 若长时间得不到有效治疗, 肺结核病人就会出现营养失衡情况。再加上, 肺结核病人需要进行化疗, 所以其不仅要做好基本的治疗, 还要进行饮食干预, 增加营养, 通过科学的营养膳食, 提高肺结核患者的治疗效果。

1 资料和方法

1.1 一般资料

根据数字表法将我院 2021 年 2 月到 2022 年 3 月期间所收治的 68 例患者分为两组, 对照组与研究组, 各 34 例。所有患者都签署了知情同意书, 并且科室进行健康饮食的宣教, 其中对照组男女患者的比例为 18:16; 最小年龄 49, 最大年龄 65 岁, 中位年龄 (54.79 ± 2.37) 岁。研究组: 男 19 例, 女 15 例; 年龄为 47-64 岁, 中位年龄 (53.29 ± 2.17) 岁。比较两组患者的性别和年龄等基础资料, 没有差异性 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组

本组实施常规护理: 入院后, 对其进行健康教育, 观察他们的生命体征, 辅助他们进行各项检查。

1.2.2 研究组

在常规护理上给予此组饮食护理, 具体内容为:

(1) 规律饮食。通过 2 次进餐, 间隔时间为 4-6 小时, 不可以吃得太多, 确保营养的平衡性, 1 天 3 餐要注意对营养的搭配, 最好食一些容易消化饮食。

(2) 高蛋白饮食。由于大部分肺结核病人的身体比较消瘦, 自身抵抗力差, 与机体的消耗增多, 或者是蛋白质分解增强存在直接关系。蛋白质不仅能够提供热量, 更是修复机体的关键材料。若保持高蛋白饮食, 能够为结核灶的修复, 提供更加充足的原料。对此, 在日常的生活中, 肺结核患者要注意高蛋白饮食, 多吃蛋类、鱼类和豆制品等高蛋白食物。其中牛奶具有一定的镇静安神效果, 可以改善睡眠状态。

此外, 要控制对优质蛋白的摄入量, 一般为 $1.5 \sim 2.0g/(d \cdot kd)$, 总量需要低于 $120/d$, 其中优质蛋白一般占蛋白质的 $1/2$ 。总热量大约为 $2500 \sim 3000kcal/d$, 结合患者的体重实现供应。日常生活中, 常见的优质蛋白含量食物为猪瘦肉、黑鱼、鸡蛋、和牛肉等, 若患者饮食习惯不好, 经济能力差, 可以结合蛋白质的互补原理, 对几种营养比较差的蛋白质食物, 按照一定比例配合进行摄入, 做到取长补短, 适当增强氨基酸的比例, 如科学配置谷物与豆类, 注意对高蛋白饮食的合理性配置, 不断提升尿钙排出量。

然而, 钙类对结核灶的影响比较大, 所以说需要增加摄入钙量, 贫血患者要及时补铜、铁等。对于结核病患者, 由于其自身维生素流失, 所以在对其饮食结构进行调整时, 要注意对维生素丰富蔬菜及坚果等食物的摄入。

(3) 低脂肪饮食。若过多摄入高脂饮食, 脂肪会加重人体肝脏的负担, 这会对肝脏功能带来影响。然而, 抗结核治疗用药, 对肝脏有毒副作用。对此, 结核病人需要选择比较清淡的低脂肪食物, 注意蔬菜类, 如黄瓜、丝瓜和白萝卜等, 对于肉类食物。为了维持身体所需的能量, 需要注意对蛋白质摄入量的控制, 每供给量为 $1.5 \sim 2.0g/kg$, 一般以蛋类、鱼虾、瘦肉和豆制品等食物为主, 将其

作为蛋白质的主要来源。再加上, 牛奶中的酪蛋白与钙质非常丰富, 能够强化机体的抵抗力。此外, 加强对热能供给量的控制, 以体重为原则, 按每公斤体重 $40 \sim 50$ 千卡进行合理供给。

(4) 多吃维生素。多吃有维生素与无机盐食物, 可以促进疾病的康复速度, 多补充维生素与是无机盐。维生素 A 可以增强身体的抗病能力, 维生素 B 与 C 能够不断提高体内的各代谢过程, 刺激食欲, 强化肺和血管等组织功能。若患者反复咯血, 要适当增加铁质的供应, 多吃一些绿叶蔬菜与杂粮等。

由于长期的能量消耗, 可能会导致患者体中的各种维生素, 得不到充分补充。因此, 在平时的饮食中, 要适当添加富含各种不同的维生素食物, 如新鲜水果等。对于不存在心肾功能障碍患者, 需要积极鼓励其多饮水, 主要是因为充足水分, 能够促进体中代谢毒素的快速排泄。

(5) 禁烟酒与辛辣品。吸烟与饮酒等不良习惯, 会对气管、支气管等带来不良刺激, 这会诱发患者出现咳嗽、咳痰, 严重情况下甚至会咯血。饮酒会增加肝脏的损害, 这并不利于药物发挥自身的效果, 影响体内的代谢。此外, 辛辣品会对肺结核病人的康复带来影响。

1.3 观察指标

使用满意度调查表评估患者对护理的满意度, 分为满意、基本满意和不同意。通过 QOL-BREF 生活质量量表, 对所有患者护理前后的生活质量情况进行综合性评估, 满分为 100 分, 分数越高, 生活质量评分就越高。

1.4 统计学分析

录入 SPSS18.0 软件进行统计处理。

2 结果

2.1 对比两组患者临床满意度

经护理干预, 对照组与研究组的总体满意度分别为 79.41%、97.06%, 前者低于后者 ($P < 0.05$), 具有差异性。详见表 1:

表 1 两组满意度对比 [$n(\%)$]

组别	例数	非常满意	基本满意	不满意	满意度
研究组	34	18	15	1	97.06
对照组	34	14	13	7	79.41
χ^2					5.100
P					0.024

2.2 比较两组生活质量评分

研究组的总体生活质量评分, 显著高于对照组, 组间存在明显差异性 ($P < 0.05$) 如表 2:

表 2 两组生活质量评分对比 [$\bar{x} \pm s$]

组别	心理智能 (分)		躯体功能 (分)	
	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	49.63 ± 4.71	78.39 ± 4.13	41.29 ± 4.14	80.53 ± 3.64
对照组	48.21 ± 4.41	74.14 ± 5.72	41.13 ± 3.84	78.61 ± 2.93
t	1.283	3.513	0.165	2.396
P	0.204	0.001	0.869	0.019

3 讨论

肺结核属于一种传染性疾病, 主要是因为结核分枝杆菌, 在入

(下转第 117 页)

(上接第 115 页)

侵到肺部后,引起的慢性疾病,会导致人体的其他脏器受到影响,会经飞沫与尘埃进入到人体中。当接合菌数量积累到一定程度就会引发此疾病,并且结核菌越多,病情就越严重。在临床治疗中,发现结核菌对外界抵抗能力非常强,所以其具有一定的耐药性,这会增加治疗难度。现阶段,结核病已经成为威胁人类的常见疾病之一,咳血是此结核病中的常见症状,不同患者的咳血程度不同,一般在早晨和夜间都比较严重,并且出现血泡沫状。由于咳血这种并发症的病情复杂,病程比较长,会对患者的生命健康带来威胁。因此,此类患者在治疗的过程中,还要对患者进行综合性护理,改善疾病的预后。

饮食护理在肺结核患者临床治疗与疾病恢复中的应用,不仅可以提高机体抵抗力,还可以改善患者的体质,为机体的运行补充营养,提高其抗病能力,充分发挥此护理方式防病治病的作用。由于肺结核患者体内的分解代谢加速,导致身体营养情况较差,抵抗力会不断下降,要对其进行营养支持。在日常的饮食干预中,要给予高蛋白、高维生素和富含纤维素的食物,叮嘱患者多喝水,禁烟酒,更不可以吃刺激性食物。特别是在肺结核患者的康复治疗中,更要优化饮食护理方案,多吃富含维生素类的水果,在减轻血管渗透性的同时,强化渗出病灶的吸收效果,加强对胃肠神经的科学调节。

饮食护理还称为“饮食疗法”,俗称“食疗”,主要是通过改善患者的日常饮食习惯,优化饮食结构,选择一些具有治疗效果的某些食物,如疗效食品,或是适当的其他药物,配合中药,也就是药膳,实现对疾病的治疗,促进患者健康,增强体质。分析感染结核的因素,其为分枝杆菌,营养不良与体质虚弱等也会导致肺结核的发生。若饮食缺乏,营养不足,还会引发其他并发症。对此,需要遵循饮食宜忌,科学调理,不断强化机体的抗病能力,改善,或是消除肺结核患者咳嗽、潮热、盗汗和咯血等症状,促进疾病的快速

康复。值得注意的是饮食护理虽然是目前调养肺结核的主要方法之一,但是其并不能完全代替药物,不可以过分强调饮食调养的作用,忽视药物治疗的意义,需要加强两者之间的有效配合。

做好营养知识教育工作,部分肺结核患者,缺乏科学知识,不可以积极配合治疗,长时间下去会出现焦虑和抑郁等不良心理情绪,影响疾病康复。对于此现象,医护人员需要给予科学的营养知识宣教与饮食指导,帮助其掌握营养与饮食干预对结核治疗的重要意义,让患者更加积极主动的配合治疗。在饮食护理基础上,要提高治疗信心,正确指导患者基础规则,实现全程化疗,告诉患者不合理饮食的严重性。由于肺结核疾病的发病率较高,所以要想合理饮食,要保持营养的均衡性,遵守“三分治,七分养”的原则,确保饮食护理的合理性。此外,还要提醒家属监督患者正确饮食,养成良好的饮食与生活习惯,根据医嘱的规律,进行全程服药,通过与饮食护理方式的有效结合,不断提高治疗的成功率,从而进一步促进疾病的康复进程。

综上所述,选择饮食护理方式,对肺结核患者进行干预,作用价值更高,可以强化患者的躯体功能,改善心理状态,提高患者对临床护理的满意度,值得广泛推广。

参考文献

- [1]袁媛 强化饮食护理对肺结核患者机体状态的改善作用探讨 中国实用乡村医生杂志 2019 年 26 卷 2 期 30-32 页
- [2]杨京容 饮食指导以及心理疏导用于肺结核病人护理中的效果分析 护理前沿 2021 年 5 期
- [3]汤华.饮食护理联合心理护理干预对肺结核患者的康复作用探讨[J].心理月刊,2020,15(10):126-127.
- [4]张兰华,罗水花.个性化饮食指导在肺结核合并糖尿病患者中的应用[J].糖尿病新世界,2020,23(07):135-136.