

老年病康复护理自我管理对患者生活质量的影响分析

崔莉 陈艳丽 许慧娟 陈晓旭 孙路*
(徐州九如城九云康复医院 221000 江苏徐州)

摘要:目的: 评价康复护理自我管理方案在老年病患者中的运用效果, 及对生活质量的影响情况。方法: 研究于 2021 年 2 月-2023 年 2 月实施, 共纳入 76 例老年病患者, 运用抽签原则分成参比组、实验组, 38 例/组, 参比组运用常规护理, 实验组运用康复护理自我管理措施, 比较分析组间疗效。结果: 实验组老年病患者的生活质量评分、自我管理评分高于参比组, 组间比较 $P < 0.05$; 实验组总护理满意度高于参比组, 组间比较 $P < 0.05$ 。结论: 常规护理老年病患者时, 以康复护理自我管理进行辅助, 可以提高患者的自我管理能力和生活质量, 是患者给予较高评价的干预措施。

关键词: 满意度; 生活质量; 老年; 自我管理; 康复护理

Analysis of the impact of self-management in elderly rehabilitation nursing on patients' quality of life

Objective: To evaluate the effectiveness of rehabilitation nursing self-management plan in elderly patients and its impact on quality of life. **Method:** The study was conducted from February 2021 to February 2023, involving a total of 76 elderly patients. They were divided into a reference group and an experimental group using the principle of drawing lots, with 38 cases per group. The reference group received routine nursing care, while the experimental group received rehabilitation nursing self-management measures. The therapeutic effects between the groups were compared and analyzed. **Result:** The quality of life scores and self-management ability scores of elderly patients in the experimental group were higher than those in the control group, with intergroup comparison $P < 0.05$; The overall nursing satisfaction of the experimental group was higher than that of the control group, with a comparison between groups $P < 0.05$. **Conclusion:** When providing routine care for elderly patients, rehabilitation nursing self-management can assist in improving patients' self-management ability, positively affecting their quality of life, and is an intervention measure that patients give high evaluations.

Keywords: Satisfaction; Quality of life; Old age; Self management; rehabilitation nursing

老龄化是我国当前国情, 伴随年龄增长, 人体各项功能均处于衰弱趋势, 因此, 老年人的发病率很高^[1]。常见老年病多为高血压、糖尿病、冠心病等, 均为慢性病, 暂无治愈可能, 老年患者生活质量因而降低。常规护理在老年病患者中有很高使用率, 对临床疗效有促进作用, 但该护理方案实施的理念是以疾病为中心, 导致患者生理、心理方面的需求未获得充足重视^[2]。康复护理自我管理方案即为患者实施康复护理时, 再培养患者的自我管理能力和自我管理意识, 以促进护理效果, 平稳病情, 改善生活质量。鉴于此, 本院在 2021 年 2 月-2023 年 2 月间抽选 76 例老年病患者为对象, 分析评价康复护理自我管理方案的临床效果及价值。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究时间: 2021.2-2023.2, 对象: 本院老年病患者, 总计 76 例, 分组原则: 抽签法, 组别是参比组、实验组, 38 例/组。参比组病程区间 1 年-15 年, 均值(6.75 ± 1.38)年; 年龄区间 69 岁-88 岁, 均值(76.42 ± 2.15)岁; 男患者、女患者各为 20 例和 18 例; 患者类型: 高血压 18 例、糖尿病 12 例、冠心病 8 例。实验组病程区间 1 年-15 年, 均值(6.78 ± 1.42)年; 年龄区间 69 岁-8 岁, 均值(76.53 ± 2.38)岁; 男患者、女患者各为 21 例和 17 例; 患者类型: 高血压 19 例、糖尿病 11 例、冠心病 8 例。组间基本资料比较分析 $P > 0.05$, 差异不突出, 有比较性。

1.2 方法

参比组行常规护理: (1) 根据医嘱指导患者用药, 规避停药、换药

等不良情况。(2) 宣教疾病有关基础知识, 说明疾病危害, 提高患者配合程度。(3) 定期监测患者血压、血糖、心率等相关指标, 了解患者病情变化, 以便医师调整用药方案。(4) 告知患者治疗护理期间的注意事项, 包括运动、饮食等。

实验组行康复护理自我管理方案: (1) 情绪方面: 通过护患沟通方案引导患者倾诉内心需求, 评估其心境, 明确存在异常时, 调查问题发生原因, 而后实施针对性干预方案, 包括举例既往病情控制良好、生活质量理想案例, 以消除患者的悲观情绪, 此外, 运用安慰、鼓励式语言进行交流, 能够缓解患者不良情绪。(2) 饮食方面: 针对高血压患者, 指导其自我监测血压、记录检测值方法, 并告知患者若存在异常, 立即通知医护人员, 同时为患者制定饮食方案, 告知饮食中以新鲜蔬菜、水果为主, 保持低盐、低脂、低糖饮食, 适当补充钾元素, 有促进降压效果作用。针对糖尿病患者, 指导其正确使用血糖监测仪, 并合理饮食, 严格控制糖、盐、热量的摄入, 根据患者身体状态制定运动计划, 可以提高血糖控制效果, 保证患者摄入均衡营养。针对冠心病患者, 叮嘱患者不可食用过多钠盐, 控制饱和脂肪酸、胆固醇的摄入, 日常饮食以清淡易消化、营养丰富食物为主, 有提高患者身体免疫力, 缓解病情作用。

(3) 运动方面: 检查患者身体, 了解其生命体征变化, 及运动耐力情况, 并说明运动对疾病的影响, 而后以患者实际情况编制个性化运动方案, 包括散步、慢跑、太极拳等有氧运动, 在此过程中, 着重说明运动方案需以循序渐进方式进行, 不过量运动, 以免给身体带来损伤。

1.3 观察指标

(1) 评估护理干预效果: 以患者生活质量、自我管理能力强弱为观察指标, 生活质量评价量表即 SF-36 简易健康状况调查表, 其中含有 8 个维度, 共 100 分, 生活质量与评分呈正比; 自我管理能力强弱用 ESCA 自护能力测评进行, 表中有 43 个问题, 共 172 分, 分值越高, 自我管理能力强。

(2) 评估护理满意度: 用问卷调查方法评估满意度, 总分 100 分, 包括满意等级、基本满意等级、不满意等级, 其中, 满意评分范围是 90-100 分, 基本满意评分范围是 70-89 分, 不满意评分范围是 0-69 分, 满意百分率+基本满意百分率=总护理满意度。

1.4 统计学分析

数据处理方法 SPSS20.0, 计量资料用 ($\bar{x} \pm s$)、t 描述与验证, 计数资料用 (n%)、 χ^2 描述与检验; 组间比较有统计学研究意义的标准是 $P < 0.05$ 。

2 结果

2.1 护理效果评比

参比组生活质量、自我管理能力强弱评分低于实验组, 组间有统计学差异, 对比显示 $P < 0.05$ 。如表 1 所示:

表 1. 护理效果评比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	生活质量	自我管理能力强弱
参比组	38	75.36 ± 2.49	98.34 ± 2.96
实验组	38	80.78 ± 5.83	113.57 ± 4.85
t	-	5.2703	16.5233
P	-	0.0000	0.0000

2.2 护理满意度对比

参比组总护理满意度较实验组低, 组间有统计学差异, 对比显示 $P < 0.05$ 。如表 2 所示:

表 2. 护理满意度对比 (n%)

组别	例数	满意	基本满意	不满意	总满意度
参比组	38	14 (36.84)	16 (42.11)	8 (21.05)	30 (78.95)
实验组	38	22 (57.89)	15 (39.48)	1 (2.63)	37 (97.37)
χ^2	-	-	-	-	6.1758
P	-	-	-	-	0.0129

3 讨论

老年人身体功能呈现退行性变化, 致使其机体免疫抵抗力、身体素质等均降低, 是导致患者患病的主要原因。其中, 发病率高的疾病类型为糖尿病、高血压等, 能够使患者的身体、生活发生变化, 继而产生焦虑、心慌等不良情绪, 日常生活质量因而降低^[1]。此外, 多数老年病患者在发病后生活活动能力下降, 致使生活质量进一步下降。

常规护理致力于辅助医师完成相关医疗方案, 以确保疾病得到缓解, 对患者的重视度不高。康复护理自我管理方式是近几年出现的新型干预措施, 实施过程中, 考虑到患者负性心理、饮食、运动等方面均有良好干预, 除此之外, 还会对患者进行宣教, 促使其清楚自我管理能力的培养的重要性^[4-6]。研究发现, 实验组的护理效果、总护理满意度均高于参比组, 组间比较有统计学研究意义。提示康复护理自我管理措施在老年病患者的护理工作中有可行性, 分析原因可知, 该护理方案实施过程中, 能够及时发现患者有无心理问题, 并帮助患者形成健康、合理、科学的饮食习惯, 及运动行为, 这对于提高患者的免疫能力、身体素质有重要作用^[7-9]。老年病中, 高血压、糖尿病能够对人体动脉形成影响, 是诱发心脑血管病的主要危险因素, 能够引起脑卒中、冠心病等; 对患者的神经功能、心功能有较大损伤, 若未予以有效干预, 将有可能诱发残疾、心力衰竭等, 威胁患者的身体健康及生命安全; 采取优质医疗方案的同时, 运用康复护理自我管理措施进行配合, 可以使临床疗效提高, 减轻疾病痛苦, 生活质量因而提高^[9]。

综上, 康复护理自我管理方案有显著干预效果, 老年病患者运用之后, 病情、生活质量均有改善, 临床推广价值高。

参考文献:

- [1] 陈丽惠, 高旭华, 陈丽玉. 个体化康复护理对老年高血压患者的疾病认知及自我护理能力的影响[J]. 中外医疗, 2020, 39(30): 108-110, 150.
- [2] 孙艳. 老年缺血性脑卒中患者应用超早期康复护理干预对其自我护理能力及生活质量的影响[J]. 国际护理学杂志, 2022, 41(6): 1108-1112.
- [3] 黄雪, 李辰瑶, 郑萍. 老年慢性疼痛病人自我感受负担、疼痛恐惧及自我管理行为的相关性[J]. 护理研究, 2021, 35(15): 2675-2681.
- [4] 陈玲, 唐楚璇, 詹秋庆, 等. 全责康复护理管理对老年长期卧床患者康复效果及生存质量的影响[J]. 国际护理学杂志, 2022, 41(11): 2090-2093.
- [5] 赵沛沛, 周阳. 老年人慢性疼痛自我管理研究进展[J]. 中国护理管理, 2019, 19(12): 1910-1914.
- [6] 蒋茜, 王乾贝, 蔡永华. 老年康复护理的发展现状及展望[J]. 安徽医学, 2020, 41(12): 1484-1486.
- [7] 甘海燕, 刘丹红, 林燕勤. 综合康复护理支持对老年住院患者营养护理的效果评价[J]. 中国老年保健医学, 2022, 20(1): 151-153.
- [8] 于月辉, 王晓昕, 赵径书, 等. 运动康复护理结合居家自我管理对老年慢性心衰患者自护能力、生活质量的影响[J]. 中国当代医药, 2021, 28(22): 246-248, 252.
- [9] 杨秋玲. 综合康复护理干预对高血压合并老年患者肺功能的影响分析[J]. 心血管病防治知识, 2022, 12(9): 73-75.

通讯作者: 孙路