

探讨健康教育在耐药肺结核护理中的应用效果

李小云

(青海省第四人民医院呼吸五科 青海西宁 810000)

摘要:目的:探讨耐药肺结核护理中应用健康教育的效果。方法:选取我院治疗的60例耐药性肺结核患者(2022.5~2023.5期间),按照抽签法分为2组,给予对照组常规护理,研究组在此基础上应用健康教育,对比两组对疾病的认知度、治疗依从性。结果:疾病认知度评分、总依从率:研究组更高($P < 0.05$)。结论:耐药肺结核护理中应用健康教育效果显著,可促使患者对疾病的认知度得到有效提升,并可提升患者治疗依从性,临床上应重视该类患者的健康教育。

关键词:耐药肺结核;健康教育;常规护理;认知度;治疗依从性

肺结核是临床常见病,由结核分枝杆菌感染引起,发病率较高,该病常见症状有低热、咳嗽、呼吸困难、盗汗、乏力、咳痰、胸痛等,这些症状给患者带来了较大困扰,并且该病若治疗不及时,可通过呼吸道飞沫传播给他人,也可引起多种并发症,故需及早治疗^[1]。耐药肺结核是指耐一种或一种以上抗结核药物的肺结核患者,该病的控制不仅与治疗有关,还与宣教不够、患者自身原因等有关,故需重视患者的健康教育^[2]。健康教育可通过开展一系列有目的、有组织的宣教活动,提升患者对疾病和治疗的认知度,并可帮助患者养成各方面的良好习惯^[3]。本研究即探讨了耐药肺结核护理中应用健康教育的效果,详细介绍如下。

1 对象和方法

1.1 对象

选取我院治疗的60例耐药性肺结核患者(2022.5~2023.5期间),按照抽签法分为2组,即对照组(30例,男17例,女13例,年龄26~74岁,平均 54.26 ± 8.14 岁)和研究组(30例,男16例,女14例,年龄28~72岁,平均 54.03 ± 8.46 岁)。纳入标准:①均经确诊为肺结核;②对一种或一种以上抗结核药物耐药;③患者同意参与研究。排除标准:①合并其他肺部疾病;②合并精神障碍;③无法有效沟通。两组资料 $P > 0.05$,可比。

1.2 方法

对照组应用常规护理,遵医嘱为患者提供相关治疗,并为患者提供基础护理、用药指导、饮食护理等。研究组在此基础上应用健康教育,宣教方式根据患者具体情况选择,具体内容如下:

1.2.1 疾病健康教育。对患者进行系统健康教育,向其讲解疾病发生原因、症状表现、诱发因素、治疗方法、注意事项、护理、自我管理的重要性、需保持的习惯等,了解患者对疾病和治疗的认知,对于错误认知予以纠正,鼓励患者将自己不懂的方法提出,给予其针对性解答,告知患者养成良好的生活习惯,保持规律作息,不熬夜,

戒烟酒,避免过度劳累。

1.2.2 用药健康教育。耐心向患者讲解药物治疗的重要性、坚持规律用药的重要性,为患者介绍相应抗结核药物的用法用量、作用机制、注意事项、常见不良反应等,告知患者严格遵医嘱用药,做到早期、联合、全程、规律用药,不自行更改药量,避免误服、漏服,不随意停药,不随意中断治疗,即使症状缓解后也不停药,并教会患者观察药物不良反应。

1.2.3 饮食健康教育。耐心向患者讲解饮食对病情恢复的重要性,告知患者日常饮食以高热量、优质蛋白、富含纤维素和维生素的易消化食物为主,增加新鲜水果和蔬菜的摄入,忌辛辣刺激类食物,对于服用异烟肼的患者,告知患者不吃鱼类,不使用含乳糖、糖的食物,对于服用利福平的患者,告知患者不饮用牛奶,通过饮食宣教帮助患者摄入充足的营养物质,并告知患者摄入适量利于增进食欲的食物,如山楂、藕粉等,并嘱患者多饮水。

1.2.4 环境健康教育。告知患者良好居住环境对症状控制的重要性,嘱患者改进居室内环境,确保室内空气清新,每日通风至少2次,并调整室内温湿度适宜,室内用喷雾进行消毒。

1.2.5 休息与活动健康教育。告知患者症状发作时尽量卧床休息,减少活动,确保充足的睡眠和休息,出现咯血症状时取患侧卧位休息,保持呼吸道通畅,在病情稳定后适量活动,但避免过度疲劳。

1.2.6 感染传播健康教育。为患者讲解肺结核传播途径、传播预防方法等,嘱患者注意个人卫生,做好餐具、便器、纸巾等的消毒,不到人群密集的地方去,外出时戴口罩,并告知患者加强保暖,预防感冒。

1.2.7 心理健康教育。为患者讲解负面情绪发生原因、危害性、缓解方法,告知患者保持乐观平稳心态的重要性,指导患者用转移注意力、冥想、肌肉放松、自我积极暗示等方法改善心态。

1.3 观察指标

对比两组对疾病的认知度、治疗依从性。认知度用自制表评价,总分 100 分,得分与认知度呈正比。治疗依从性评价标准^[4]:患者严格遵医嘱正确、规律用药为完全依从;患者用药剂量、时间等与规定存在差异为一般依从;未满足以上标准为不依从。总依从率=完全依从率+一般依从率。

1.4 统计学分析

数据用 SPSS 21.0 软件分析, $P < 0.05$ 表示数据有差异。表 两组治疗依从性比较[n(%)]

| 组别 | 例数 | 完全依从 | 一般依从 | 不依从 | 总依从率 (%) |
|-------|----|-------------|------------|------------|-----------------|
| 对照组 | 30 | 17 (56.67%) | 9 (30.00%) | 4 (13.33%) | 26/30 (86.67%) |
| 研究组 | 30 | 24 (80.00%) | 6 (20.00%) | 0 (0.00%) | 30/30 (100.00%) |
| X^2 | - | 3.774 | 0.800 | 4.286 | 4.286 |
| P | - | 0.052 | 0.371 | 0.038 | 0.038 |

3 讨论

肺结核是临床上常见的一种呼吸系统疾病,具有较高的发病率,该病易感人群主要有糖尿病患者、密切接触者、尘肺患者、HIV 感染者、免疫抑制或滥用药物者以及婴幼儿和老年人等免疫力低下者,该病的多种症状严重降低了患者的生活质量^[5]。并且该病若不采取及时治疗,可通过血行感染、飞沫、消化道、密切接触等传播给他人,也可引起肺部感染、自发性气胸、肺心病、肺部感染等并发症,严重时可导致患者死亡^[6]。耐药肺结核给患者造成的危害比普通肺结核更严重,耐药肺结核病情更重、病程更长、并发症更多、疗效和预后更差,该类型的发生主要与患者服药依从性低、生活习惯不当、治疗方案不合理、患者盲目自购抗结核药物服用等有关,结合这些原因,故重视患者的健康教育^[7]。

健康教育是临床护理的一个重要环节,是指在各类、各项调查研究基础上,通过组织有计划、有目的、有系统的宣教活动,促使患者自觉纠正不利于健康的行为,养成良好习惯,进而维持、改善、提升个体健康水平的护理^[8]。健康教育可通过一系列宣教措施帮助患者树立良好正确的健康意识,使其对疾病和治疗有一个全面的了解,并可提升患者对疾病的重视程度,从而提升患者治疗依从性,同时可提升患者自我管理能力和自我护理能力^[9]。本研究为患者提供了多种健康教育,全面、系统的健康教育起到了积极作用。本结果显示,疾病认知度评分、总依从率:研究组更高 ($P < 0.05$),说明健康教育

是切实有效的。

2 结果

2.1 两组对疾病的认知度对比

疾病认知度评分:对照组为 (60.15 ± 5.23) 分,研究组为 (88.49 ± 6.37) 分,比较结果为 ($t=18.833$, $P=0.001$)。疾病认知度评分:研究组更高 ($P < 0.05$)。

2.2 两组治疗依从性对比

总依从率:研究组更高 ($P < 0.05$)。详见下表:

是切实有效的。

综上所述,耐药肺结核护理中应用健康教育效果显著,可促使患者对疾病的认知度得到有效提升,并可提升患者治疗依从性,临床上应重视该类患者的健康教育。

参考文献:

- [1]刘莹. 健康教育在耐药肺结核护理中的应用体会[J]. 中国医药指南, 2021, 19 (34): 158-159.
- [2]胡爽. 耐药肺结核护理中个性化健康教育的应用分析[J]. 中国医药指南, 2021, 19 (18): 118-119.
- [3]杜峰莉,胡娟利. 健康教育在耐药肺结核护理中的应用效果观察[J]. 山西医药杂志, 2021, 50 (09): 1553-1555.
- [4]檀颖. 耐药肺结核护理中开展健康教育的方法与效果[J]. 中国医药指南, 2020, 18 (31): 217-218.
- [5]张蕊. 健康教育在耐药肺结核护理的应用分析[J]. 黑龙江中医药, 2020, 49 (05): 126-127.
- [6]杨春燕. 心理护理联合健康教育在肺结核患者中的应用研究[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2020, 20(61): 292-293.
- [7]聂丹. 分析健康教育在耐药肺结核护理中的临床效果与应用效果[J]. 中外女性健康研究, 2020, (11): 136+169.
- [8]于蕊. 健康教育在耐药肺结核护理中的临床疗效评价[J]. 中国社区医师, 2020, 36 (15): 180+182.
- [9]邓春燕. 健康教育在耐药肺结核护理中的应用价值分析[J]. 中国社区医师, 2020, 36 (02): 160+162.