

肺康复护理对 COPD 稳定期患者肺功能及生活质量的影响

吴园娥

华中科技大学同济医学院附属协和医院呼吸内科

【摘要】目的:探究肺康复护理对慢性阻塞性肺疾病(COPD)稳定期患者肺功能及生活质量的影响。方法:选取本院2017年11月至2018年11月期间一共收录COPD稳定期患者总计60例。以6个月为限,对COPD稳定期患者进行肺康复护理,比较COPD稳定期患者在护理后肺功能和生活质量。结果:本次参加研究的全体COPD稳定期患者,在肺康复护理后肺功能明显改善且优于护理前。全体COPD稳定期患者视觉模拟标尺评分示例(EQ-VAS)评分均高于护理前,差异具有统计学上的意义(即 $P < 0.050$)。结论:肺康复护理对COPD稳定期患者肺功能恢复及生活质量改善,效果显著、卓有成效且安全可靠,临床应用价值较高,值得在相关临床医院进行推广。

【关键词】慢性阻塞性肺疾病;肺康复护理;生活质量

慢性阻塞性肺疾病简称COPD,是一种肺部疾病。在疾病早期阶段,COPD患者出现活动后气短,呼吸短促或感觉疲乏^[1]。在疾病中期阶段,甚至可能出现呼气困难或甚至吸气困难。同时,在严重情况下,甚至COPD患者可伴有阻塞性细支气管炎、肺气肿等相关并发症。在该疾病的作用下,人体肺部功能日渐衰退,生活质量开始下降,生活水平也可能逐渐降低^[2]。因此,本次探究是否可以通过康复护理影响COPD稳定期患者肺功能的恢复及生活质量的提升,所存在的可能性,具体相关情况报道如下:

1、资料与方法

1.1 一般资料

选取本院2017年11月至2018年11月期间一共收录COPD稳定期患者总计60例。以6个月为限,对COPD稳定期患者进行肺康复护理。其中,男性患者为32例,女性患者为28例;年龄为65-84岁,平均年龄围为(79.4±3.9)岁;病程周期为8-20年,平均病程为(15.50±7.64)岁;慢性支气管炎为30例、阻塞性肺气肿为18例,慢性肺源性心脏病为12例;病变程度,即I级,II级,III级,IV级分别为3例,8例,29例,20例。其他一般资料上的差异,不具有统计学意义($P > 0.05$),因此具有可比性。

1.2 方法

具体内容如下所示:

e. 建立档案。建立患者个人档案分类管理,结合患者个人实际情况,分别予以不同康复方案。

f. 加强宣传。加强疾病科普宣传方式,为患者讲解致病原因、治疗手段、后期康复护理治疗。

g. 戒烟戒酒^[3]。告诫患者戒烟戒酒,养成良好的作息生活习惯。尤其是戒酒,一定要多次叮嘱,反复告诫。

h. 呼吸训练^[4]。为患者制定科学有效的呼吸训练,定期指导并监督,按阶梯式增加训练强度,安排氧疗以及排痰。

i. 改善饮食。改善患者饮食习惯,特别是钠盐的摄入量,应该逐渐降低摄入量。

j. 心理干预。增加患者与医护人员之间的相互沟通,增强心理干预,保持患者自身心理健康,愿意积极主动配合治疗,乐观积极的面对生活。

1.3 观察指标

以6个月为限,对COPD稳定期患者进行肺康复护理,比较COPD稳定期患者在护理后肺功能和进行生活质量并进行评估。根据肺功能病变程度,分为I级,II级,III级,IV级。其中,I级,II级患者越多,I级,II级患者越少,说明健康护理效果较好,效果明显,患者肺功能得到恢复,病变程度减轻,达到护理预期效果。

1.4 统计学分析

采用SPSS19.0软件处理实验数据,计数资料用均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示,计数资料使用t检验。以 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2、结果

2.1 肺康复护理前后患者肺功能病变程度变化比较

患者进行肺康复护理后,I级、II级患者数量明显增多,III级、IV级患者数量明显减少,说明健康护理效果较好,患者病变程度减轻且效果明显,达到护理预期效果。差异具有统计学上的意义(即 $P < 0.05$),详见表1。

表1 康复护理前后患者肺功能病变程度变化比较

| 时间 | 例数 | I级 | II级 | III级 | IV级 |
|----------|----|-----------------|-----|------|-----|
| 护理前 | 60 | 5 | 10 | 35 | 10 |
| 护理后 | 60 | 17 | 25 | 12 | 6 |
| <i>P</i> | | <i>P</i> < 0.05 | | | |

3、讨论

据世界卫生组织估计,目前慢阻肺为世界第四大致死原因,仅次于心脏病、脑血管病和急性肺部感染,与艾滋病一起并列第4位,但至2020年可能上升为世界第三大致死原因^[5]。呼吸系统疾病是一个慢慢积攒起来的病,由于肺部的代偿功能很强,肺部一些小的病理改变不易察觉,感冒咳嗽咳痰也常被忽视,加上目前医学上对肺功能检测的轻视和手段局限,使得呼吸系统疾病在人们悄然不觉中慢慢种下祸根,一旦出现咳、喘憋等症状,肺功能已明显受到损伤,到了中晚期。呼吸系统一旦被急性感染而转为慢性炎症,药物治疗效果差,易形成阻塞性呼吸系统疾病,对肺功能的损伤特点呈现为进行性不可逆转。

在本次研究中,COPD患者病情加重的主要原因是患者的呼吸功能逐渐衰退,因此对COPD稳定期患者采取的护理方法主要包括:建立档案、加强宣传、戒烟戒酒、呼吸训练疗法、有效排痰法、氧疗、改善饮食培养合理饮食习惯、增强心理干预等,从而促进患者康复的效果。I级、II级的患者数量明显增多,III级、IV级患者数量明显减少,病变程度得以缓解,说明健康护理效果表现较好,患者病变程度明显减轻,符合预期结果,达到护理预期效果,差异具有统计学上的意义(即 $P < 0.05$)。说明实施肺康复护理方法恰恰可以改善患者的呼吸功能,起到缓解作用。

综上所述,肺康复护理对COPD稳定期患者肺功能恢复及生活质量改善,效果显著、卓有成效且安全可靠,临床应用价值较高,值得在相关临床医院进行推广。

参考文献:

- [1]梁惠芬,何桦.合理的护理干预对稳定期慢性阻塞性肺疾病患者肺功能及生活质量的影响.岭南急诊医学杂志,2014(3):242-243.
- [2]张玮,雷艳丽,霍晓丽,等.全身呼吸操对COPD稳定期患者的康复护理效果.中国初级卫生保健,2014,28(7):141-142.
- [3]赵旭英,雷慧,陈友明,等.追踪式综合康复护理干预在改善农村COPD稳定期患者肺功能的效果研究.临床与病理杂志,2016,36(7):946-950.
- [4]吴海燕,钱钧,李树雯,等.心肺康复运动训练对COPD稳定期患者肺功能的影响.中国康复医学杂志,2016,31(3):351-353.
- [5]高天敏,周全昌,黄仕聪,等.三球式呼吸训练器在慢性阻塞性肺疾病患者肺康复中的应用研究.重庆医学,2015(32):45144516.