

健康教育应用在小儿哮喘护理中的效果分析

谭黎黎

(湖北民族大学附属民大医院 湖北恩施 445000)

摘要:目的:分析探讨在小儿哮喘患儿护理工作中加强健康教育的具体效果。方法:本研究共入选小儿哮喘患儿78例,其中接受常规护理措施的为对照组,加强健康教育护理的为研究组,每组各有患儿39例。对比两组的具体护理效果情况。结果:统计两组患者的住院时间,研究组为(5.32±1.47)d,明显比对照组的(7.61±1.55)d更短;半年内的哮喘发作次数方面,研究组为(21.24±3.01)次,对照组为(37.93±4.15)次;对两组患儿生活质量进行评分,研究组和对照组分别为(90.23±2.65)分、(83.11±3.22)分;以上各指标实施组间对照,均显示P<0.05,差异较大。结论:在小儿哮喘患儿的护理工作中加强健康教育,对改善患儿病症,提升患儿生活质量具有重要意义。

关键词:小儿哮喘;健康教育;护理效果

小儿哮喘为儿科常见的呼吸系统疾病之一,临床症状主要有喘息、胸闷、气促、咳嗽等,这些症状反复发作,给患儿带来极大的痛苦。导致哮喘的因素很多,如过敏性因素、遗传因素、环境因素、药物因素等等^[1]。在发现患病之后,家长应当及时带患儿就医,接受相关治疗,让患儿病情获得有效控制。另外,做好患儿护理工作,对于治疗效果也会起到积极的促进作用。本研究主要探讨了在小儿哮喘患者中加强健康教育的护理效果,报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将2020年6月至2021年6月在本院接受治疗的小儿哮喘患儿78例作为研究对象,所有患儿病情均被明确诊断。其中包括男患儿44例,女患儿34例,年龄5-11岁,均值为(7.39±1.22)年;患病时间最长为6年,最短1年,均值为(3.24±1.02)年;哮喘发作轻重程度方面,轻度、中度、重度患儿分别有30例、44例、4例。对于急性发作期患儿,治疗方案为糖皮质激素+β₂受体激动剂吸入治疗方案,缓解期患儿采用吸入糖皮质激素治疗方案。以上患儿分别划分到研究组和对照组,各入组患儿39例。组间各项资料对比,均P>0.05,差异没有统计学意义,具有比较价值。

1.2 方法

对照组患儿接受常规护理,研究组患儿接受常规护理+健康教育。健康教育的具体内容如下:

1.2.1 心理教育

哮喘会给患儿带来较大的痛苦不适感,且病程长,反复发作,这让患儿长期处于病痛的折磨之下,会出现焦虑、恐惧等不良心理。护理人员要主动和患儿、家属进行沟通,对他们的心理状态进行综合评估,加强疏导,做好疾病知识和治疗知识的解释说明,告知患儿积极乐观的心理对于病情控制有重要作用,使患儿的心理障碍能够逐渐被消除^[2]。另外,要指导家长多关心、鼓励患儿,促使患儿的治疗信心提升。

1.2.2 预防教育

日常中很多因素会诱发患儿哮喘,因此要加强预防知识的教育:(1)环境预防:指导家属给患儿提供舒适、干净、温湿度适宜的环境,提升患儿舒适度。家长进行环境清洁时,尽量不要有扬尘,擦拭家居灰尘时使用湿抹布,空调的过滤器应当及时清洗或是换成新的。避免在室内吸烟、养宠物等。不要让患儿玩毛绒玩具,室内衣服、被褥等应当勤晾晒。(2)饮食预防:一些患儿会因食物过敏而引发哮喘,如海鲜、牛奶、花生等。因此要指导家长避免给患儿吃容易引发哮喘的食物。日常饮食要保持清淡,多让患儿吃新鲜的水果、蔬菜,补充机体营养,改善体质^[3]。(3)运动预防:指导患儿保持良好的运动习惯,促进心肺功能的改善,但是运动量要合理控制,以防诱发哮喘。春天容易发生花粉过敏引起哮喘,因此应当减少户外活动。

1.2.3 用药教育

告知患儿和家属遵医嘱用药的重要意义,让患儿家长协助患儿按时按量服药,定期到医院进行复查。

1.3 观察指标

统计比较两组患儿的住院时间。为患儿建立健康档案,出院后进行6个月的随访,对其哮喘发作次数做好记录。使用健康调查量表(SF-36)进行生活质量评价,满分为100分。

1.4 统计学方法

统计学软件:SPSS 22.0;计数类数据:差异实施χ²检验,用(n,%)表示;计量类数据:差异开展t检验,用($\bar{X} \pm s$)表示;差异具有统计学意义:P<0.05。

2 结果

对比两组患儿的各项观察指标情况,研究组均显著比对照组更优,组间差异均比较大(P<0.05)。见表1。

表1 两组各项观察指标情况对比($\bar{X} \pm s$)

组别	例数(n)	住院时间(d)	随访6个月哮喘发作次数(次)	SF-36评分(分)
研究组	39	5.32±1.47	21.24±3.01	90.23±2.65
对照组	39	7.61±1.55	37.93±4.15	83.11±3.22
P		<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

小儿哮喘具有发病率高、病程长等特点,严重影响患儿的身心健康。对于这类患儿,除了要加强药物治疗等措施之外,还应当多关注日常生活,避免让患儿接触过敏原,或是其他可能诱发哮喘的因素。本研究中,对此类患儿以及家属加强了哮喘的健康教育工作,首先,对患儿和家属做好心理健康,促使他们保持良好的心态;其次,加强诱发因素的预防性教育,包括环境、饮食、运动等多方面的预防性措施;另外,还做好了用药教育,确保患儿能够更严格地执行医嘱,并能够按时到医院接受复查。结果表明,在以上护理措施之下,该组患儿的住院时间明显缩短,同时半年内患儿的哮喘发作次数显著减少,生活质量得到了明显提升。由此可见,健康教育对小儿哮喘患儿具有良好的应用效果,具有较大的应用价值。

参考文献:

- [1]韩倩倩. 标准化健康教育对小儿哮喘护理的影响效果分析[J]. 中国标准化,2021,(20):163-165.
- [2]杨艳红. 强化健康教育对小儿哮喘护理效果及对哮喘急性发作次数的影响分析[J]. 黑龙江中医药,2021,50(05):429-430.
- [3]刘荣. 健康教育在小儿哮喘临床护理中的应用效果[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2020,7(32):107-108.