

中医护理及健康教育对类风湿性关节炎病人护理效果影响

杨素霞¹ 田亚²

(1.沿河土家族自治县人民医院 565300; 2.贵阳金阳医院 565300)

摘要:目的:探究中医护理及健康教育对类风湿性关节炎病人的护理效果。方法:选取我院2019年6月-2021年6月,2年内收治的100例患者,将患者随机分为观察组(50例,采用中医护理及健康教育)与对照组(50例,实施常规护理)。结果:两组患者在接受护理后,观察组的患者出现烦躁心情,抑郁的情况低于对照组,生活质量也优于对照组。结论:对类风湿性关节炎病人实施中医护理与健康教育可以提高患者的生活质量,减少不良情绪的发生。

关键词: 类风湿性关节炎; 中医护理; 健康教育

类风湿性关节炎是自身免疫系统异常,以关节滑膜炎为特征的慢性、全身性的疾病。疾病的诱导因素尚不明确,可能与家族遗传,激素失调,感染有关^[1]。患者的外周关节肿胀,无法行动自如,影响到患者的日常生活起居。不及时治疗会导致病情恶化,患者会逐渐丧失自理能力。健康教育能够提前向患者介绍预防和控制疾病的措施,让患者积极配合治疗,中医护理能够提高患者的关节功能,提高自我护理能力^[2]。本研究中对健康教育与中医护理对类风湿性关节炎患者进行了分析。具体如下:

1 对象和方法

1.1 对象

选取我院2019年6月-2021年6月,2年内收治的100例患者,均确诊为类风湿性关节炎。按照护理方法不同分为对照组(50例,男16例,女34例,年龄 35.23 ± 9.56 岁)与观察组(50例,男20例,女30例,年龄 36.54 ± 10.01 岁)。两组一般资料无统计学意义($P > 0.05$),同时所有患者均自愿参与本研究。我院伦理委员会对本研究完全知情,并批准研究。

1.2 方法

对照组采用常规护理,房间定时消毒,营造舒适安全放心的环境。对患者进行药物指导,饮食指导,心理指导。观察组在常规护理的基础上实施健康教育与中医护理

1.2.1 健康教育

1.2.1.1 心理指导

类风湿性关节炎患者的治疗病程漫长,身体的疼痛与药物开销会让患者极易产生不良情绪。在患者治疗时,医护人员有针对性的,耐心的对患者进行心理疏通,详细告知病症的具体表现,后续治疗方案,让患者减轻顾虑,防止抑郁烦躁的现象出现,积极配合治疗。帮助患者建立信心,勇敢抵抗病魔。

1.2.1.2 健康教育方式

根据不同患者的文化程度,性格特点,职业背景等,针对性的采用不同教育方式,形成个性化的护理。按照患者的实际情况制定教育计划,结合视频播放,文字指导等多种形式向患者讲解相关健康知识,有助于患者理解。循序渐进的加深患者的疾病认知程度,减少抑郁倾向,帮助稳定病情。

1.2.1.3 注意事项指导

叮嘱患者在治疗期间应该多休息,关节活动处注意保暖,保持房间内干燥不潮湿。日常可以慢走,小幅度的拉伸,捏核桃等锻炼关节,定期去医院复查。每日饮食营养均衡,有助于提升免疫力。

1.2.2 中医护理

1.2.2.1 穴位按摩

医护人员按压患者肝俞、胆俞、气海、合谷、关元等穴位,每次持续5分钟,早晚各一次。穴位按摩疏通经络,改善患者抑郁的情绪,舒缓肝脏,平复气息。有助于患者身体恢复,改善生活质量。

1.2.2.2 针灸疗法

在患者双侧合谷、双侧太冲、白会、三里、三阴交,气海等穴位进行针灸,手法为捻转平补平泻,留针20分钟,每日两次。疏通关节的脉络,以针灸刺激关节组织的活力,有利于关节活动自如,患者缩短恢复期限,改善心情,提高生活自理能力。

1.3 观察指标

对比两组患者在接受治疗期间与治疗后,患者的烦躁,抑郁现象的发生情况与患者生活质量的对比程度,收集数据并进行整合分析。

1.4 统计学分析

使用SPSS22.0软件分析,使用 t 和“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料,使用卡方和%表示计数资料, $P < 0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者不良情绪对比

两组患者在接受治疗与护理后,观察组的焦虑,抑郁现象低于对照组,差异均有统计学意义($P < 0.05$),如表1:

表1 两组不良情绪对比分析($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	SDS 抑郁评分	SAS 焦虑评分
观察组	50例	43.89 ± 3.45	48.63 ± 2.98
对照组	50例	56.96 ± 4.23	59.12 ± 3.37
t	-	23.944	23.318
P	-	0.001	0.001

2.2 两组生活质量对比分析

分析两组患者自我护理,社会功能,肢体功能等,综合对比分析患者的生活质量。观察组的患者生活质量高于对照组。差异均有统计学意义($P < 0.05$),如表2:

表2 两组患者生活质量对比分析($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	自我护理	社会功能	肢体功能
观察组	50	83.65 ± 6.63	80.12 ± 6.69	79.56 ± 5.24
对照组	50	77.56 ± 5.37	75.98 ± 6.05	73.48 ± 5.79
t	-	7.137	4.590	7.785
P	-	0.001	0.001	0.001

3 讨论

类风湿性关节炎又称对称性关节炎,是以关节疼痛,不可屈伸为临床症状,患者自身免疫紊乱,关节变形不能行动自如,常伴有疼痛,肿胀等症状。治疗周期长,患者治疗压力大,病情易反复发作。

健康教育及中药护理可以减轻患者的不良情绪产生,提高患者的生活质量。类风湿性关节炎治疗周期长,患者会产生烦躁,抑郁的现象,悲观的心态会加重病情,健康教育会加强医护人员与患者之间的沟通,与患者进行心理疏导,减轻患者的心理负担,拓宽患者对自身疾病的了解,加深对疾病注意事项的理解,消除恐惧感。鼓励患者合理的表达出心中的苦闷情绪,释放压力,面对疾病建立积极乐观的心态,减少焦虑,抑郁的心情。中医护理可以借助按摩,针灸等手法促进患者身体恢复,刺激关节组织增强灵活性^[3]。刺激穴位可以帮助患者疏通经络,安神静心,促进恢复,提升患者的肢体功能恢复,改善生活质量。在李艳清^[4]的研究中,对类风湿性关节炎患者采取了中医护理方式,其结果显示可以有效减轻患者的烦躁情绪,提升患者的生活质量。

综上所述,健康教育与中医护理对治疗类风湿性关节炎患者可以明显改善患者的不良情绪,提高关节功能,提升生活质量。在临床护理中有较大的使用价值。

参考文献

- [1] 王身芳.中医护理对类风湿性关节炎患者生活质量的影响[J].当代护士(中旬刊),2020,27(04):97-99.
- [2] 曾博聪.健康教育在护理类风湿性关节炎病人中的应用[J].中西医结合心脑血管病电子杂志,2020,8(28):86.
- [3] 张雅浩,张俊丽.健康教育对类风湿性关节炎患者服药依从性及生活质量的影响[J].河南医学研究,2020,29(19):3606-3607.
- [4] 李艳清.中医护理在类风湿性关节炎患者中的应用[J].医疗装备,2020,33(03):201-202.