

## 血透患者护理中实施个体化健康教育的效果及不良反应发生率分析

夏茜

上海市第一人民医院 上海

**【摘要】目的** 以提高血透患者护理水平为研究目标,在临床护理中实施个体化健康教育,明确其对血透患者的影响。**方法** 以2023年1月-12月时间段中于院内接受诊疗的血透患者为分析对象,共计95例,对各个患者进行编号后采取随机抽取法设置成对照组(49例)、观察组(46例),分别以常规手段、个体化健康教育手段实施两组护理干预,对干预情况进行分析。**结果** 健康生活方式方面,两组相比,观察组各项值更高( $P<0.05$ )。不良反应方面,两组相比,观察组总值更低( $P<0.05$ )。**结论** 在临床护理中实施个体化健康教育,有利于改善血透患者健康生活方式,有利于控制不良反应。

**【关键词】** 血透;个体化健康教育;不良反应

**【收稿日期】** 2024年7月22日

**【出刊日期】** 2024年8月22日

**【DOI】** 10.12208/j.cn.20240389

### Analysis of the effect and incidence of adverse reactions of implementing personalized health education in the nursing of hemodialysis patients

Qian Xia

Shanghai First People's Hospital, Shanghai

**【Abstract】 Objective** To improve the nursing level of hemodialysis patients as the research goal, to implement individualized health education in clinical nursing, to clarify its impact on hemodialysis patients. **Methods** A total of 95 hemodialysis patients treated in hospital during the period of 2023.01-12 were selected as the analysis objects. Each patient was numbered and randomly selected to be divided into control group (49 cases) and observation group (46 cases). Two groups of nursing intervention were implemented by conventional means and individualized health education means respectively, and the intervention situation was analyzed. **Results** In terms of healthy lifestyle, the values in the observation group were higher than those in the two groups ( $P<0.05$ ). In terms of adverse reactions, the total value of observation group was lower than that of the two groups ( $P<0.05$ ). **Conclusion** The implementation of individualized health education in clinical nursing is conducive to improving the healthy lifestyle of hemodialysis patients and controlling adverse reactions.

**【Keywords】** Hemodialysis; Individualized health education; Adverse reaction

对于肾功能衰竭患者,主要会采取血液透析方式帮助患者控制病情。但是从实际情况来看,血透患者会因为缺乏相关疾病健康知识,不能有效改善自身健康生活方式,易对治疗效果造成不良影响<sup>[1]</sup>。因此,在血透患者治疗中,需重视相关健康教育,提高患者疾病认知程度,引导患者有效改善健康生活方式,加强病情控制<sup>[2]</sup>。文中分析了血透患者护理中应用个体化健康教育的价值,如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

以2023.01-12时间段中于院内接受诊疗的血透患者为分析对象,共计95例,对各个患者进行编号后采

取随机抽取法设置成对照组(49例)、观察组(46例)。年龄范围方面,两组年龄:50岁≤年龄≤74岁,观察组均值(57.43±4.33)岁,对照组均值(57.45±4.31)岁;性别方面:观察组男性占比28例、女性占比18例,对照组男性占比29例、女性占比20例。经统计学系统处理两组基础资料相关数据信息后证实可比性高( $P>0.05$ )。此研究经医院伦理委员会同意、审批。择取要求:均接受血液透析治疗;资料齐全。剔除要求:中途退出。

##### 1.2 方法

###### 1.2.1 对照组行常规护理干预

辅助患者完成相关检查,告知相关注意事项,密切

关注患者各项生命体征变化,及时发现异常并采取对应处理措施。

### 1.2.2 观察组在对照组基础上行个体化健康教育

①分析各个患者相关资料,结合患者实际情况,对患者进行相应评估,根据不同患者疾病健康知识掌握程度、文化程度、理解能力等,制定个体化健康教育方案,确保护理质量。

②个体化疾病知识教育:对于具备疾病健康知识的患者,利用口头讲解方式告知相关注意事项,鼓励提问并耐心回答。对于缺乏部分健康知识的患者,给予疾病健康知识手册,提醒翻看时将不清楚的地方进行标注,询问护理人员。对于完全缺乏疾病健康知识的患者,需将病因、危险因素、治疗方法、治疗作用、护理流程等相关内容制作成幻灯片或者短视频,播放的同时利用通俗易懂语言进行讲解,可与患者获取微信或者QQ等线上联系方式,将幻灯片或短视频发送,便于患者随时观看;利用模型讲解与模拟演示方式让患者了解治疗与护理过程,并进行病案讲解,告知治疗与护理后可获得的效果,提高依从性。

③个体化饮食教育指导:结合患者肾脏病情、血透治疗情况和营养需求,对患者强调合理膳食结构、适量蛋白质摄入、控制糖分和脂肪摄入等对病情稳定重要性,指导患者如何根据自身情况和饮食需求进行食物选择和搭配,鼓励他们积极参与营养管理。根据患者具体情况,对患者每日饮食中磷、钠、钾、糖分、盐分、脂肪等摄入量进行严格控制。

④个体化情绪教育指导:根据患者的情绪状态和需求,提供相应的情绪支持和心理教育。可以通过倾听、鼓励、理解和安慰等方式,帮助患者调节情绪,增强抗压能力。若患者缺乏技术支持,应与家属保持良好沟通,鼓励家属多陪伴患者,让患者主动与家属沟通,使其互相理解,帮助患者获取家属支持。若患者缺乏社会支持,定期组织病友交流活动,鼓励患者之间分享个人经历,让患者感受到社会支持。可选择面对面沟通、线上发送视频等方式,帮助患者掌握深呼吸练习与冥想方法,鼓励患者根据个人偏好,培养绘画、陶艺、书

法等兴趣,转移注意力,减轻不良情绪。

⑤个体化运动教育指导:根据患者的具体情况,制定个体化的运动计划,确保运动类型、强度、频率和持续时间等的合理性。建议选择适度的有氧运动,如散步、慢跑、骑自行车等,提醒避免过度劳累和受伤。

⑥个体化药物教育指导:在给予不同患者药物时,向患者详细讲解药物作用机制、用药可获得的效果、可能出现的不良反应及处理方法等,并进行举例说明,强调规范用药重要性。

### 1.3 判断标准

(1)评估两组健康生活方式,健康生活方式评估量表,评估内容包括健康饮食、规范用药、适量运动、情绪稳定,每项0-40分,分值越高则表示生活方式越健康。(2)统计两组恶心呕吐、烦躁不安、头晕头痛、血压升高等不良反应发生情况。

### 1.4 统计学方法

使用SPSS20.0软件分析数据, $t$ 和 $\bar{x}\pm s$ 为连续性变量中服从正态分布的计量资料,卡方和%为计数资料, $P<0.05$ 为有统计学意义或价值。

## 2 结果

### 2.1 健康生活方式分析

健康生活方式方面,两组相比,观察组各项值更高( $P<0.05$ )。如表1所示。

### 2.2 不良反应分析

不良反应方面,两组相比,观察组总值更低( $P<0.05$ )。如表2所示。

## 3 讨论

从血透患者实际情况来看,合理的饮食可减少肾脏负担,维持电解质平衡;适量运动有利于提高身体代谢和免疫功能;保持稳定情绪有利于减轻临床症状与心理压力;规范用药可增强疗效,减少并发症<sup>[3]</sup>。临床针对血透患者主要会采取常规模式开展护理工作,虽然有利于治疗顺利进行<sup>[4]</sup>,但是不能有效提高护理效果。个体化健康教育是根据个体的健康状况、疾病风险、生活方式等因素,为每个人量身定制的健康教育计划<sup>[5]</sup>。

表1 比对两组健康生活方式评分[ ( $\bar{x}\pm s$ ) (分) ]

组别	健康饮食	规范用药	适量运动	情绪稳定
观察组 (n=46)	37.02±1.12	37.12±1.69	37.12±1.26	37.62±1.03
对照组 (n=49)	31.02±0.74	31.10±0.32	31.11±0.29	31.07±0.33
$t$	30.986	24.480	32.495	42.275
$P$	0.001	0.001	0.001	0.001

表2 比对两组不良反应 (n, %)

组别	恶心呕吐	烦躁不安	头晕头痛	血压升高	总发生
观察组 (n=46)	0	1	0	0	1 (2.17)
对照组 (n=49)	1	2	1	1	5 (10.20)
$\chi^2$					5.556
<i>P</i>					0.018

通过了解个体的需求和特点,制定针对性的健康教育内容和方法,以帮助个体更好地管理疾病、改善健康、预防疾病的发生<sup>[6]</sup>。将其应用到血透患者护理中,结合患者实际情况,制定适合患者的健康教育内容,提高健康教育效果,有利于增加患者对自身健康管理的主动参与度,提高依从性<sup>[7]</sup>。结合文中研究结果,健康生活方式方面,两组相比,观察组各项值更高 ( $P<0.05$ )。不良反应方面,两组相比,观察组总值更低 ( $P<0.05$ )。提示,在血透患者护理中应用个体化健康教育效果较佳。

究其原因,对患者进行全面评估后,制定个体化健康教育计划,确保护理质量;按照个体化健康教育,对患者开展饮食、情绪、药物、运动等方面健康教育,让患者清楚了解改善健康生活方式对病情控制重要影响,掌握健康方式改善方法,使其主动参与到护理中,有效形成健康饮食、保持良好情绪、坚持适量运动、规范用药等健康生活方式,增强整体疗效<sup>[8-9]</sup>,减少并发症。但是文中纳入例数较少,存在局限,需要对应用价值进一步分析。

综上所述,在临床护理中实施个体化健康教育,有利于改善血透患者健康生活方式,有利于控制不良反应,这对提高血透患者护理水平有着重要意义。

### 参考文献

- [1] 于嘉. 血透患者护理中实施个体化健康教育的效果及不良反应发生率分析[J]. 航空航天医学杂志,2021,32(3): 368-369.

- [2] 赵欣,丁林,王伟. 个体化健康教育在血透患者护理中的应用价值体会[J]. 健康管理,2021,10(3):248.
- [3] 孙晓芳. 个体化健康教育在血透患者护理中的应用价值体会[J]. 实用临床护理学电子杂志,2020,5(47):99.
- [4] 涂丹丹. 个体化健康教育在血透患者护理中的应用评价[J]. 母婴世界,2020,9(19):249.
- [5] 葛茂琳. 探讨血透患者护理中个体化健康教育的应用效果[J]. 母婴世界,2020,12(30):253.
- [6] 周丙强. 血透患者护理中个体化健康教育的应用体会[J]. 健康必读,2020,16(18):183-183,182.
- [7] 虞吉. 个体化健康教育在血液透析患者护理中的应用对患者生活质量的影响[J]. 自我保健,2023,5(15):224-225.
- [8] 郑敏. 个体化健康教育在血透患者护理中的应用价值及其对生活质量的改善价值研究[J]. 保健文汇,2021,22(28): 53-54.
- [9] 邓萍,邓秀芝,杜美霖,等. 血透患者护理中个体化健康教育的应用分析[J]. 自我保健,2021,16(10):137-138.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS