

# 组合式呼吸康复训练联合健康教育对老年 COPD 疾病患者肺功能和锻炼依从性的影响

苏 瑛

中国人民解放军联勤保障部队第九四三医院 甘肃武威

**【摘要】目的** 探究在对老年 COPD 疾病患者护理过程中开展组合式呼吸康复训练联合健康教育对于改善患者肺功能的作用。**方法** 选择 2021 年 6 月至 2022 年 6 月本院收治老年 COPD 疾病患者 120 例为对象，数字表随机均分对照组（60 例，开展常规护理支持）和观察组（60 例，开展组合式呼吸康复训练以及健康教育）。分析护理效果。**结果** 对比患者肺功能水平，干预前无差异，干预后观察组高于对照组， $P<0.05$ 。对比两组炎症因子水平，观察组低于对照组， $P<0.05$ 。锻炼依从性，观察组高于对照组， $P<0.05$ 。**结论** 在对老年 COPD 患者进行护理时开展组合式呼吸康复训练以及健康教育，可以改善患者肺功能，增加患者依从性。

**【关键词】** 组合式呼吸康复训练；健康教育；COPD；肺功能；依从性

**【收稿日期】** 2023 年 8 月 15 日 **【出刊日期】** 2023 年 9 月 10 日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000499

## The effect of combined respiratory rehabilitation training combined with health education on lung function and exercise compliance in elderly COPD patients

Ying Su

The 943 Hospital of the People's Liberation Army Joint Service Support Force, Wuwei, Gansu

**【Abstract】Objective** To explore the role of combined respiratory rehabilitation training combined with health education in improving lung function in the nursing process of elderly COPD patients. **Method** A total of 120 elderly COPD patients admitted to our hospital from June 2021 to June 2022 were selected as the subjects. They were randomly divided into a control group (60 cases, receiving routine nursing support) and an observation group (60 cases, receiving combined respiratory rehabilitation training and health education) using a digital table. Analyze the effectiveness of care. **The results** showed that there was no difference in lung function levels among the patients before intervention, and after intervention, the observation group was higher than the control group ( $P<0.05$ ). Comparing the levels of inflammatory factors between the two groups, the observation group was lower than the control group,  $P<0.05$ . Exercise compliance was higher in the observation group than in the control group,  $P<0.05$ . **Conclusion** Conducting combined respiratory rehabilitation training and health education in the care of elderly COPD patients can improve lung function and increase patient compliance.

**【Key words】** Combined respiratory rehabilitation training; Health education; COPD; Lung function; Compliance

慢性阻塞性肺疾病（COPD）属于呼吸系统疾病中最为常见且发生率较高的类型，在临床一直保持有较高的发生率，病症周期长，对患者肺功能造成的损伤较大。会导致患者存在有咳嗽、呼吸困难等方面症状，严重影响到患者正常生活<sup>[1-2]</sup>。在对老年 COPD 患者进行治疗过程中，为促进患者肺功能可以尽快得到改善，需及时指导患者开展康复训练。本次研究就主要对组合式呼吸康复训练联合健康教育在该部分患者护理中

的具体价值进行探究。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选择 2021 年 6 月至 2022 年 6 月本院收治老年 COPD 疾病患者 120 例为对象，数字表随机均分对照组（60 例，开展常规护理支持）和观察组（60 例，开展组合式呼吸康复训练以及健康教育）。在患者组成方面，对照组中男性 32 例，女性 28 例，年龄在 61—79

岁间, 均值为  $(69.52 \pm 1.56)$ 。观察组中男性 31 例, 女性 29 例, 年龄在 60—78 岁间, 均值为  $(69.11 \pm 1.64)$ 。对两组基本资料对比, 无差异,  $P > 0.05$ 。本次研究纳入患者认知、交流功能正常, 无精神类疾病史, 无其他呼吸系统疾病。在对比干预开展前均告知两组患者以及家属本次研究目的, 在其知晓且愿意参与的情况下开展后续研究。

### 1.2 方法

对照组在治疗期间按照常规护理支持, 护理人员准确评估患者各方面指标变化情况, 了解患者病症特点。结合患者治疗方案指导患者科学进行用药, 保障良好的用药习惯, 并积极开展常规呼吸功能锻炼, 进行缩唇呼吸、腹式呼吸等。在对观察组进行护理时则开展组合式呼吸康复训练以及健康教育。(1) 组合式呼吸康复训练。指导患者保持仰卧位, 并在患者腹部放置对应规格沙袋, 指导患者进行挺腹训练。并指导患者在吸气过程中将肺部用力隆起, 呼气时缓慢收缩腹部。在首次训练时, 沙袋重量控制在 800g 左右, 结合患者具体恢复情况逐步增加沙袋重量, 最大不得超过 4Kg。单次训练时间控制在 5min。在训练完成后需及似乎进行吸氧 (浓度控制在 25%, 氧流量控制在 2L/min。早晚各训练以此。在前 7 天, 需要在护理人员指导下进行呼吸训练, 并协助患者掌握正确的呼吸训练方式。并指导患者在日常生活中自主完成呼吸训练。并指导患者进行缩唇呼吸, 指导患者最大限度吸气, 保持 5 秒左右, 再将嘴形成吹口哨形状, 缓慢呼出气体, 达到训练的目的, 单次进行 10 分钟, 早晚各进行一次。(2) 健康教育。老年 COPD 患者恢复较为缓慢, 在治疗期间患者肺功能恢复情况与患者依从性存在有密切联系。护理人员在与患者交流过程中需准确评估患者对自身病症的了解程度, 并按照患者容易理解的方式, 耐心为患者讲解在 COPD 的诱发因素, 临床对于该症的研究进展等, 可指导患者观看有关病症的视频资料或者阅读有关书籍资料等, 增加患者对自身病症的认识。并详细为患者宣贯进行组合式康复训练的作用等, 帮助患者意识到严格按照医嘱进行康复训练以及准确用药的重要性。

### 1.3 观察指标

在本次研究中需对两组肺功能水平进行统计, 包括最大呼吸流量、用力肺活量、第一秒用力呼气容积。对两组患者在治疗前后白细胞计数、C 反应蛋白水平、脑自然肽 n 端前体蛋白水平水平进行统计, 并评估患者在治疗过程中依从性。

### 1.4 统计学方法

本次研究中与两组有关数据都按照 SPSS20.0 进行处理, 百分数对计数数据表示, 卡方检验, 计量数据则以均值±标准差表示, t 检验,  $P < 0.05$  差异具备统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组肺功能水平对比

对比患者肺功能水平, 干预前无差异, 干预后观察组高于对照组,  $P < 0.05$ , 详见下表 1。

### 2.2 两组炎症因子水平对比

对两组干预前后白细胞计数、C 反应蛋白水平、脑自然肽 n 端前体蛋白水平进行统计, 在干预前两组患者无明显差异, 干预后, 观察组明显低于对照组,  $P < 0.05$ , 详见下表 2。

### 2.3 两组依从性对比

在治疗期间, 观察组依从性为 100.00% (60/60), 对照组为 83.33% (50/60) 对比可知, 观察组依从性高于对照组,  $\chi^2 = 11.042$ ,  $P = 0.001 < 0.05$ 。

## 3 讨论

老年 COPD 在临床一直保持有极高的发生率, 会对患者肺功能造成不可逆损伤, 降低患者肺通气以及换气功能, 促使机体长时间处在缺氧状态, 对患者健康以及日常生活造成的负面影响较大。因老年人机体各方面功能存在有不同程度衰退的情况, 各个组织器官功能降低, 恢复较为缓慢, 且存在有反复性发作的特点, 治疗依从性较低。为促进该部分患者肺功能可以尽快得到改善<sup>[3-4]</sup>。在治疗期间, 需及时指导患者进行正确的呼吸康复训练。

在常规护理的基础上对患者进行健康教育, 可以帮助患者对自身病症特点进行更加全面的了解, 明确病症诱发因素, 临床主要治疗方案以及康复训练的作用等, 由此可以达到对患者依从性进行提升的目的。老年 COPD 患者呼吸方式以胸式呼吸为主, 呼吸浅表且较为急促, 无法有效满足机体对通气量的需求, 同时会增加呼吸肌的紧张程度, 严重时会导致患者出现呼吸衰竭的症状<sup>[5-6]</sup>。及时指导患者进行组合式呼吸训练, 协助患者掌握进行腹式呼吸锻炼的方式, 逐步引导患者对呼吸方式进行改变, 可以有效提升呼吸肌力量, 达到对呼吸机疲劳进行改善的目的, 由此可以达到对患者肺功能进行恢复的目的。同时在进行该呼吸训练后, 会促使呼吸肌对氧气的消耗量增加, 及时辅助进行氧疗, 可以针对患者血氧水平进行改善, 达到对患者呼吸肌疲劳进行改善的目的<sup>[7-8]</sup>。早在向邱等<sup>[9]</sup>研究中已经指出, 在对老年 COPD 患者进行护理的过程中, 及时指导患者进行组合式呼吸康复训练, 可以

帮助患者呼吸功能进行恢复,提升患者肺功能。叶瑞英等<sup>[10]</sup>研究指出,在该部分患者治疗过程中及时开展健康教育,可以增加患者锻炼依从性,更加积极的配合各方面康复锻炼与治疗,对于促进恢复同样具备有重要作用。在本次研究中,观察组患者在恢复过程中则接受组合式呼吸康复训练以及健康教育,对比常规护理支持可以发现,在该护理模式的作用下,可以有

效提升患者在康复锻炼过程中的依从性,帮助患者肺功能进行恢复,达到帮助患者进行恢复的目的。

综合本次研究,在对老年 COPD 患者进行治疗过程中可以及时将组合式呼吸康复训练以及健康教育进行运用,帮助患者肺功能进行提升,加快患者康复速度。

表 1 两组肺功能指标对比 ( $\bar{x}\pm s$ )

组别	例数	最大呼吸流量 (L/s)		用力肺活量 (L)		第一秒用力呼气容积 (%)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	60	3.71±0.25	4.91±0.53	2.56±0.12	2.98±0.08	1.26±0.18	1.89±0.17
对照组	60	3.73±0.26	4.05±0.12	2.51±0.12	2.51±0.12	1.25±0.19	1.63±0.12
t	-	1.105	9.152	1.857	8.135	1.575	12.025
P	-	0.634	0.001	0.245	0.001	0.342	0.001

表 2 两组炎症因子水平对比 ( $\bar{x}\pm s$ )

组别	例数	白细胞计数 (X10 <sup>9</sup> )		C 反应蛋白 (mg/mL)		脑自然肽 n 端前体蛋白水平 (pn/mL)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	60	12.01±2.11	6.42±1.62	28.23±1.86	9.08±1.14	525.12±16.42	269.45±12.12
对照组	60	12.2±1.86	10.05±1.34	28.17±1.72	17.22±1.32	526.45±17.01	314.11±10.121
t	-	1.252	11.425	1.274	8.025	1.858	11.012
P	-	0.242	0.001	0.524	0.001	0.425	0.001

### 参考文献

- [1] 裴明秀,康岩.基于计划行为理论的健康教育对 COPD 患者自我管理行为、心理状态及生活质量的影响[J].当代护士(中旬刊),2023,30(03):98-102.
- [2] 蔡丹玲,张英丽.抗阻呼吸康复训练联合健康教育对慢性阻塞性肺疾病患者的应用效果观察[J].中国社区医师,2022,38(35):132-134.
- [3] 曹培,丁培琴.Teach-back 联合微视频健康教育在促进 COPD 患者规范使用吸入剂的效果[J].护理实践与研究,2022,19(23):3475-3480.
- [4] 常越,陶岚,曾珍.SOP 背景下同质化健康教育对 COPD 患者疾病控制和自我管理的影响[J].川北医学院学报,2022,37(09):1223-1226.
- [5] 邵颖,段寒寒,谢艳.个性化肺康复结合多形式健康教育在 COPD 伴慢性呼吸衰竭患者中的效果[J].中西医结合护理(中英文),2022,8(09):41-44.
- [6] 石福荣,张敏.基于微信 APP 的健康教育对老年 COPD 患者疾病知识掌握及自我管理能力的影

响,2022,29(09):1283-1284.

- [7] 黄津津.慢性阻塞性肺疾病伴冠心病慢性心功能不全患者实施健康教育的效果分析[J].心血管病防治知识,2022,12(20):42-44.
- [8] 姜瑞娟.多元呼吸康复训练模式联合菜单式健康教育对老年慢性阻塞性肺疾病患者肺功能及生存质量的影响[J].临床研究,2020,28(10):165-167.
- [9] 向邱,张春瑾,徐素琴.多元化健康管理提高慢性阻塞性肺疾病患者吸入剂用药依从性的研究[J].护理管理杂志,2020,20(09):625-628+633.
- [10] 叶瑞英,吴婷婷.基于 IMB 模型的健康教育对 COPD 患者 KAP 水平及康复训练依从性的影响[J].齐鲁护理杂志,2020,26(09):89-91.

版权声明: ©2023 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。

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



OPEN ACCESS