

慢性病自我管理计划在慢性肾脏病患者护理中的应用效果研究

张航莉

西安交通大学第一附属医院肾内科 陕西西安

【摘要】目的 在慢性肾脏病护理中采用自我管理计划的临床价值与效用。**方法** 以 2020 年 6 月-2021 年 6 月期间来医院就诊的 72 例慢性肾脏病患者，作为此次实验探究的目标对象，利用盲选法将其分为对照组（n=36，常规护理）与实验组（n=36，在对照组基础之上辅以自我管理计划干预），对比两组患者各项肾功能数据水平与自我管理评分。**结果** 护理后，实验组患者尿蛋白（ 123.37 ± 1.63 ）mg/L、血肌酐（ 73.05 ± 3.56 ） μ mol/L、血尿素氮（ 8.33 ± 1.45 ）mmol/L 等指标数据低于对照组，Scr 清除率（ 97.22 ± 8.55 ）mL/min 高于对照组（ $P < 0.05$ ）；实验组患者症状评分（ 29.61 ± 2.73 ）、情绪评分（ 27.53 ± 2.41 ）、自我效能（ 32.44 ± 2.02 ）各项评分均高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 对慢性肾脏病患者使用在对照组基础之上辅以自我管理计划干预，可明显提高患者的自护与管理能力，增加自我效能，并对其整体的治疗依从性有着显著的改善作用，使得康复周期减少，可在临床相似病例中普及、推广。

【关键词】 慢性肾脏病；自我管理计划；效果与价值

Research on the application effect of chronic disease self-management plan in the nursing of patients with chronic kidney disease

Hangli Zhang

Department of Nephrology, The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Xi'an, Shaanxi, China

【Abstract】 Objective To evaluate the clinical value and effectiveness of self-management plan in the nursing of chronic kidney disease. **Methods** taking 72 patients with chronic kidney disease who came to the hospital from June 2020 to June 2021 as the target object of this experiment, they were divided into control group (n = 36, routine nursing) and experimental group (n = 36, supplemented by self-management plan intervention on the basis of control group) by blind selection. The data levels of renal function and self-management ability scores of the two groups were compared. **Results** after nursing, urine protein (123.37 ± 1.63) mg / L and blood creatinine (73.05 ± 3.56) μ mol / L in the experimental group. The clearance rate of nitrogen (SCR) in the control group was lower than that in the control group (33 ± 8.05 mol / L) ($P < 0.05$); The scores of symptom score (29.61 ± 2.73), emotion score (27.53 ± 2.41) and self-efficacy (32.44 ± 2.02) in the experimental group were higher than those in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** the use of self-management plan intervention for patients with chronic kidney disease on the basis of the control group can significantly improve their self-care and management ability, increase self-efficacy, and significantly improve their overall treatment compliance, reduce the rehabilitation cycle, and can be popularized and popularized in similar clinical cases.

【Keywords】 Chronic Kidney Disease; Self Management Plan; Effect And Value

慢性肾脏病的临床特征是持续性尿量、尿色改变、尿沫增多及排尿异常，且肾脏结构、排泄功能存在损伤以及功能性肾单位缺失^[1]。据不完全统计，世界范围内的慢性肾脏病发病率大约在 10%-15%之间，男性患病人数多与女性，但男性患者很易转变为终末期肾脏疾病。针对 ESRD 患者来说，解决肾脏替代疗法受限问题是一项重要工作。在整个病症的初期阶段，患者会出现明显水肿，如晨起时，患者的眼及面颊水肿，午后则会自行

好转，严重者其双腿、双踝处及全身各个部位都会出现水肿情况^[2]。但随着疾病的病情的进展，患者的肾功能会逐渐损伤，还会牵涉影响其他器官系统的功能，治疗难度大，恢复周期久，治愈速度缓慢，同时还有一定的并发症发生风险。可见，在治疗 CKD 过程中，采用有效的临床护理方式是尤为重要的。为进一步探究对照组基础之上对慢性肾脏病患者在实施自我管理计划干预的效用及价值，现将研究结果报道如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

以 2020 年 6 月-2021 年 6 月期间来医院就诊的 72 例慢性肾脏病患者, 作为此次实验探究的目标对象, 利用盲选法将其分为对照组(n=36)与实验组(n=36)。对照组男女比为 17:19, 年龄 42-76 岁 平均 (55.65±2.35) 岁; 患病周期为 3-6 年, 平均为 (4.13±0.37) 年; 实验组男女比为 15:21, 年龄为 45-72 岁, 平均 (55.98±2.31) 岁; 患病周期 4-9 年, 平均为 (4.79±1.71) 年。全部参加该次研究慢性肾脏病患者, 均意愿签署同意书, 纳入实验观察。对比每位患者年龄、性别、患病周期等病例资料没有明显差异 (P>0.05)。

纳入标准: ①经尿常规、肾功能、B 超、血糖以及血压等各项检测, 病理学及影像学显示异常, GFR 低于 60ml/min/1.73m², 符合慢性肾脏病有关指征; ②肾结构或功能受损、GFR 显异常时间≥3 个月; ③无合并其他系统类病症, 如自身免疫性疾病等; ④病例资料来源完整, 且护理依从性较佳。

排除标准: ①有继发性或糖尿病肾病者; ②患者除去肾脏病外, 还伴随一些器质性病症, 涉及心、肺、肾等; ③存在精神或意识障碍, 无法积极配合合作者, 或中途可能退出实验者。

1.2 方法

对照组应用常规护理。

实验组在对照组基础之上辅以自我管理计划干预, 具体如下: 通过临床慢性肾脏病的专业医师介绍自我管理计划的主要含义、知识、目标、方式和意义, 还有其相关患病原因、不适症状和系列并发症及相应的预防、治疗措施。a. 护理人员要依照患者的实际的病症进展, 拟定相应每周的行动护理计划, 让患者将本周打算执行的事情写下, 并为实现目标采取相应行动。b. 情绪管理: 慢性肾病患者有着水肿, 尿量、尿色改变, 尿沫增多及排尿异常等不良指标, 上述情况常会影响患者的精神状态, 让其变得的急躁、忧虑、悲观, 加之疾病的周期性较长, 长久的病痛折磨会对患者造成一定的心理与经济压力, 特别针对经济条件较差者

来说。然而良好的心理状态对缓解慢性肾脏病症具有深刻的意义, 指导患者学习怎样管理自我情绪、缓解自身压力, 医院需采取相应的心理指导, 可依据患者的喜好, 来调节患者内心情绪, 如看喜剧节目, 听轻音乐等。患者还可通过与家属或护理人员谈心, 来降低对病症的注意力转移, 缓解其压力。c. 运动管理: 慢性肾脏病患者接受适度锻炼有助于增强机体素质与免疫力, 消除患者负性情绪、极端心理状态。护理人员需指导患者根据其自身病程进展来选取适当的锻炼方式类, 如步行、慢跑及一些有氧运动, 禁忌剧烈型运动。d. 饮食管理: 由于食欲差, 不愿吃饭, 导致患者机体缺乏营养, 因此, 护理时需着重于调节患者饮食, 推荐 LPD。其对患者的肾脏血流动力学有起到屏障作用, 同时, 减少动物蛋白, 吸纳植物蛋白都能显著降低尿毒症毒素含量, 减轻磷负荷, 减少酸中毒事件, 更好地抑制代谢类骨病。患者应限制高钾、高磷和高糖的饮食。e. 用药管理: 护理人员需叮嘱患者及时服药, 如激素类、免疫抑制剂、降压或降脂类, 注意用药禁忌以及用药时间。

1.3 观察指标

①比较两组尿蛋白 (PRO)、血肌酐 (Scr)、血尿氮素 (BUN) 与 Scr 清除率 (Ccr) 水平的指标数据。

②利用自我管理能力测定量表 (ESCA), 含症状管理 (32)、情绪管理 (33)、自我效能评分 (35) 等 3 项, 共 100 分, 分数越高, 管理能力越理想。根据专家评估, 问卷有效性的 CVI=0.913, Cronbach's α 系数=0.833, 具有良好的信度和效度。

1.4 统计学分析

使用 SPSS24.0 统计软件对此次研究数据进行统计学分析, 计量资料采用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 结果采用 t 检验。计数资料采用百分比 (%) 表示, 结果采用 χ^2 检验。P<0.05 表示差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组肾功能数据水平情况

护理后, 实验组患者各项肾功能数据水平均优于对照组 (P<0.05), 见表 1。

表 1 两组患者各项肾功能数据水平比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别 (n=36)	尿蛋白 (mg/L)		血肌酐 (μmol/L)		血尿氮素 (mmol/L)		Scr 清除率 (mL/min)	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
实验组	220.45±1.61	123.37±1.63	133.45±4.91	73.05±3.56	14.36±2.71	8.33±1.45	75.95±9.36	97.22±8.55
对照组	220.33±1.52	149.51±1.82	133.83±4.72	82.27±3.73	14.52±2.47	12.42±1.61	75.84±9.45	82.63±8.72
t	0.625	6.722	0.571	6.428	0.072	9.232	0.522	7.010
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 两组患者自我管理能力的评分比较 [($\bar{x} \pm s$, 分)]

组别	例数	症状评分	情绪评分	自我效能评分
实验组	36	29.61±2.73	27.53±2.41	32.44±2.02
对照组	36	18.51±2.65	15.34±2.72	28.56±2.53
<i>t</i>		8.801	8.615	8.772
<i>P</i>		0.001	0.001	0.001

2.2 对比两组自我管理能力的评分情况

实验组患者自我管理能力的评分均高于对照组 ($P < 0.05$), 见表 2。

3 讨论

慢性肾脏病 (CKD) 是一种典型的慢性肾病, 复发性较强。其发病多是由于各种肾脏病理损伤造成。临床上, 慢性肾脏病与高血压、肾动脉硬化、继发性肾小球肾炎等疾病有关。若患者的尿蛋白排泄率超过 20mg/24h, 尿沉渣及肾显像见异常, 肾脏组织发生变化则为 CKD 患者^[3]。依据 GFR, 慢性肾脏疾病可分为五个阶段 G1-G5, G3 后, 临床症状更为显著, 并在达到肾功能衰竭阶段后病情恶化。因此, 有必要对慢性肾病患者予以对症治疗和护理服务, 并平稳患者情绪, 延缓病程进展, 以防病情愈发严重。因此, 临床针对 CKD 患者, 在对照组基础之上加以自我管理计划干预。

自我管理计划 (CDSMP) 为 1970s 年代于芬兰诞生的一种慢性病自我管理计划模型^[4]。该模型侧重于对慢性患者的饮食、行为习惯、运动强度、心理与情绪转变以及实际病程等因素, 进行针对性干预与统筹管理, 分析慢性肾脏病医学数据, 传播相关健康教育知识。CDSMP 干预对常规护理有着加持、辅助的重要作用。以护理学角度而言, CDSMP 干预以患者为重点, 且有着人性化、科学性和综合性的特征。

此次结果显示, 实验组患者 PRO、Scr、BUN 与 Ccr 等各项肾功能数据水平均优于对照组 ($P < 0.05$); 实验组患者症状评分、情绪评分、自我效能评分均高于对照组 ($P < 0.05$)。此次实验与赵鲁豫、姜玲芝等研究出结果一致^[5]。CDSMP 可以有效强化疾病患者对健康教育知识的知晓率, 增加患者对自身健康的管理及保护意识, 提升治疗与护理依从性, 改善其不正确的行为习惯, 以此来提高患者症状管理、情绪管理及自我效能管理, 减少治疗周期, 避免患者的肾功能损害加重。此次临床病例研究的样本纳入量相对受限,

且在患者离院后, 科室护理人员未长期开展随访活动。因此, 自我管理计划的实施效果有待深入研究、证实。

综上所述, 在对照组基础之上对慢性肾脏病患者辅以自我管理计划干预, 可加快其肾功能恢复, 依从性增加, 自护能力增强。

参考文献

- [1] 刘婷. 自我管理干预在慢性肾脏病非透析患者中的应用 [J]. 中华现代护理杂志, 2021, 16(19): 2614-2618.
- [2] 张文婷. 个体护理干预在提升慢性肾脏病患者睡眠质量与生命质量的效果观察 [J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6(10): 1424-1425.
- [3] 张云云. 循证护理在肾病综合征患者中的应用措施和护理质量分析 [J]. 世界最新医学信息文摘 (连续型电子期刊), 2019, 19(97): 262, 264.
- [4] 万玉红, 易娜, 王雪娇. 慢性病自我管理计划在慢性肾脏病患者护理中的应用效果 [J]. 中国当代医药, 2019, 26(7): 244-246, 250.
- [5] 赵鲁豫, 姜玲芝. 慢性病自我管理计划用于慢性肾脏病患者护理中的效果 [J]. 临床医学工程, 2021, 19(4): 517-518.

收稿日期: 2022 年 5 月 12 日

出刊日期: 2022 年 8 月 26 日

引用本文: 张航莉, 慢性病自我管理计划在慢性肾脏病患者护理中的应用效果研究 [J]. 国际护理学研究, 2022, 4(4): 36-38
DOI: 10.12208/j.ijnr.20220149

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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