

饮食护理联合心理护理在慢性胃炎患者中的应用效果

杨丽萍

山东省乳山市冯家镇卫生院 山东乳山

【摘要】目的 分析探究饮食护理联合心理护理在慢性胃炎患者中的应用效果；**方法** 选择我院2021年3月-2023年3月收治的慢性胃炎患者78例，按照治疗时间的顺序分为对照组和观察组各39例，对照组采用常规护理，观察组增加饮食护理和心理护理，对比两组患者的护理依存性和两组患者的心理状态。**结果** 观察组的患者护理依存性和心理状态评分明显优于对照组，差异均有统计学意义， $P < 0.05$ 。**结论** 饮食护理联合心理护理在慢性胃炎患者中的应用效果明显，可提高患者护理依存性的同时，改善其不良心境，利于护理治疗开展和减少二次复发，医学意义明显，可进行大力推广。

【关键字】 饮食护理；心理护理；慢性胃炎；胃部疾病；护理依存性

【收稿日期】 2023年5月15日 **【出刊日期】** 2023年7月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000374

The application effect of dietary care combined with psychological care in patients with chronic gastritis

Liping Yang

Shandong Rushan City Fengjia Town Health Center Rushan Shandong

【Abstract】 Objective To analyze and explore the application effect of dietary care combined with psychological care in patients with chronic gastritis; **Method** 78 patients with chronic gastritis admitted to our hospital from March 2021 to March 2023 were selected and divided into a control group and an observation group, with 39 patients in each group. The control group received routine care, while the observation group received dietary and psychological care. The nursing dependency and psychological status of the two groups of patients were compared. **Result** The nursing dependency and psychological state scores of patients in the observation group were significantly better than those in the control group, with statistically significant differences ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of dietary care combined with psychological care in patients with chronic gastritis has a significant effect. It can improve the patient's nursing dependency, improve their adverse mood, facilitate nursing treatment, and reduce secondary recurrence. It has obvious medical significance and can be vigorously promoted.

【Key words】 Dietary care; Psychological care; Chronic gastritis; Gastric diseases; Nursing dependency

慢性胃炎是消化系统常见的疾病，由不同的病因引起慢性胃粘膜炎症和萎缩性胃病，按照临床特点分为可以分为慢性浅表性胃炎，慢性萎缩性胃炎和特殊类型慢性胃炎三大类^[1-2]。其表现没有明显特异性，多数患者无表现，少部分患者则展现为饭后有明显撑胀感、食欲减退、上腹部出现疼痛和贫血以及体重减轻等症^[3]。临床研究发现，对慢性胃炎患者进行饮食护理和心理护理，可有效减少复发率，提高预防意识，对于患者正常生活和工作有明显的促进意义。本文就饮食护理联合心理护理在慢性胃炎患者中的应用效果，现进行如下报道：

1 对象和方法

1.1 对象

选择我院2021年3月-2023年3月收治的慢性胃炎患者78例，按照治疗时间顺序分为对照组和观察组各39例，其中对照组男性患者21例，女性患者18例，年龄范围36-68岁，平均年龄为 51.4 ± 2.3 岁，病程范围1.5-5年，平均病程 3.5 ± 1.2 年，分为慢性浅表性胃炎12例，慢性萎缩性胃炎14例和特殊类型慢性胃炎13例；观察组男性患者16例，女性患者23例，年龄范围48-69岁，平均年龄为 53.8 ± 2.5 岁，病程范围2-7.5年，平均病程 5.6 ± 0.8 年，分为慢性浅表性胃炎15例，慢性萎缩性胃炎10例和特殊类型慢性胃炎14例；两组患者一般资料无统计学意义，差异对比P

> 0.05, 研究可进行, 我院伦理会知情且批准该项研究。

1.2 纳入标准和排除标准

纳入标准: ①临床资料完整, 非他院转入; ②本人自愿加入该项研究, 且中途不退出; ③可达成有效交流; ④年龄大于 18 岁;

排除标准: ①心肝肾有重大疾病者; ②近期有严重的脑卒中发病者; ③妊娠期或者哺乳期患者; ④消化道有未知原因出血的患者; ⑤消化道存在肿瘤者; ⑥肾功能不全者; ⑦免疫系统缺陷者; ⑧失智、失聪、失语型患者; ⑨精神障碍患者; ⑩无法达成有效交流者; ⑪自身不愿意加入该项研究者;

1.3 方法

对照组的患者采用常规护理: ①一般治疗: 对患者进行慢性胃炎的疾病知识宣教, 增加患者疾病了解度, 同时指导患者戒烟戒酒, 清淡饮食、避免熏制、烤制、和辛辣性的食物。②对因治疗: 对引起慢性胃炎的幽门螺旋杆菌进行抗 HP 治疗, 通过根除幽门螺旋杆菌, 可有效改善胃粘膜的组织学情况, 同时预防消化性溃疡和降低胃癌的发生率。③对症治疗: 可使用抑酸抗酸、促胃肠动力、胃黏膜保护药的中成药进行治疗, 对修复黏膜及抗炎有一定效果。同时如有恶性的贫血者, 则要注射维生素 B12 进行治疗。

观察组的患者采用饮食护理和心理护理, 具体如下: ①饮食护理: 对患者和患者家属采取一对一的饮食护理科普, 指导患者要有饮食护理的概念, 要注意饮食摄入和胃部保暖。再制定针对性的饮食计划: 如养成平时细嚼慢咽的好习惯, 对进嘴的食物进行充分的咀嚼, 分泌黏液较多后, 可以有效的保护胃粘膜。清晨起床和餐前, 可饮一杯水, 保护胃肠组织。还可通过发放饮食调查表, 了解患者的饮食习惯, 和家属一起制定符合患者三餐饮食的饮食结构, 并且对家属做出监督要求, 强调其共同饮食护理。②心理护理: 通过和患者的沟通以及交谈, 评估患者的心理情况, 针对其担忧、烦躁的点进行逐个的护理, 引导患者多往积极正能量的一面想, 只要饮食和药物控制得当, 可有效减少慢性胃炎的发作, 不会对患者的生命造成影响。要鼓励患者持之以恒的进行防范, 减少二次病发。同时护理人员要争取获得其家属的支持, 鼓励家属在身边时刻监督和引导患者, 可增加患者的被关爱度, 使其保持愉悦的心情, 利于治疗。③睡眠和情绪管理: 慢性胃炎病症和心情有密切关系。当心情不好时, 会引起胃疼胃胀, 消化不好的问题, 应该注意适当的调整心情, 进行合理的休息的同时保证睡眠, 听过指

导患者制定自身的睡眠计划, 每晚用温水泡浴和饮用热牛奶的方式, 来放松心情, 保持情绪的稳定。

1.4 观察指标

①对比两组患者的护理依存性; ②对比两组患者的心理状态, 采用 SAS 焦虑量表和 SDS 抑郁量表, 均为 80 分, 超过 50 分, 存在明显抑郁和焦虑;

1.5 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 对比两组患者的护理依存性

观察组的患者护理依存性优良者有 38 人, 优良率 97.43% 明显高于对照组护理依存性优良者 29 人, 优良率为 75.35%, 组间各项数据对比, 差异均有统计学意义, $P < 0.05$, 见表 1:

2.2 对比两组患者的心理状态

观察组的患者在各项指标上均优于对照组, 差异对比有统计学意义, $P < 0.05$, 见表 2:

3 讨论

慢性胃炎是指胃黏膜慢性的炎症, 常见幽门螺旋杆菌和大量饮酒、使用抗生素以及接受化疗等原因引起^[4]。而慢性胃炎对人的危害主要表现在三个方面: 第一、慢性胃炎引起腹痛, 贫血, 导致患者出现乏力和皮肤苍白等现象, 严重影响生活和工作。第二、慢性胃炎可引起并发症, 对人体产生危害。如慢性胃炎可以并发溃疡、出血症状, 而出血的时候会出现呕血、便血症状, 出现昏迷性休克危及生命, 尤其是慢性萎缩性胃炎, 当有异型增生或者肠上皮化生的时候, 还有癌变风险, 影响患者生命^[5-6]。而临床针对慢性胃炎患者治疗主要以药物治疗为主, 包括抑制胃酸分泌的药物和改善胃肠功能促进胃肠动力以及保护胃黏膜中和胃酸的药物。同时针对引起慢性胃炎的罪魁祸首幽门螺旋杆菌, 要进行抗幽门螺旋杆菌治疗。除此之外, 慢性胃炎护理还需要添加饮食护理, 避免暴饮暴食以及过饱饮食的情况, 同时要少食多餐, 避免辛辣, 刺激生冷、油炸、油腻、过酸、过甜等不容易消化的食物, 饮食则以容易消化的清淡流质, 半流质饮食为主, 多吃新鲜的蔬菜以及水果^[7-8]。而慢性胃炎极易反复发作, 导致患者长期处于治疗中, 容易引发心理问题, 因此临床心理护理也十分重要。临床护理要引导患者自身正确认识情绪对于疾病的负面影响, 告知其稳定的情绪可减少复发概率^[9]。同时对患者主诉的病情, 要进行

分析,哪部分是真实存在的病情,哪部分是过度忧患造成的错觉,使其客观的了解病情,正面看待自身病情。还可引导患者培养一些兴趣爱好,用来转移对病情的过度沉浸,如散步、下棋、打太极等有氧活动,可以减少不良心境。针对其家属要引导多给患者鼓励,多给患者关爱,增强其疾病治疗的信心。同时还要指导慢性胃炎患者要避免出现熬夜与过度劳累的情况^[10]。在本文研究中可以看出,对慢性胃炎患者实施饮食管

理和心理管理,可提高患者的依存性,对于口服药物、饮食控制等各方面有较好的依存,利于疾病的恢复。而对患者进行心理护理,可有效减少其焦虑和抑郁等不良心境,从而进行有效的进行情绪控制,减少复发概率。

综上所述,饮食护理联合心理护理在慢性胃炎患者中的应用效果明显,可提高患者护理依存性的同时,改善其不良心境,利于护理治疗开展,可进行推广。

表1 对比两组患者的护理依存性[n, (%)]

组别	例数	优	良	一般	很差	优良率
观察组	39	32 (82.05%)	6 (15.38%)	1 (2.57%)	0 (0%)	38 (97.43%)
对照组	39	15 (38.46%)	14 (35.89%)	8 (20.51%)	2 (5.14%)	29 (75.35%)
χ^2	-	15.471	4.303	6.154	2.052	23.239
P	-	0.001	0.038	0.013	0.001	0.001

表2 对比两组患者的心理状态 ($\bar{x}\pm s$,分)

组别	例数	SAS 焦虑	SDS 抑郁	睡眠质量	情绪调节能力
观察组	39	49.25±2.67	49.18±2.45	88.63±2.15	87.15±2.56
对照组	39	52.27±5.18	51.26±4.45	86.31±3.75	85.67±2.18
t	-	3.236	2.557	3.351	2.748
P	-	0.001	0.012	0.001	0.007

参考文献

- [1] 谭会,张雪锋,陈新.中医药治疗慢性胃炎伴焦虑抑郁状态临床研究进展[J].吉林中医药,2023,43(04):489-492.
- [2] 秦建茹,王峰.慢性胃炎患者焦虑抑郁状况调查及危险因素[J].中国卫生工程学,2022,21(06):965-967.
- [3] 刘妍,黄惠.饮食护理联合心理护理在慢性胃炎患者中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2023,8(10):153-155.
- [4] 何婷婷.中医饮食调理联合情志护理对慢性胃炎患者营养状态、生活质量的影响[J].现代养生,2023,23(03):205-207.
- [5] 卢美蓉.饮食干预联合健康教育在慢性胃炎患者护理中的应用价值[J].名医,2022,(18):129-131.
- [6] 郑淑凤.饮食调护联合中医情志护理干预慢性胃炎临床研究[J].新中医,2020,52(24):164-167.

- [7] 张涛,王珍珍,马霓.中医饮食护理结合耳穴埋豆在慢性胃炎患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2022,28(11):59-62.
- [8] 袁瑞谦.慢性胃炎饮食护理探讨[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(18):126+140.
- [9] 曾远银,罗芳,许敏.中医饮食调理联合情志护理干预对慢性胃炎患者情绪及营养状态的影响[J].黑龙江医药,2021,34(02):488-490.
- [10] 吕婕.个体化饮食护理在慢性胃炎患者中的应用分析[J].名医,2020,(08):276-277.

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