

量化运动干预在肠道准备中的应用与护理

樊惠, 孙燕*

江苏省泰兴市人民医院 江苏泰兴

【摘要】目的 探析量化运动干预护理对结肠镜下检查肠道清洁效果的影响。**方法** 限定结肠镜下肠道清洁患者共计114例, 时间为2023年2月至2024年2月, 平均分为两组, 分析量化运动干预护理的临床应用价值。**结果** 在结肠镜下检查肠道清洁效果的医疗干预阶段, 护理措施的开展能更好地优化患者的配合程度, 有效完成肠道清洁度的检查, 进一步促进肠道清洁度的有效提升, 观察组肠道清洁度优于对照组 ($P < 0.05$); 量化运动干预护理方案的开展, 更好地优化了结肠镜检查阶段的肠道清洁效果, 优化医疗干预阶段患者的依从性与配合度, 更好地提升了医疗护理服务质量; 观察组患者护理质量评分明显更高 ($P < 0.05$); 观察组患者前期宣教、心理疏导等护理满意度各指标分值明显较高, 两组数据对比, $P < 0.05$ 。**结论** 在结肠镜检查肠道清洁度干预前, 开展量化运动干预护理措施, 能更好地优化肠道清洁效果, 有效改善结肠镜检查结果, 有重要的应用价值体现。

【关键词】 量化运动干预护理; 结肠镜检查; 肠道清洁效果; 影响

【收稿日期】 2024年5月22日

【出刊日期】 2024年7月12日

【DOI】 10.12208/j.cn.20240344

Application and nursing of quantified exercise intervention in bowel preparation

Hui Fan, Yan Sun*

Taixing People's Hospital of Jiangsu Province, Taixing, Jiangsu

【Abstract】Objective To explore and quantify the effect of exercise intervention nursing on intestinal cleaning under colonoscopy. **Methods** A total of 114 patients with intestinal cleansing under colonoscopy, from February 2023 to February 2024, were divided into two groups on average to analyze and quantify the clinical application value of exercise intervention nursing. **Results** In the medical intervention stage of colonoscopy, the development of nursing measures could better optimize the cooperation degree of patients, effectively complete the examination of intestinal cleanliness, and further promote the effective improvement of intestinal cleanliness. The intestinal cleanliness of the observation group was better than that of the control group ($P < 0.05$). The development of quantified exercise intervention nursing program can better optimize the intestinal cleaning effect in the colonoscopy stage, optimize the compliance and cooperation of patients in the medical intervention stage, and better improve the quality of medical care services. The nursing quality score of observation group was significantly higher ($P < 0.05$); The scores of nursing satisfaction indexes such as education and psychological counseling in the observation group were significantly higher, and the data of the two groups were compared, $P < 0.05$. **Conclusion** Before colonoscopy intestinal cleanliness intervention, quantitative exercise intervention nursing measures can better optimize the intestinal cleaning effect and effectively improve the results of colonoscopy, which has important application value.

【Keywords】 Quantitative exercise intervention nursing; Colonoscopy; Intestinal cleansing effect; Influence

结肠镜检查在临床诊断结肠疾病中具有重要作用, 被视为黄金标准, 原因是结肠镜检查能够使医疗人员直观、精确地观察患者的结肠黏膜表面状况, 为临床诊断和治疗提供有力依据。多项研究证实, 肠道准备的质量对结肠镜检查的诊疗效果具有重要影响, 充分的

肠道准备是确保结肠镜检查成功的关键因素^[1]。然而, 在实际操作中, 受多种因素影响, 部分患者的肠道准备并不理想。影响患者肠道准备质量的因素包括肠道清洁剂的种类、使用方法、服用间隔时间、结肠镜检查时间与预约等候时间、患者身体状况以及患者对肠道准

*通讯作者: 孙燕

备指导的遵循程度等。为此,有研究认为,提升患者对肠道准备重要性的认识和最大限度地提高患者肠道准备的遵循程度^[2],是提高患者肠道准备质量的有效途径。本次医疗阶段基于肠镜检查前的肠道清洁进行量化运动干预护理干预评价临床应用价值,详见下文。

1 资料与方法

1.1 一般资料

限定结肠镜下肠道清洁患者共计 114 例,时间为 2023 年 2 月至 2024 年 2 月,平均分为两组,对照组 57 例患者中,男女比为 30:27,平均(74.54±1.74)岁;观察组 57 例患者中,男女比为 31:26,平均(74.68±1.68)岁,基本资料平衡, $P>0.05$,可比。

1.2 纳排标准

纳入标准:(1)临床资料完整;(2)年龄 18~80 岁;(3)住院且在我院接受治疗者;(4)无认知障碍;(5)患者和家属对本研究知情且同意。

排除标准:(1)患上肠道梗阻、狭窄疾病者;(2)机体出现高血压疾病者;(3)患者无法正常沟通;(4)有过结直肠手术史者;(5)患上急性心血管疾病的患者;(6)确诊为心力衰竭疾病的患者;(7)出现肝、肾功能不全的患者;(8)精神分裂患者;(9)妊娠、哺乳期妇女。

1.3 方法

在进行消化内镜诊疗相关肠道准备的过程中,我们严格遵循我国制定的《中国消化内镜诊疗相关肠道准备指南》的要求,对两组患者实施了分次口服泻药的方案进行肠道准备工作。

在具体操作过程中,我们先要求患者在检查前的 24 小时内,采用低纤维饮食的方式,以减少肠道内的杂质。此举有助于提高内镜检查的清晰度,降低误诊率。紧接着,在检查前的 1 天晚上,我们指导患者分次口服 750 毫升的复方聚乙二醇电解质散。这种泻药能有效清洗肠道,使内镜检查更为顺利。然而,仅此还不够,还需在检查前的 4 至 6 小时内,让患者再次服用 2250 毫升的复方聚乙二醇电解质散,分次口服泻药方案,能确保肠道得到充分的清洗,为内镜检查创造最佳的诊疗条件。

对照组常规护理:检查前通过口头方式对患者展开宣教,将注意事项详细告知,叮嘱其出现异常及时向医生反馈。

在对照组中,采用常规的护理方法进行干预。于检查前,会将注意事项详细地告知患者,让他们清楚如何在检查过程中配合医护人员,以便顺利完成检查。此

外,我们还会强调在检查过程中如有任何异常情况,应及时向医生反馈,以便医生能及时采取相应的处理措施。

在检查过程中,医护人员会密切关注患者的反应,确保他们在检查过程中感受到舒适和安全。一旦发现患者出现异常情况,医护人员会立即采取相应的处理措施,确保患者的生命安全。

检查结束后,医护人员会对患者进行随访,了解他们在检查过程中的感受以及是否存在不适。针对患者提出的问题,医护人员会给予耐心解答,并针对性地提供相应的建议和指导。

在观察组中,则是在肠道检查前开展量化运动干预护理,具体的护理内容阐述为:腹部按摩可通过拉伸机体、增强胃肠反射、触发结肠和直肠肌肉收缩以及刺激躯体自主神经反射等方式提高肠道准备清洁度。嚼口香糖作为一种假饲行为,可通过刺激迷走神经促进胃肠道蠕动。这两种方法应用于肠道准备具有安全性高、简单、经济等优点。

为了更好地和患者进行沟通,了解患者的需求,可以借助微信开展质性访谈,根据患者情况制定个性化运动干预方案,通常情况腺下,选择步行作为运动项目,并通过微信群进行培训指导,干预方案采用间歇运动形式:运动-口服泻药,休息-运动。患者每次服用 600mL 洗肠液后步行 1 次,每次 15 分钟;每次服用 3L 洗肠液后步行 5 次。若患者不适,可暂停服用泻药。

在运动过程中,患者可能出现腹痛、腹胀等并发症。遇到此类情况,应暂停运动并按摩腹部,症状缓解后继续执行原运动方案。空腹运动时,患者可能出现冷汗、乏力、头晕等症状,可通过进食巧克力或饮用糖水预防低血糖。室外运动者可随身携带糖果,以备不时之需。针对恶心呕吐的患者,可暂停运动,待症状缓解后继续执行原运动方案。

检查前 4-6 小时,患者需集中于消化内镜中心进行运动干预。在此期间,护理人员需指导患者进行热身运动,并在口服泻药后按照运动干预方案继续运动。护理人员需全程提供相应指导,直至患者全部服用完泻药。通过以上措施,有望提高肠道准备效果,为患者提供更优质的检查体验。

1.4 评判标准

BOSTON 评分:是判断在肠镜检查前肠道准备是否充分的标准,最高分值 9 分,最低分 0 分,6 分及以下为肠道准备不佳、7 分为良好、8-9 分为优。基于护理质量评价,四项分值项目均为 0-25 分,总分 100 分。

护理满意度^[3]: 借助健康知识调查问卷(自制)评价, 内含“前期宣教、心理疏导、护理操作、服务态度”四项, 单项分值 0-25 分, 分值和护理满意度成正比。

1.5 统计学意义

数据建立软件为 ACCESS, 数据分析软件为 SPSS21.0, 率为构成比, $n(\%)$ 表示, 指标由 χ^2 检验; 计量资料 ($\bar{x} \pm s$) 满足正态分布, 组内统计学由 t 检验, $\alpha=0.05$ 校验水平标准, $P<0.05$ 则表明组内统计学差异显著。

2 结果

表 1 肠道清洁度分析 (n, %)

组别	例数	8-9 分	7 分	6 分及以下
对照组	57	31 (54.39%)	11 (19.3%)	15 (26.32%)
观察组	57	51 (89.47%)	3 (5.26%)	3 (5.26%)
χ^2	-	17.378	5.211	3.945
P	-	0.000	0.022	0.047

表 2 护理质量评价分析 (n, %)

组别	例数	护理方案	护理细节	护理态度	护理管理
对照组	57	16.85±1.62	16.85±1.58	16.48±1.42	16.89±1.35
观察组	57	20.42±2.35	20.35±2.09	20.41±2.63	20.49±2.25
T	-	9.443	10.085	9.927	10.358
P	-	0.000	0.000	0.000	0.000

表 3 护理满意度

组别	例数	前期宣教 (分)	心理疏导 (分)	护理操作 (分)
对照组	57	20.55±0.36	18.55±1.10	20.56±0.33
观察组	57	21.23±1.23	20.36±1.52	21.33±0.45
χ^2	-	4.006	7.283	10.418
P	-	0.000	0.000	0.000

3 讨论

肠道准备的依从性主要指患者的行为与肠道准备方案的符合程度。在过去的研究中, 我们主要通过自主设计的问卷来评估患者的肠道准备依从性。这些评估主要关注清肠药物的服用情况、饮食限制、以及运动时长等方面。然而, 这些评估方式存在一定的主观性, 尤其是饮食限制和运动时长的测量, 很大程度上依赖于患者的主观报告。因此, 为了全面而深入地了解患者的依从性状况, 我们将采用主观与客观相结合的评估方式。在肠道清洁阶段开展量化运动干预护理措施, 指导患者进行有效的饮食干预, 并疏导不良情绪, 提升

2.1 肠道清洁度分析

观察组肠道清洁度优于对照组 ($P<0.05$), 详见表 1。

2.2 护理质量评价分析

观察组患者护理质量评分明显更高 ($P<0.05$), 详见表 2。

2.3 护理满意度

表 3 数据可见, 观察组患者前期宣教、心理疏导等护理满意度各指标分值明显较高, 两组数据对比, $P<0.05$ 。见表 3。

肠道清洁准备阶段患者的依从性, 更好地完成清洁, 从而优化肠镜检查结果^[8]。在结肠镜下检查肠道清洁效果的医疗干预阶段, 护理措施的开展能更好地优化患者的配合程度, 有效完成肠道清洁度的检查, 进一步促进肠道清洁度的有效提升^[9]; 量化运动干预护理方案的开展, 更好的优化了结肠镜检查阶段的肠道清洁效果, 优化医疗干预阶段患者的依从性与配合度, 更好地提升了医疗护理服务质量, 相关调研数据更好地证实了量化运动干预护理措施的开展应用价值显著^[10]。

综上所述, 在进行肠道清洁的检查前, 开展量化运动干预护理措施可进一步优化结肠镜下检查肠道清洁

度的效率,促进肠道结肠镜检查的整治率提升,有推广价值。

参考文献

- [1] 李慧,高婷婷,董勇.图文宣教结合共情沟通干预对结肠镜检查患者依从性影响[J].国际医药卫生导报,2022,28(09):1227-1230.
- [2] 连丽凤,林慧玲,施亚珠,陈玲红.基于Cox健康行为互动模式的护理干预在结肠镜检查患者中的应用[J].医疗装备,2022,35(07):165-168.
- [3] 范建芳,葛素梅.大肠水疗仪联合集束化护理对结肠镜检查患者肠道准备清洁度的影响[J].医疗装备,2022,35(06):143-145.
- [4] 陈利民,郭蕊.综合性个性化护理干预对结肠镜检查前患者肠道准备的影响[J].当代医学,2021,27(30):178-179.
- [5] 荀林娟,席米娜,宋瑞梅,等.老年患者结肠镜检查前肠道准备质量的影响因素及护理对策[J].临床与病理杂志,2021,41(04):860-865.
- [6] 王田田,尤丽丽.结肠镜检查前肠道准备质量影响因素的

Meta分析[J].护理研究,2021,35(02):223-230.

- [7] 梁蓉,杨支兰,闫晓晓,等.老年患者结肠镜检查前肠道准备现状及其影响因素分析[J].中国护理管理,2019,19(02):182-187.
- [8] 罗雨田,杨柯,肖瑾,等.路径式健康教育在妇科经腹手术患者术前肠道准备中的应用效果[J].医学教育研究与实践,2021,29(1):4.
- [9] 周爱妹,陈秀芳,颜笑健,等.综合护理干预在腹腔镜子宫切除术术前肠道准备中的应用研究[J].中国基层医药,2021,28(5):4.
- [10] 谢丽,朱丹,李虹霖,等.艾灸疗法辅助结肠灌洗在先天性巨结肠患儿术前肠道准备中的应用[J].循证护理,2021,7(17):4.

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