

慢阻肺患者应用全程系统化护理联合肺康复训练

对改善患者呼吸功能和临床病情的价值

黄晓敏, 谢丽霞, 钟敏

广州医科大学附属第一医院 广东广州

【摘要】目的 探究肺康复训练与全程系统化护理联合应用在慢阻肺患者的临床效果。方法 选取我院在 2020 年 12 月到 2021 年 9 月期间接受治疗的慢阻肺患者进行分组, 按照随机数字表法的方式对患者进行分组, 分为对照组和实验组, 每组有患者人数为 45 例, 共计患者人数为 90 例。对照组患者进行全程系统化护理, 实验组患者在对照组的基础上进行肺康复训练。对比两组慢阻肺患者的护理效果。结果 对照组患者睡眠质量明显低于实验组, 数据对比存在差异结果($P<0.05$)。实验组患者肺功能指标(用力肺活量(FVC)、一秒肺活量(FEV1)、最高呼气流速(PEF))优于对照组($P<0.05$)。结论 在对慢阻肺患者进行护理时, 采用肺康复训练与全程系统化护理联合应用效果值得肯定。

【关键词】慢阻肺; 全程系统化护理; 肺康复训练; 效果; 分析

The application of whole course systematic nursing combined with pulmonary rehabilitation training in patients with chronic obstructive pulmonary disease to improve the respiratory function and clinical value

Xiaomin Huang , Lixia Xie , Min Zhong

First Affiliated Hospital of Guangzhou Medical University Guangzhou, Guangdong

【 Abstract 】 Objective To explore the clinical effect of pulmonary rehabilitation training combined with systemic nursing in patients with COPD. **Methods** Patients with COPD treated in our hospital from December 2020 to September 2021 were selected and divided into control group and experimental group according to the random number table method, with 45 patients in each group and 90 patients in total. Patients in the control group received systemic nursing, and patients in the experimental group received pulmonary rehabilitation training on the basis of the control group. To compare the nursing effect of COPD patients between two groups. **Results** The sleep quality of the control group was significantly lower than that of the experimental group, and there was a difference in data comparison ($P<0.05$). The pulmonary function indexes (forced vital capacity (FVC), vital capacity in one second (FEV1), maximum expiratory flow rate (PEF)) of the experimental group were better than those of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** When nursing patients with COPD, the effect of lung rehabilitation training combined with systemic nursing is worth affirming.

【 Key words 】 chronic obstructive pulmonary disease; whole course systematic nursing; Pulmonary Rehabilitation Training; effect; analysis .

慢阻肺是目前临床中比较常见的一种疾病, 随着我国老年人口数量的不断增加, 大气的严重污染以及吸烟人数的不断增加, 导致慢阻肺的发病人数呈逐年上升趋势。慢阻肺具有致残率和病死率, 全球 40 岁以上发病率已高达 9%~10%。对于慢阻肺

的发病可能与环境因素, 遗传因素, 气候等均存在一定关系^[1-2]。在常规治疗中, 对于慢性阻塞性肺疾病患者来说, 过程较长、见效较慢, 患者呼吸困难和咳嗽等症状并不能得到明显的缓解。在治疗的同时配合有效的护理能够促进疾病的治疗^[3-4]。我院现

选取 90 例患者进行研究, 选取时间为 2020 年 12 月到 2021 年 9 月, 具体方法如下。

1 资料与方法

1.1 基础资料

本次选取的 90 例慢阻肺患者进行研究, 参选患者均进行分组对比, 时间为 2020 年 12 月到 2021 年 9 月之间, 按照随机数字表法分为对照组 45 例和实验组 45 例。对照组有男 25 例, 女 20 例, 年龄在 41 岁-78 岁之间, 平均年龄 (54.28±3.43) 岁, 实验组有男患者 27 例, 女患者 18 例, 年龄在 42 岁-79 岁之间, 平均年龄为 (54.72±3.54) 岁。两组患者将以上的性别、年龄数据进行比较, 其数值相差较小 (P>0.05), 不具备对比意义。纳入标准: 1.慢阻肺确诊患者; 2.临床症状均符合为慢性咳嗽的患者; 3.病程超过 1 年的患者; 4.对研究的药品无过敏现象的患者。

1.2 研究方法

对照组患者采用全程系统化护理: (1) 心理疏导: 指导患者自己进行心态的调整, 不要长期的处于一种压力过大的状态中。(2) 营造舒适、温馨的病房环境, 定期清扫消毒、通风换气。控制好房间的温度、湿度, 让患者有一个舒适的环境休息, 还要注意床铺的干净与潮湿度^[5-6]。(3) 桥式训练, 训练方法是: 保持仰卧位, 然后屈髋屈膝让小腿和水平面呈现 90 度, 脚要放在床上, 接着再慢慢把臀部向上抬起, 并且保持 5~10 秒之后才放下。在患者出院前使用肺功能检测仪进行肺功能检查和 6 分钟步行试验评估患者恢复效果。

实验组患者采用肺康复训练: 如果患者能够自行完成上肢运动, 则让患者每日分两次进行上肢高抬、肩部外展、手部内外翻、下肢屈膝、下肢抬

腿、床上拉伸、床上踩车等动作, 每个动作每次训练 10 次, 若患者不便自己运动, 则由医护人员帮忙进行被动运动; 指导患者使用呼吸训练阀, 每日 3 次, 每次 10 个循环, 每吹吸 5 次, 有效主动咳嗽一次为一个循环; 指导患者腹式呼吸法进行吸气呼气, 每日分三次进行, 每次腹式呼吸时间在 5min-10min。指导患者进行呼吸功能锻炼, 呼吸分为缩唇呼气训练和腹式呼吸训练。缩唇呼气: 利用提高支气管内压, 来预防呼气时小气道过早闭合, 由此可方便肺气泡排出。腹式呼吸: 由于患者呼吸效率低, 呼吸较浅, 让患者慢慢进行腹式呼吸, 通过腹肌的主动性的收缩舒张, 上下活动, 减少呼吸主力, 增加肺泡量, 提升呼吸效率^[7-8]。

1.3 指标观察和分析

1.3.1 观察实验组和对照组患者的睡眠质量。

1.3.2 对比肺功能情况, 主要观察指标为用力肺活量 (FVC)、一秒肺活量 (FEV1)、最高呼气流速 (PEF)。

1.4 统计学方式

采用统计学软件 SPSS17.0 进行处理, 以百分率%表示时, 行 χ^2 检验; 以(x ± s)表示时, 行 T 检验, 当 P<0.05 时, 两组之间的数据有对比意义。

2 结果

2.1 睡眠质量对比

实验组患者的睡眠质量明显高于对照组, 具有统计学意义 (P<0.05), 见表 1。

2.2 肺功能评价

护理前所有患者 PEF、FEV1、FVC、FEV1/FVC 等肺功能指标组间比较满足 P>0.05, 护理后的两组患者肺功能有所提升, 但实验组提升幅度优于对照组 P<0.05, 见表 2。

表 1 两组患者睡眠质量对比 (n=45, $\bar{x} \pm s$)

组别	n	护理前	护理后
实验组	45	11.32±4.88	7.23±0.65
对照组	45	11.78±4.55	9.34±0.67
T 值	-	0.4625	15.1628
P 值	-	0.6449	0.0000

表 2 肺功能指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	护理前		护理后		护理前		护理后	
	PEF (L/s)	PEF (L/s)	FEV1 (L)	FEV1 (L)	FVC (L)	FVC (L)	FEV1/FVC (%)	FEV1/FVC (%)
实验组 (45 例)	3.54±0.57	5.74±0.79	1.19±0.43	1.87±0.69	1.68±0.31	2.81±0.42	56.54±7.57	72.47±11.58
对照组 (45 例)	3.48±0.62	4.67±0.89	1.21±0.47	1.52±0.56	1.69±0.32	2.35±0.34	56.67±7.37	64.53±11.71
t	0.4779	6.0315	0.2106	2.6421	0.1506	5.7105	0.0825	3.2342
P	0.6339	0.0000	0.8337	0.0098	0.8807	0.0000	0.9344	0.0017

3 讨论

慢阻肺是目前临床中比较常见的一种疾病,慢性阻塞性肺疾病最常见的表现是胸闷、气短和呼吸困难。它最初表现为体力活动、爬楼梯、剧烈运动后气短,休息后气短^[9-10]。随着病情的发展,呼吸短促也会发生在身体活动中。晚期患者在日常活动中也会受限,如饮食、穿衣等日常活动时也会出现胸闷、哮喘等症状^[10-11]。患病后会严重影响患者的生活质量,因此对患者进行及时有效的治疗和护理是促进疾病康复的主要方法。全程系统化护理是临床常见的护理方式,针对患者的病情、心理、环境、饮食等进行综合的护理方式,能够帮助患者改善临床症状。结合肺康复训练能够有效提高患者的整体护理效果^[12-13]。通过肺康复,减少住院的时间,进而减少计划外的就医,提高患者的运动能力,减轻呼吸困难等不适症状,了解更多疾病的相关知识,增强日常活动的的能力^[14-15]。在康复师指导下进行运动,以保证安全和适宜,还有呼吸功能的锻炼,可以做腹式呼吸、缩唇呼吸以加强呼吸肌的活动,增加膈肌的活动能力^[16]。为了验证其临床价值,本次选取我院患者进行研究,具体结果显示:实验组优于对照组,数据与参考文献一致。

综上所述,肺康复训练可以明显的改善慢阻肺患者的呼吸功能和肺功能,此护理手段值得在临床中广泛的应用。

参考文献

- [1] 王翠花. 全程系统化护理模式在肺结核中的应用效果[J]. 河南医学研究,2021,30(20):3826-3829.
- [2] 陈凌波. 慢阻肺护理专科门诊在稳定期慢性阻塞性肺疾病患者肺康复训练中的应用[J]. 中国当代医药,2021,28(11):213-216.
- [3] 袁宇飞. 慢性阻塞性肺疾病患者应用全程系统化护理联合肺康复训练对改善患者呼吸功能和临床病情的价值[J]. 中国医药指南,2020,18(28):132-133.
- [4] 陈兰兰,赵春玲. 强化肺康复训练对慢阻肺合并阻塞性睡眠呼吸暂停患者呼吸功能及运动耐力的影响[J]. 实用中西医结合临床,2020,20(12):145-146.
- [5] 胡春荣,黎小惠. 肺康复训练治疗重度慢阻肺的临床疗效分析[J]. 医学理论与实践,2020,33(12):2054-2055.
- [6] 马晶晶,耿冬兰. 研究慢阻肺缓解期患者行肺康复训练护理的临床效果及对其肺功能的影响[J]. 实用临床护理学电子杂志,2019,4(50):64.

- [7] 吴媛. 慢阻肺缓解期患者行肺康复训练护理的效果[J]. 实用临床护理学电子杂志,2019,4(50):65.
- [8] 何娟,聂冰洁. 慢阻肺患者运用动画宣教指导下行肺康复训练对其改善肺功能、呼吸困难程度,改善急性加重的影响探究[J]. 世界最新医学信息文摘,2019,19(86):303-304.
- [9] 乔海燕. 个体化指导的孕期营养干预和心理干预在围生保健中对产妇心理状态的影响分析. 中国保健营养, 2020,30(5):336
- [10] 马月,丁艳艳,李宸宇,等.综合干预对稳定期慢性阻塞性肺病患者吸入用药影响[J].2021,(3).
- [11] 曹阳. 行为转变理论护理模式对膝骨性关节炎患者自我管理行为、康复积极性及睡眠质量的影响. 养生保健指南, 2021(27):240
- [12] 李跃,方霞,陈旭珍. 行为转变理论护理模式联合个性化心理护理对复发性流产患者心理状态、自我管理能力及妊娠结局的影响. 现代实用医学,2022,34(1):96-98
- [13] 许圣威,陈玲玲,叶小凯,等. 肺康复治疗对中重度慢性阻塞性肺疾病患者的临床疗效分析. 中国现代医生, 2021,59(31):41-44
- [14] 惠洁琼,黄婷婷. 行为转变理论护理模式干预改善下肢骨折老年患者生活质量的应用体会. 特别健康, 2019(24):162,164
- [15] 姚绍枢. 探析孟鲁司特改善稳定期慢阻肺患者呼吸困难和肺功能的作用. 现代诊断与治疗, 2018,29(21):3478-3480
- [16] Gutiérrez Villegas Celia,Paz-Zulueta María,Herrero-Montes Manuel,etc. Cost analysis of chronic obstructive pulmonary disease (COPD): a systematic review[J].2021,11(1).

收稿日期: 2022年6月15日

出刊日期: 2022年8月2日

引用本文: 黄晓敏, 谢丽霞, 钟敏. 慢阻肺患者应用全程系统化护理联合肺康复训练对改善患者呼吸功能和临床病情的价值[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1(3):58-60
DOI: 10.12208/j.jmm.202200151

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。

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



OPEN ACCESS