

个体化健康管理方案在代谢相关脂肪性肝病患者延续护理中的应用与研究

叶云霞, 赵红晓, 俞秀霞, 庞燕芬*

空军杭州特勤疗养中心疗养三区 浙江杭州

【摘要】目的 本文探究个体化健康管理方案在代谢相关脂肪性肝病患者延续护理中的应用效果。**方法** 此次参加研究的样本均选自我院接受治疗并出院的170例代谢相关脂肪性肝病患者, 研究时间段选自2019年3月-2022年5月期间, 比较两组患者疾病认知掌握情况和生活质量。**结果** 研究组认知掌握情况评分和生活质量评分均显著优于参照组, $P < 0.05$ 说明存在对比意义。**结论** 在代谢相关脂肪性肝病患者的延续护理中实施个体化健康管理方案, 提高了患者的治疗和护理依从性, 以及生活质量, 对于患者的疾病康复具备明显的促进作用。

【关键词】 代谢相关脂肪性肝病; 延续护理; 个体化健康管理; 应用效果

The application and research of individualized health management program in continuous nursing care of patients with metabolic fatty liver disease

Yunxia Ye, Hongxiao Zhao, Xiuxia Yu, Yanfen Pang*

Air Force Hangzhou Special Service Sanatorium Sanatorium Zone 3 Hangzhou, Zhejiang

【Abstract】Objective To explore the application effect of individualized health management program in the continuing care of patients with metabolic fatty liver disease. **Methods** 170 patients with metabolic related fatty liver disease who were treated in our hospital and discharged from hospital were selected as the samples for this study. The study period was selected from March 2019 to May 2022. The disease cognition and quality of life of the two groups were compared. **Results** The cognitive mastery score and quality of life score in the study group were significantly better than those in the reference group, $P < 0.05$ indicating that there was a comparative significance. **Conclusion** The implementation of individualized health management program in the continuing care of patients with metabolic fatty liver disease has improved the treatment and nursing compliance of patients, as well as the quality of life, and has a significant role in promoting the rehabilitation of patients.

【Key word】 Metabolic related fatty liver disease; Continuing care; Individualized health management; Application effect

代谢相关脂肪性肝病 (metabolic associated fatty liver disease, MAFLD) 曾用名非酒精性脂肪性肝病 (nonalcoholic fatty liver disease, NAFLD), 全球患病率高达 25%, 疾病致病因素包含: 营养、激素以及肠道生态失调等^[1], 该疾病成为肝酶异常重要原因之一, 严重危害人类健康并对社会造成巨大经济负担, 但其明确诊断至今仍需排除过量饮酒等

其他原因所导致的慢性肝病, 然而 2020 年初, 由 22 个国家 30 位专家组成的国际专家小组发布的有关 MAFLD 新定义的国际专家共识声明^[2], 提出全面又简便的 MAFLD 诊断标准, 该标准与饮酒量无关, 可应用于任何临床情境。当前临床上针对该病主要通过药物治疗控制病情发展, 同时还需要良好的自我管理, 才能确保疾病控制在最佳状态, 一般情况下患者在住院时间往往能够保持较好的治疗和

* 通讯作者: 庞燕芬

护理依从性, 但是出院后没有了护理人员的干预, 且对疾病的认知和行为水平低下是目前大部分患者的现状, 导致患者的治疗依从性明显降低, 而延续护理指的是护理服务从医院到家庭的延续, 尽量避免患者的治疗与护理不因环境的转移而中断或终止。

1 资料与方法

1.1 一般资料

此次参加研究的样本均选自我院接受治疗并出院的 170 例代谢相关脂肪性肝病患者, 研究时间段选自 2019 年 3 月-2022 年 5 月期间, 并对其进行回顾性分析, 为保证研究的科学严谨性, 所有患者符合相关诊断标准并经临床病理诊断确诊为代谢相关脂肪性肝病, 按照实施护理策略不同将其平均分组, 其中 85 例患者使用常规延续护理模式分为对照组, 男性与女性患者比例为 43:42, 患者年龄区间为: 18-73 岁, 平均年龄 (47.09±3.21) 岁, 平均病史 (4.18±0.64) 年, 平均体重指数为 (29.15±1.41) kg/m²; 而另 85 例患者实施个体化健康管理模式纳为研究组, 男性与女性患者比例为 45:40, 患者年龄区间为: 19-75 岁, 平均年龄 (47.34±3.42) 岁, 平均病史 (4.47±0.91) 年, 平均体重指数为 (28.69±1.72) kg/m²。本研究已通过医院伦理委员会审批, 患者及其家属知情本研究, 生命体征稳定, 病历资料完整, 能够积极配合治疗和护理干预, 并在相关文件上进行签字说明。所有研究对象排除合并失代偿肝病的患者、严重感染患者、重要器官功能障碍者、先天性疾病、血液系统疾病或凝血功能障碍者、合并恶性肿瘤、预计生存期低于 3 个月的患者、认知、沟通障碍以及对治疗所用药物过敏者、临床护理配合度较低和因各种不可控原因不能全程参与者, 指标间 $P > 0.05$, 具备可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组: 采取常规延续护理模式, 出院前告知患者相关注意事项, 并发放相关健康知识手册, 护理人员定期电话随访, 并进行饮食、运动、生活方式、健康教育、心理疏导等方面进行指导, 包括脂肪肝相关知识和预防疾病进一步发展的有效措施。

1.2.2 研究组:

(1) 成立个体化健康护理小组: 患者入院时充分掌握其各项信息且构建个人档案, 备注患者受教育程度、家庭背景、对疾病认知、有无医保、既往

用药知识和经济状况等, 为患者制定个体化健康护理措施, 在患者出院前成立个体化健康护理小组, 小组组长由责任护士担任, 并向患者介绍延续性护理的目的、重要性以及必要性, 讲解随访模式, 得到患者许可后再进行, 以线上管理结合线下随访的方式为主, 并严格执行^[3]。

(2) 随访干预: 随访时间持续 6 个月, 首先开通微信公众号或者微信群, 定时利用微信平台为患者推送有关代谢相关脂肪性肝病的相关知识, 每周对患者进行一次电话回访 (每次 30min), 每月登门拜访一次或让患者到医院复诊 (每次 30min), 以了解患者用药情况、康复情况、心理状态、饮食和运动情况等, 尤其是心理干预, 要贯穿于整个康复过程^[4]。通过家属参与, 让患者感到亲情的陪伴, 增加其归属感, 对健康行为较好的患者要给予表扬和肯定, 有利于提高自我管理依从性, 进而改善康复情况, 并起到积极促进患者功能恢复的作用, 对于健康行为不佳的患者要加强健康宣教, 并叮嘱患者的家属要多督促, 让其改正不良健康行为。

(3) 个体化健康管理内容: 以简单通俗的话语为患者详细的讲解病情、康复方案、疾病保健须知和行为要求等内容, 提高患者对疾病的认知度, 使患者自身对疾病引起重视, 由于代谢相关脂肪性肝病患者需要很长的康复时间, 身体和心理上都受到了极大的伤害, 导致患者会产生一些不良情绪, 因此在护理过程中要根据患者的年龄、性别、文化程度和职业背景等, 耐心的与患者进行有效沟通, 及时发现患者出现不良情绪的原因, 对于家庭经济负担大的患者要积极进行随访, 通过心理护理减轻患者的心理压力和思想负担, 让患者安心接受康复治疗, 防止其停止治疗^[5]; 对于文化程度较低的患者, 要及时的解答其提出的问题, 护理人员要鼓励患者, 帮助患者提升对疾病的认知和康复心态, 使患者更加积极配合护理工作; 对于饮食不节且体重超重的患者, 根据患者日常习惯合理搭配饮食结构, 保证患者充足的营养摄入, 为其制定个性化的膳食计划, 而一些老年患者的性格十分执拗, 思维不易转变, 存在我行我素的特点, 遵医行为很差, 告知其积极治疗的重要性, 并为其分享成功案例, 帮助其树立治疗信心, 提高患者的治疗和护理依从性。在此需注意的是, 还应当突破以往护理方式的局限性, 在

不影响治疗效果的同时尽量满足患者各项需求, 以此来建立良好的护患关系, 为后期各项护理操作的开展奠定坚实基础^[6]。

1.3 观察指标

通过我院自制调查试卷比较两组患者疾病认知掌握情况, 同时采用 SF-36 量表进行评定患者的生活质量。

1.4 统计学分析

应用 SPSS21.0 软件进行研究结果数据处理, 计数资料采用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 行 t 检验, 计数资料采用 [n (100%)] 表示, 行 χ^2 检验。若 $P < 0.05$ 说明存在对比意义。

2 结果

研究组患者对代谢相关脂肪性肝病认知掌握情况评分为 (84.92±9.48) 分, 生活质量评分为 (89.42±5.14) 分; 参照组患者对代谢相关脂肪性肝病认知掌握情况评分为 (67.41±6.23) 分, 生活质量评分为 (68.35±6.14) 分, $P < 0.05$ 说明存在对比意义。

3 讨论

近年来, 随着生活方式、生活水平提高, 代谢相关脂肪性肝病发病率显著增加, 而且其患病人群日趋年轻化, 已对患者生存质量产生影响, 该疾病是指除过量饮酒、其他明确的损肝因素所致, 新的诊断标准基于肝活检组织学或影像学甚至血液生物标志物检查提示存在脂肪肝, 同时满足以下三项条件之一: 超重/肥胖、2 型糖尿病、代谢功能障碍, 以弥漫性干细胞大泡性脂肪变为主要病理特点^[7]。个体化健康管理是一种新型的健康管理方法, 是指一种对个人或人群的健康危险因素进行全面管理的过程, 该管理措施通过视频、讲座、健康手册等方式帮助患者提升对于疾病、自身情况以及护理要点等知识的掌握能力, 并对其进行专业的监测评估, 针对评估结果进行针对性的干预, 从而有针对性实施不同的管理干预措施规避其存在的危险因素, 帮助目标进行不良生活方式的纠正, 以达到其调动个人的积极性, 有效地利用有限的资源来达到最大的健康效果的宗旨^[8]。此次研究发现, 研究组认知掌握情况评分和生活质量评分均显著优于参照组, $P < 0.05$ 说明存在对比意义。

综上所述, 在代谢相关脂肪性肝病患者的延续

护理中实施个体化健康管理方案, 提高了患者的治疗和护理依从性, 以及生活质量, 对于患者的疾病康复具备明显的促进作用。

参考文献

- [1] 金虎, 江克清, 钟伏弟, 等. 非酒精性脂肪性肝炎治疗研究进展[J]. 中华实验外科杂志, 2021, 38 (10): 2055-2060.
- [2] ESLAM M, SANYAL AJ, GEORGE J, et al. MAFLD: A consensus-driven proposed nomenclature for metabolic associated fatty liver disease [J]. *Gastroenterology*, 2020, 158 (7): 1999-2014.e1.
- [3] ESLAM M, RATZIU V, GEORGE J, et al. A new definition for metabolic associated fatty liver disease: An international expert consensus statement [J]. *J Hepatol*, 2020. [Online ahead of print].
- [4] 李华, 朱宏伟, 李志辉. 2 型糖尿病合并代谢相关脂肪性肝病患者胎球蛋白 A 水平与胰岛素抵抗的相关性研究[J]. 中国糖尿病杂志, 2021, 36 (05): 7.
- [5] 姚野彬, 吴清清, 石怡婷, 等. 延伸护理在慢性肝病患者的应用效果研究[J]. 胃肠病学和肝病学杂志, 2020, 29 (3): 44-47.
- [6] 蔡园春, 林玲, 金秋芳. 延续性护理干预对乙型肝炎肝硬化患者出院后抗病毒治疗和复查依从性的效果分析[J]. 黑龙江医药科学, 2019, 42 (06): 231-232.
- [7] 陈常云, 陈君, 孙绪敏, 卢姗姗. 治未病思想在非酒精性脂肪性肝病防治中的应用[J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20 (09): 63-67.
- [8] 于莉莉, 陈宗燕. 延续护理在慢性肝病患者的临床效果研究[J]. 中外医疗, 2020, 39 (3): 142-143, 149.

收稿日期: 2022 年 11 月 4 日

出刊日期: 2022 年 12 月 2 日

引用本文: 叶云霞, 赵红晓, 俞秀霞, 庞燕芬. 个体化健康管理方案在代谢相关脂肪性肝病患者延续护理中的应用与研究[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1 (10): 118-120

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200632

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