

## 个性化饮食护理在慢性胃溃疡护理中的应用价值分析

谈晓静, 董亚

江苏省苏北人民医院 江苏扬州

**【摘要】目的** 探讨慢性胃溃疡患者实施护理时, 个性化饮食护理的应用价值与效果。**方法** 纳入 2022 年 4 月~2023 年 4 月内我院收治的慢性胃溃疡患者 68 例, 随机分为对照组(常规护理)和观察组(加用个性化饮食护理)各 34 例, 对比两组护理效果。**结果** 两组患者干预前营养状态差异无统计学意义( $P>0.05$ ), 干预后观察组患者营养状态评分均高于对照组, 且临床症状改善时间短于对照组, 差异均有统计学意义( $P<0.05$ )。**结论** 临川各种对慢性胃溃疡患者实施护理时使用个性化饮食护理能够显著改善患者营养状态, 加快临床症状改善, 具有应用价值。

**【关键词】** 个性化饮食护理; 慢性胃溃疡; 应用效果

**【收稿日期】** 2024 年 7 月 5 日 **【出刊日期】** 2024 年 8 月 20 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20240230

### Analysis of the application value of personalized dietary care in the nursing of chronic gastric ulcers

Xiaojing Tan, Ya Dong

Jiangsu Subei People's Hospital, Yangzhou, Jiangsu

**【Abstract】Objective** To explore the application value and effectiveness of personalized dietary care in the implementation of nursing care for patients with chronic gastric ulcers. **Method** Sixty eight patients with chronic gastric ulcers admitted to our hospital from April 2022 to April 2023 were randomly divided into a control group (conventional nursing) and an observation group (supplemented with personalized dietary care), with 34 patients in each group. The nursing effects of the two groups were compared. **Result** There was no statistically significant difference in nutritional status between the two groups of patients before intervention ( $P>0.05$ ). After intervention, the nutritional status scores of the observation group were higher than those of the control group, and the improvement time of clinical symptoms was shorter than that of the control group, with statistical significance ( $P<0.05$ ). **Conclusion** The use of personalized dietary care in various nursing interventions for patients with chronic gastric ulcers in Linchuan can significantly improve their nutritional status, accelerate clinical symptom improvement, and has practical value.

**【Keywords】** Personalized dietary care; Chronic gastric ulcer; Application effect

慢性胃溃疡的形成与多种因素有关, 包括长期不良饮食习惯、精神压力、幽门螺杆菌感染等。这种疾病常常伴随着胃部疼痛、反酸、消化不良等症状, 严重时可能导致出血、穿孔等并发症<sup>[1]</sup>。因此, 对于慢性胃溃疡的治疗与护理, 需要综合考虑患者的具体情况, 制定个性化的方案。在慢性胃溃疡的治疗过程中, 饮食护理占据了举足轻重的地位。合理的饮食不仅可以缓解患者的症状, 还能促进溃疡的愈合, 提高治疗效果<sup>[2]</sup>。而个性化饮食护理则更能根据患者的具体情况, 制定出更符合其需求的饮食方案, 从而达到更好的治疗效果<sup>[3]</sup>。本研究中, 即分析了慢性胃溃疡患者实施护理时个

性化饮食护理的应用价值与效果, 具体报道如下:

#### 1 对象和方法

##### 1.1 对象

纳入 2022 年 4 月~2023 年 4 月内我院收治的慢性胃溃疡患者 68 例, 随机分为对照组(常规护理)和观察组(加用个性化饮食护理)各 34 例。对照组患者含男性 20 例, 女性 14 例; 年龄 30~65 岁, 平均(45.15±2.29)岁。对照组患者含男性 19 例, 女性 15 例; 年龄 31~66 岁, 平均(45.26±2.81)岁。患者临床资料差异不存在统计学意义( $P>0.05$ )。研究经过患者及其家属知情同意, 我院伦理委员会也对研究进行审批。

## 1.2 方法

对照组使用常规护理,即常规药物护理、健康教育、饮食指导等。

观察组加用个性化饮食护理:

(1) 个性化饮食评估:个性化饮食护理的首要步骤是进行全面的饮食评估。需了解患者的饮食习惯、口味偏好、营养状况、过敏史等。还需考虑患者的年龄、性别、职业等因素,以确保饮食计划的针对性和实效性。

(2) 制定个性化饮食计划:患者应选择易消化、营养丰富、无刺激性的食物。如新鲜蔬菜、水果、瘦肉、鱼类等。避免食用辛辣、油腻、生冷、硬性食物,以减少对胃黏膜的刺激。患者应定时定量进食,避免暴饮暴食。每餐以七八分饱为宜,避免过饥过饱对胃造成负担。对于胃溃疡患者,建议采用少量多餐的饮食方式,每日可进食 4~5 次,以减轻胃的负担。患者应戒烟限酒,以减少对胃黏膜的损害。

(3) 个性化饮食调整:根据患者的营养状况,适当补充蛋白质、维生素、矿物质等营养素。如瘦肉、鱼类、蛋类、奶制品等富含蛋白质的食物;新鲜蔬菜、水果等富含维生素和矿物质的食物。食物应加工得细软易消化,以减少对胃的刺激。如肉类应煮烂、切碎;蔬菜应煮软、切碎或榨汁等。避免食用过甜、过酸、过咸、过辣的食物,以及含咖啡因、浓茶、巧克力等刺激性物质的食物。

(4) 个性化饮食指导:患者应保持良好的心态,

避免过度焦虑、紧张等负面情绪对饮食的影响。适当进行体育锻炼,如散步、慢跑、太极拳等,以促进胃肠蠕动,增强消化功能。患者应定期到医院进行复查,了解病情的变化,及时调整饮食计划。

## 1.3 观察指标

(1) 对比患者干预前后营养状况,主要测定患者白蛋白(ALB)、血红蛋白(HGB)和血清总蛋白(TP)情况。

(2) 记录患者临床症状消失时间,包含反酸消失时间、腹痛消失时间和灼热感消失时间。

## 1.4 统计学分析

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计学分析,计量资料表现形式和检验方式为“ $\bar{x} \pm s$ ”和  $t$ , 计数资料表现形式和检验方式为%表和  $\chi^2$ , 当  $P < 0.05$  时表示数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 营养状况对比

通过分析显示,干预前两组营养状况差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。干预后观察组患者营养状况均显著优于对照组,差异均存在统计学意义( $P < 0.05$ ),如表 1:

### 2.2 临床症状消失时间对比

通过分析显示,观察组患者临床症状消失时间均显著短于对照组,差异均存在统计学意义( $P < 0.05$ ),如表 2:

表 1 观察组和对照组的营养状况对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

观察指标	观察组 (n=34)	对照组 (n=34)	$t$	$P$	
ALB (g/L)	干预前	30.36 ± 4.71	30.94 ± 4.15	0.539	0.592
	干预后	35.17 ± 5.71	32.42 ± 4.28	2.247	0.028
HGB (g/L)	干预前	88.94 ± 4.91	88.74 ± 4.91	0.168	0.867
	干预后	96.21 ± 6.58	92.10 ± 4.93	2.915	0.005
HGB (g/L)	干预前	60.96 ± 7.71	60.84 ± 7.15	0.067	0.947
	干预后	67.57 ± 8.25	61.27 ± 7.11	3.373	0.001

表 2 观察组和对照组临床症状改善时间对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

观察指标	观察组 (n=34)	对照组 (n=34)	$t$	$P$
反酸消失时间 (h)	2.11 ± 0.17	4.06 ± 0.24	0.267	0.790
腹痛消失时间 (h)	2.11 ± 0.21	4.14 ± 0.25	9.169	0.001
灼热感消失时间 (h)	2.13 ± 0.23	4.22 ± 0.22	0.477	0.635

### 3 讨论

慢性胃溃疡作为一种常见的消化系统疾病, 不仅给患者带来了身体上的痛苦, 更在心理层面造成了不小的负担。在治疗这一疾病的过程中, 护理的重要性不言而喻。然而, 传统的常规护理模式在应对慢性胃溃疡患者时, 其局限性逐渐凸显, 这促使我们寻找更为科学、更为个性化的护理方式。由于常规护理模式通常侧重于药物治疗与基础护理, 如按时服药、观察病情变化等。然而, 这种“一刀切”的护理方式往往忽视了患者的个体差异和特异性需求。慢性胃溃疡患者的病情轻重不一, 病因复杂多样, 单一的护理模式难以满足所有患者的需求<sup>[4]</sup>。此外, 常规护理模式对于患者的饮食指导也较为笼统, 缺乏针对性。饮食对于胃溃疡的康复具有重要影响, 但常规护理往往只是简单地告诉患者“要清淡饮食”, 而没有根据患者的具体情况制定个性化的饮食计划<sup>[5]</sup>。随着医学模式的转变和护理理念的更新, 个性化饮食护理逐渐受到重视。

个性化饮食护理是一种基于患者个体差异、疾病特点、营养需求和饮食习惯等因素, 制定具有针对性的饮食计划, 以达到促进患者康复、改善营养状况、减轻临床症状的护理方法。在慢性胃溃疡患者的护理中, 个性化饮食护理显得尤为重要。因为胃溃疡的发生与饮食习惯密切相关, 不当的饮食习惯往往会加重病情, 影响治疗效果。而个性化饮食护理则能够针对患者的具体情况, 制定出最适合他们的饮食计划, 有助于减轻症状, 促进胃黏膜的修复和再生<sup>[6]</sup>。个性化饮食护理能够确保患者获得足够的营养支持, 满足身体对营养的需求, 从而改善患者的营养状况。这对于慢性胃溃疡患者的康复具有重要意义。个性化饮食护理能够根据患者的营养需求和口味偏好, 合理搭配食物种类和比例, 确保患者摄入足够的蛋白质、碳水化合物、脂肪、维生素和矿物质等营养素。这种均衡的营养摄入有助于改善患者的营养状况, 提高机体的免疫力和抵抗力, 促进胃黏膜的修复和再生<sup>[7]</sup>。通过合理的饮食安排和科学的饮食指导, 个性化饮食护理能够减轻慢性胃溃疡患者的临床症状, 如胃痛、反酸、嗝气等。这对于提高患者的生活质量具有重要意义。同时, 个性化饮食护理注重患

者的个体差异和饮食习惯, 使患者在饮食过程中感受到更多的关注和尊重。这有助于提高患者的满意度和依从性, 促进患者康复<sup>[8]</sup>。

综上所述, 个性化饮食护理在慢性胃溃疡患者的营养状况与临床症状改善中具有显著优势。通过科学的营养评估和个体化饮食计划制定, 以及科学的饮食指导和营养监测与调整, 个性化饮食护理能够为慢性胃溃疡患者提供有效的营养支持和护理管理, 促进患者康复和提高生活质量。

### 参考文献

- [1] 齐珊, 林丹丹, 江风清. 个性化饮食护理在慢性胃溃疡护理中的应用效果及护理满意度评价[J]. 中外医疗, 2023, 42(27):178-181.
- [2] 杨腊梅, 张小娜. 个性化饮食护理在慢性胃溃疡患者护理中的效果观察[J]. 中国保健营养, 2020, 30(2):248.
- [3] 刘春芬. 个性化饮食护理在慢性胃溃疡护理中的应用效果[J]. 中国医药指南, 2021, 19(4):198-199.
- [4] 李娟莉. 个性化饮食护理对慢性胃溃疡患者的影响探讨[J]. 中外女性健康研究, 2021(5):153-154.
- [5] 杨艳. 个性化饮食护理对慢性胃溃疡患者的影响研究[J]. 医学美学美容, 2021, 30(2):138.
- [6] 宋其兰. 个性化饮食护理在慢性胃溃疡患者护理中的效果观察[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(22):33, 53.
- [7] 吴丽卿, 熊菲, 万艳. 探讨个性化饮食护理在慢性胃溃疡患者护理中的效果[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(25):102, 115.
- [8] 胡晴, 谢小丽. 个性化饮食护理在慢性胃溃疡患者护理中的效果研究[J]. 医学信息, 2020, 33(z1):228-229.

**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**