

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的影响

雷雨

华中科技大学同济医学院附属协和医院金银湖院区 湖北武汉

【摘要】目的 分析探讨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的影响效果。**方法** 选取我院2020年-2021年接收治疗膝骨性关节炎患者40例为观察对象,随机将其分为观察组与对照组,其中对照组采用常规护理模式,观察组采用行为转变理论护理模式,将两组护理前后自我管理能力和疼痛情况以及膝关节功能改善情况进行比较。**结果** 护理前所有数据比较均差异较小, ($P>0.05$), 护理后观察组在心理和社会适应、药物管理、饮食管理以及症状管理等自我管理评分指标结果均高于对照组,疼痛度低于对照组,膝关节功能改善度优于对照组,数据对比差异有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 采用行为转变理论护理模式可以有效改善膝骨性关节炎患者临床症状,提高自我管理行为,降低疼痛度,值得推广与应用于临床护理中。

【关键词】 行为转变理论护理模式; 膝骨性关节炎; 自我管理行为; 疼痛度

The influence of behavior change theory nursing mode on self-management behavior of knee osteoarthritis patients

Yu Lei

Jinyin Lake Hospital, Union Hospital Affiliated to Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology, Wuhan City, Hubei Province, China

【Abstract】 Objective To analyze and explore the effect of behavior change theory nursing mode on the self-management behavior of patients with knee osteoarthritis. **Methods** Forty patients with knee osteoarthritis who were treated in our hospital from 2020 to 2021 were selected as the observation objects. They were randomly divided into the observation group and the control group. The control group adopted the conventional nursing mode, and the observation group adopted the behavior change theory nursing mode. The self-management ability, pain and improvement of knee joint function before and after nursing were compared between the two groups. **Results** There was little difference in all data before nursing ($P>0.05$). After nursing, the self-management scores of the observation group in terms of psychological and social adaptation, drug management, diet management and symptom management were higher than those of the control group. The degree of pain was lower than that of the control group, and the improvement of knee joint function was better than that of the control group. The difference was statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** The nursing model based on behavior change theory can effectively improve the clinical symptoms of patients with knee osteoarthritis, improve self-management behavior, and reduce pain. It is worth popularizing and applying in clinical nursing.

【Key words】 Behavior change theory nursing model; Knee osteoarthritis; Self management behavior; Pain degree

膝骨性关节炎在关节性疾病中属于高发症之一, 我国几乎每10名人口就会出现1名骨性关节炎患

者,其中老年人占绝大多数^[1]。治疗后膝骨性关节炎需要很长时间才能恢复正常。在此期间,良好的自我管理行为可以促进患者的康复。然而,相关研究表明,膝关节骨性关节炎患者的自我管理行为普遍较差,影响了患者的康复。行为转变理论是在综合分析患者当前行为的基础上,指导干预并制定相应的干预措施,从而逐步转变患者自身不良行为,实现良好预后^[2]。本次研究为了分析探讨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的影响效果,具体报告如下。

1 资料及方法

1.1 一般资料

本次研究选取我院 2020 年-2021 年接收治疗膝骨性关节炎患者 40 例为观察对象,纳入标准:①符合中华医学会骨科学分会关节外科学组《骨关节炎诊疗指南》诊断标准的膝骨性关节炎患者;②符合膝骨性关节炎 Kellgren 和 Lawrecne 的影像学诊断标准;③性别不限;④最近 2 周内没有接受过非甾体类抗炎药、糖皮质激素、软骨保护剂等治疗;⑤患者了解试验目的,自愿加入本试验,签知情同意书。排除标准:①患有其他致膝关节疼痛疾病的患者;②患有糖尿病足及治疗部位有皮肤病或皮肤感染、破溃的患者。通过随机抽取数字的方法分为两个组,其中观察组 20 例,男性 11 例,女性 9 例,年龄在 60 岁~79 岁之间,平均年龄(73.3±3.41)岁,患病时间在 2~7 年,平均病程(4.1±1.6)年。对照组 20 例,男性 12 例,女性 8 例,年龄在 60 岁~80 岁之间,平均年龄(72.4±2.11)岁。所有患者的基本资料差异无统计学意义(P(0.05)),有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组采用常规护理模式,主要包括常规健康教育、药物指导、日常饮食指导等方面。

1.2.2 观察组

观察组采用行为转变理论护理模式,具体实施为:①分析和评估患者健康和自我管理,发放相关疾病知识手册,应用社会心理学理论,在医院建立患者之间良好联系,包括传播与膝关节骨性关节炎相关的知识和自我管理技能。②评估患者在行为转化过程中的掌握情况,并通过个人访谈、小组讲座等方式清除患者的感知障碍。③创建个人患者记录,并在监控期间使用患者反应支持自我管理行为,并提供有针对性的心理支持,以提高患者配合治疗

的积极性并尽快康复。④制定并使用适当的行为改变计划,特别是在准备阶段建立网络,并继续改进。首先,护士必须随时养成评估习惯。同时,患者必须确保他们能够按计划练习、睡觉和吃饭。在实施过程中继续改进计划,并根据不同的患者情况实施不同的计划。⑤维持阶段,指导患者反复复习锻炼计划、饮食计划和情绪咨询计划,并督促患者实施计划;出院后随访,通过门诊、电话和其他随访形式对患者进行 6 个月的随访。患者监测每月一次,电话监测每周一次,特别是通过分析和解决患者在康复过程中遇到的问题,支持和学习自我管理技能,康复期间,患者可被邀请定期康复,以提高自我保护能力。

1.3 观察指标

①将两组护理前后自我管理能力进行比较,。②将两组护理前后疼痛情况进行比较,通过 VAS 检测,对膝关节疼痛进行评分:将一条 10cm 的直线画在纸上,直线的一端代表无痛(0 分),另一端代表无法忍受的剧痛(10 分)。用 0-10 分来表示,分数越高说明症状越重,由医务人员进行记录。③将两组护理前后膝关节功能改善情况进行比较,通过 Lysholm 评分,跛行 5~0 分,需要支撑 5~0 分,有绞锁 15~0 分、关节不稳 25~0 分;疼痛 25~0 分、肿胀 10~0 分以及上下楼梯困难 10~0 分,深蹲难度 5-0 分,得分与症状成反比。

2 结果

2.1 自我管理比较

护理前观察组心理和社会适应评分为(9.26±1.85)分,药物管理为(9.45±1.26)分,饮食管理为(9.25±1.13)分,症状管理为(8.78±1.12)分,对照组心理和社会适应评分为(9.37±1.52)分,药物管理为(9.48±1.35)分,饮食管理为(9.85±1.72)分,症状管理为(8.69±1.62)分,护理前差异较小,(P>0.05);护理后观察组心理和社会适应评分为(16.18±2.41)分,药物管理为(17.74±2.61)分,饮食管理为(18.53±1.49)分,症状管理为(18.91±1.81)分,对照组心理和社会适应评分为(12.64±1.49)分,药物管理为(13.36±1.89)分,饮食管理为(14.61±1.86)分,症状管理为(13.26±1.75)分,护理后观察组在心理和社会适应、药物管理、饮食管理以及症状管理等自我管理评分指标结果均高于对照组,(P<0.05)。

2.2 疼痛情况比较

护理前观察组 VAS 评分为 (7.9±1.4) 分, 对照组评分为 (7.6±1.7) 分, 护理前差异较小, ($P>0.05$); 护理后观察组 VAS 评分为 (2.5±1.7) 分, 对照组评分为 (4.4±1.6) 分, 护理后观察组 VAS 评分低于对照组, ($P<0.05$)。

2.3 膝关节功能改善情况比较

护理前观察组 Lysholm 评分为 (56.7±1.2) 分, 对照组评分为 (56.4±2.3) 分, 护理前差异较小, ($P>0.05$); 护理后观察组 Lysholm 评分为 (91.4±2.8) 分, 随访第 1 个月评分为 (89.6±1.6) 分, 随访第 6 个月评分为 (87.6±2.5) 分, 对照组 Lysholm 评分为 (78.5±1.3) 分, 随访第 1 个月评分为 (72.4±2.3) 分, 随访第 6 个月评分为 (70.5±1.9) 分, 护理后观察组 Lysholm 评分高于对照组, ($P<0.05$)。

3 讨论

膝骨性关节炎可能导致关节变形, 严重导致残疾, 对老年人的生活质量有严重影响。现在主要的治疗方法是可以有效改善患者临床症状和身体功能的手术。然而, 由于影响患者术后康复的因素很多, 治疗后更年轻的患者更重要^[3-5]。行为转变理论护理模式可以有效提高患者科学睡眠质量, 有效改善患者自我管理, 促进膝关节血管恢复^[6-7]。

本次研究中观察组经过行为转变理论护理后, 与对照组常规护理模式结果相比, 观察组在心理和社会适应、药物管理、饮食管理以及症状管理等自我管理评分指标结果均高于对照组, 疼痛度低于对照组, 膝关节功能改善度优于对照组, (P 均 <0.05), 表明基于行为转变理论的护理干预有利于促进患者康复训练, 恢复膝关节功能, 提高生活质量。主要原因如下: 个性化心理支持可以有减轻患者的痛苦; 药物止痛可以有效促进患者血液循环, 也有助于促进功能锻炼, 形成良性循环, 起到早期康复和镇痛的双重作用; 营养支持可以及时平衡患者体内的营养, 从而减轻患者的痛苦, 提高患者的生活质量^[8-10]。

综上所述, 采用行为转变理论护理模式护理膝骨性关节炎可以有效提高患者对疾病的认知程度与自我管理行为, 降低疼痛度, 改善膝关节功能, 值得推广与应用于膝骨性关节炎的临床护理中。

参考文献

[1] 李惠开, 邹瑞婵, 黄笑君, 等. 行为转变理论护理模式对膝骨

性关节炎患者生活能力及心理状态的影响[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5 (33) :4.

- [2] 黄旭辉, 郑娟霞, 邓素兰, 等. 基于行为转变理论的护理干预对老年膝骨性关节炎患者的影响[J]. 护理实践与研究, 2019, 16 (8) :92-94.
- [3] 刘腊云. 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[J]. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6 (7) :877-878.
- [4] 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[J]. 养生保健指南, 2021 (27) :240.
- [5] 金鑫. 基于行为转变理论的护理干预模式在老年膝骨性关节炎患者中的应用[J]. 中国伤残医学, 2021, 29 (22) :66-67.
- [6] 刘腊云. 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. 世界睡眠医学杂志, 2019, 6 (7) :877-878.
- [7] 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.
- [8] 张永栋, 邱丽容, 董浩. 持续性健康指导结合心理干预用于关节镜治疗膝骨性关节炎的效果评价. 护理实践与研究, 2022, 19 (2) :254-258.
- [9] 张燕燕, 赵翠梅, 朱亚楠. 行为转变理论护理模式干预对下肢骨折老年患者下肢静脉血栓和便秘的影响. 四川生理科学杂志, 2018, 40 (2) :123-125.
- [10] 赵玲利. 行为转变理论护理模式联合呼吸康复训练在慢阻肺稳定期患者中的应用. 航空航天医学杂志, 2022, 33 (5) :635-638.

收稿日期: 2022 年 11 月 4 日

出刊日期: 2022 年 12 月 2 日

引用本文: 雷雨. 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的影响[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1 (10) :139-141

DOI: 10.12208/j.jmnm.202200640

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