

系统化口腔护理联合健康教育在慢性牙周炎中的应用价值分析

秦娟

东营胜利胜东医院 山东东营

【摘要】目的 探讨系统化口腔护理联合健康教育在慢性牙周炎中的应用价值。**方法** 将我院2020年1月-2022年1月80例慢性牙周炎患者，双盲随机法分二组。对照组给予系统化口腔护理，实验组实施系统化口腔护理联合健康教育。比较两组护理前后焦虑SAS评分和抑郁SDS评分、对工作满意度、牙齿健康知识了解度、慢性牙周炎复发率。**结果** 实验组焦虑SAS评分和抑郁SDS评分低于对照组，对工作满意度高于对照组，牙齿健康知识了解度高于对照组，慢性牙周炎复发率低于对照组， $P < 0.05$ 。**结论** 慢性牙周炎患者实施系统化口腔护理联合健康教育效果确切，可减轻患者不良情绪，提高其对牙齿健康知识的认知水平，降低复发率，提高满意度。

【关键词】 系统化口腔护理；健康教育；慢性牙周炎；应用价值

Application value analysis of systematic oral care combined with health education in chronic periodontitis

Juan Qin

Dongying Shengli Shengdong Hospital Dongying, Shandong

【Abstract】 Objective To explore the application value of systematic oral care combined with health education in chronic periodontitis. **Methods** 80 patients with chronic periodontitis in our hospital from January 2020 to January 2022 were divided into two groups by double-blind random method. The control group was given systematic oral care, and the experimental group was given systematic oral care combined with health education. The anxiety SAS score and depression SDS score, job satisfaction, knowledge of dental health, and recurrence rate of chronic periodontitis were compared between the two groups before and after nursing. **Results** The anxiety SAS score and depression SDS score of the experimental group were lower than those of the control group, the job satisfaction was higher than that of the control group, the understanding of dental health knowledge was higher than that of the control group, and the recurrence rate of chronic periodontitis was lower than that of the control group, $P < 0.05$. **Conclusion** The systematic oral care combined with health education in patients with chronic periodontitis has an exact effect, which can alleviate the patients' negative emotions, improve their cognitive level of dental health knowledge, reduce the recurrence rate, and improve their satisfaction.

【Keywords】 Systematic oral care; Health education; Chronic periodontitis; Application value

随着时代的发展和进步，人们的生活质量越来越好，同时也形成了一些不良的生活习惯，这对人体的健康有很大的影响。目前，牙周病的发病率呈逐年上升趋势，其发病年龄也在不断增加。牙龈发炎如果不及时治疗，会引起牙周组织炎症，长期下去会扩散到牙周组织，从而形成慢性牙周炎，这种疾病在早期是很难发现的，患者对牙齿、牙周健康知识的缺乏都会造成牙周组织的炎症。如果不及时

治疗，会导致牙齿松动、牙龈萎缩、脓肿等情况，会导致患者的饮食出现营养不良、消化系统、心血管系统等问题。但这类病人对求诊有一定的畏惧，因而不能遵从^[1,2]。慢性牙周炎的病情是一个非常漫长的过程，要想让病人恢复的更快，除了要对药物进行调整外，还要对病人进行护理。系统口腔护理是一种综合性、综合性、针对性的护理计划。另外，牙周病不仅会损害牙周组织，影响说话、咀嚼等功

能及美感,还可能造成社会、精神方面的障碍。更关键的是,牙周炎也会导致一些常见的糖尿病、冠心病等全身病症,从而影响到患者的身体和生活质量。根据以上几个方面的考虑,需要强化对患者的健康教育。本研究探析了系统化口腔护理联合健康教育在慢性牙周炎中的应用价值,报道如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

将我院2020年1月-2022年1月80例慢性牙周炎患者,双盲随机法分二组。每组例数40。

其中实验组年龄21-68岁,平均(45.21±2.27)岁,男29:女11。对照组年龄21-65岁,平均(45.21±2.91)岁,男27:女13。两组一般资料统计 $P > 0.05$ 。本研究经伦理批准。入选条件:没有严重的心、脑、肝、肾方面的疾病,没有认知功能的损害。排除条件:有心理问题,不能进行正常的沟通。

1.2 方法

对照组给予系统化口腔护理,(1)病人在门诊就诊期间会有一些的压力,所以护士要用最大的热情迎接病人,了解病人的基本状况,并对病人进行必要的解释,并耐心地回答病人的问题。(2)慢性牙周炎患者会出现明显的疼痛,因为牙周肿胀会导致患者的面部浮肿,从而影响患者的审美观,所以患者会出现焦虑,对牙周治疗方案不熟悉,会产生畏惧,所以护士要对患者进行心理疏导和安抚,并详细说明治疗方案和注意事项,播放音乐、视频等可以分散患者的注意力。(3)护士应加强与病人的沟通,在解释的过程中尽量做到简单易懂,以满足不同文化程度的病人的需要,如果是语言上的问题,需要用视频来解释。(4)虽然同为慢性牙周炎,但由于病情的轻重、病程的长短等因素,需要针对患者的具体情况进行个性化的口腔护理,包括合理的用药指导、合理的作息时间、注意饮食、保持口腔卫生、定期复查等。(5)针对患者的反应和依从性,对其进行分析,并持续改进护理计划,使其达到最佳的护理效果。

实验组实施系统化口腔护理联合健康教育。在以上基础上进行健康教育。(1)养成良好的饮食习惯。根据相关研究,人们的饮食习惯和牙齿的健康状况有很大的关系,如果吃了太多的甜食或者碳酸饮料,很容易引起牙周病,如果你吃了太多的甜食

或者是喝了碳酸饮料,那么你的牙齿就会变得非常敏感。所以要尽量少吃含糖的食品和汽水。(2)选择正确的牙膏。第一种是中药牙膏,属于中药牙膏,添加了一些中药成分,可以起到消炎止血、清热解毒的作用。第二种是含盐的牙膏,大家都知道,盐是一种抗炎、抗菌的产品,含有盐的牙膏可以在刷牙的时候释放出一定的盐,可以有效地抑制口腔中的细菌和牙菌斑。另外,在使用牙膏时要谨慎,不推荐使用市面上常用的美白牙膏,因为它含有过氧化物、羟磷灰石等,可以通过化学漂白或者物理摩擦的方式去除牙齿表面的色素,达到美白牙齿的目的,虽然可以起到一定的美白效果,但也会对牙齿造成很大的损害,容易引起牙齿敏感、牙肉敏感、发炎等症状。因此,在选购牙膏时,请务必保持理性(3)刷牙漱口。刷牙除了可以让牙齿变白之外,还可以去除牙菌斑、食物残渣、污垢,保持口腔的干净整洁,对牙齿和牙周组织也有很好的保护作用。但是,牙菌斑在刷牙后,会在很短的一段时间里粘附在干净的牙齿表面,特别是晚上睡觉以后,因为分泌的唾液会减少,导致牙齿的自洁能力下降,这就为细菌的繁殖提供了良好的环境,因此,最好是一天两次刷牙,最好是早一次,晚一次,晚上睡觉之前刷牙非常重要。可以在饭后漱口,去除口腔中的残留物,保持口腔的清洁,同时也可以通过咀嚼无糖口香糖来促进唾液的分泌,减少口腔的酸性,达到清洁牙齿、清新口气的作用。(4)定期检查。临床上的研究表明,牙周病的发病速度很慢,大部分病人在初期没有任何症状,很难察觉,但是一旦有了疼痛、不适感,那就是病情发展到了中晚期,这会导致治疗的困难,会加重病人的痛苦和花费,并且不能保证疗效。因此,建议大家定期去医院做一次口腔健康检查,最好是一年一次,这样可以及时发现、诊断、治疗牙周病变,同时还可以有效地控制牙周病变的发展,从而防止其它全身疾病的发生。(5)普及牙周病和全身疾病关系。①糖尿病与牙周疾病的相关性。糖尿病是一种常见的内分泌代谢性疾病,其发生率很高,对人体的健康有很大的危害,主要包括:中枢神经系统、泌尿系统等。糖尿病与牙周疾病是互相作用、互相促进的。与未患有糖尿病的人相比,患有牙周疾病的几率高出2~3倍,其中,严重、顽固性的牙齿疾病发生率明显高

于非糖尿病组。它们之间的交互作用有以下几点：一是因为细菌的感染，二是因为慢性的炎症因素，引起机体的免疫功能失调，从而引起牙周疾病的发生。②心血管病与牙周病变的相关性。血管炎症及炎症损伤是造成动脉硬化及冠状动脉粥样硬化的重要因素。牙周疾病可导致血液凝块的生成，炎症成分的含量显著增高。牙周病是一种长期的传染性疾病，它可以引起动脉硬化、缺血性心脏病、心肌梗死、脑血管事故等。同时，由于血脂升高，引起了微血管内脂肪的沉淀，血液的粘稠程度增加，从而引起了牙周组织的微循环紊乱，从而影响了牙周的胶原蛋白的生成，从而降低了牙周组织对细菌和局部外伤的抵抗力，从而诱发了牙周病的发病。

1.3 观察指标

表 1 护理前后焦虑 SAS 评分和抑郁 SDS 评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别 (n)	SAS 评分		SDS 评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (40)	54.84±3.33	45.32±2.03	52.33±1.22	45.13±1.74
实验组 (40)	54.37±3.53	39.05±1.23	52.45±1.15	40.65±0.93
t	0.144	20.213	0.134	15.315
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 两组护理满意度比较

组别 (n)	满意	比较满意	不满意	满意度
对照组 (40)	20	12	8	32(80.00)
实验组 (40)	28	12	0	40(100.00)
X ²				6.806
P				0.009

2.3 牙齿健康知识了解度

实验组牙齿健康知识了解度达到 95.00%均高于对照组 75.00%， $P < 0.05$ 。

2.4 慢性牙周炎复发率

实验组慢性牙周炎复发率低于对照组 ($\chi^2=4.507$, $P=0.034 < 0.05$)。实验组慢性牙周炎复发有 1 例，占 2.5%，而对照组慢性牙周炎复发 8 例，占 20.0%。

3 讨论

慢性牙周炎是一种由局部原因导致的牙周支持组织的慢性炎症，通常是由于外伤性咬合、食物嵌塞、牙石、牙菌斑等原因造成的，其中 35 岁以上的

比较两组护理前后焦虑 SAS 评分和抑郁 SDS 评分、对工作满意度、牙齿健康知识了解度、慢性牙周炎复发率。

1.4 统计学处理

SPSS23.0 软件中，计数 χ^2 统计，计量行 t 检验， $P < 0.05$ 表示差异有意义。

2 结果

2.1 焦虑 SAS 评分和抑郁 SDS 评分

护理前两组焦虑 SAS 评分和抑郁 SDS 评分比较， $P > 0.05$ ，护理后两组均显著降低，而其中实验组显著低于对照组， $P < 0.05$ 。如表 1。

2.2 对工作满意度

实验组的对工作满意度比对照组高($P < 0.05$)。

中老年人最为常见，其主要症状是牙周溢脓、牙齿松动、牙周袋等^[3,4]。在临床上，不仅要对此类病人进行必要的治疗，还要注意对其进行有效的护理干预。在临床上，既要对病人进行有效的治疗，又要对病人进行有效的护理，这样才能使病人的病情得到改善^[5,6]。

传统的护理方法可以达到较好的护理效果，但是随着现代人健康意识的提高，传统的护理方法已经无法满足病人的高质量需求。

系统化的口腔护理是一种科学的护理方法，在对慢性牙周炎病人进行住院宣教、心理干预、健康指导等护理干预，可以有效地改善其消极情绪，提

高其治疗依从性,有利于病人的康复。系统化的口腔护理是根据病人的具体情况,制订相应的护理计划,以达到缓解症状和减轻患者治疗过程心理负担的目的^[7,8]。

健康教育是一种常见的临床护理内容,它主要是通过通过对病人所患疾病的健康知识进行宣传,使病人对该病的发病原因、治疗方法、治疗时应注意的问题有一个比较全面的认识,以便更好地与医务人员合作,提高治疗效果。而通过对病人的健康教育,可以使病人认识到牙周病的治疗和护理的重要性,使病人了解口腔保健的重要性,从而促进病人的自我管理能力的提高。慢性牙周炎病人的牙膏选择、刷牙健康教育、饮食健康教育、病理知识宣教等方面的健康教育,可以有效地提高病人的刷牙、合理饮食依从性和治疗依从性^[9-11]。

本研究显示,实验组焦虑 SAS 评分和抑郁 SDS 评分低于对照组,对工作满意度高于对照组,牙齿健康知识了解度高于对照组,慢性牙周炎复发率低于对照组, $P < 0.05$ 。可见,系统化口腔护理可以帮助病人了解自己的病情,让病人知道自己在治疗的时候应该注意什么,减轻不良情绪,这样才能更好的参与到治疗和护理之中。而健康教育提高了患者对疾病知识的了解,两者联合,可达到:(1)热情的接待可以缓解病人对不熟悉的环境和牙医的恐惧。(2)完善的健康教育可以加深病人对牙周病的认识,从而在治疗中改善病人的顺应性。(3)通俗易懂的宣传方式,能让所有人都能理解,进一步提高认知度。

总之,对慢性牙周炎病人进行系统的口腔护理、健康教育,可以促进病人的遵从性,促进其养成良好的生活习惯。

综上,慢性牙周炎患者实施系统化口腔护理联合健康教育效果确切,可减轻患者不良情绪,提高其对牙齿健康知识的认知水平,降低复发率,提高满意度。

参考文献

- [1] 刘语媚,郭丽云,蹇敦翊. PDCA 管理模式结合健康教育对慢性牙周炎患者复发率的影响[J]. 当代医学,2022,28(02):189-191.
- [2] 匡郁吾,温婷,王莉. 系统化口腔护理干预对慢性牙周炎维护期菌斑控制水平和探诊出血的影响[J]. 中外医学研究,2021,19(13):102-104.
- [3] 谭艳玲. 基于跨理论模型的健康教育干预在慢性牙周炎患者中的应用效果研究[D]. 南昌大学,2021.
- [4] 杨华瑾,贺高美,林志玲. 慢性牙周炎维护期护理中系统化口腔护理干预对菌斑控制的影响分析[J]. 中国社区医师,2021,37(07):139-140.
- [5] 崔俊萍. 电话回访延伸健康教育在慢性牙周炎患者中的应用效果[J]. 健康教育与健康促进,2020,15(06):682-684.
- [6] 赵明. 慢性牙周炎护理中系统化口腔护理对依从性的影响[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2020,7(17):95-96.
- [7] 叶海春. 回授法健康教育在重度慢性牙周炎患者中的应用及效果评价[D]. 南京大学,2020.
- [8] 刘琼. 个性化健康教育对慢性牙周炎合并糖尿病患者治疗依从性的影响分析[J]. 糖尿病新世界,2020,23(08):51-52.
- [9] 郭晓燕,郑春梅,崔艳玲. 系统化口腔护理在慢性牙周炎中的应用效果[J]. 中国当代医药,2020,27(08):238-240.
- [10] 白一秀,李艳秋,王兵,王宇飞,霍明,黎丽. 多元化健康教育对慢性牙周炎患者口腔保健自我效能和口腔健康的影响[J]. 中国预防医学杂志,2019,20(05):470-474.
- [11] 韩淑芬,徐莹,张士博,王晓丹,郝怡,李敬秋. 系统化口腔护理在慢性牙周炎护理中的应用效果及护患关系改善观察[J]. 全科口腔医学电子杂志,2019,6(01):107-108.

收稿日期: 2022年3月26日

出刊日期: 2022年5月19日

引用本文: 秦娟, 系统化口腔护理联合健康教育在慢性牙周炎中的应用价值分析[J]. 当代护理, 2022, 3(3): 149-152

DOI: 10.12208/j.cn.20220105

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