

## 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响探讨

陈欣欣

保定市口腔医院 河北保定

**【摘要】目的** 探讨口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响。**方法** 研究时间选在 2021.2 月到 2022.2 月间，研究对象是上述期间我院口腔科接受治疗的 80 例口腔溃疡患者，分组方法为随机，分成实验组和对照组，对照组接受口腔护理，实验组在口腔护理基础上结合饮食干预，对两组患者干预后的疗效展开分析。**结果** 在口腔溃疡恢复时间比较上，实验组的时间明显短于对照组， $P < 0.05$ ；实验组的主食恢复时间、蔬菜类恢复时间、肉类恢复时间、水果类恢复时间、坚果类恢复时间均短于对照组中的患者， $P < 0.05$ ；实验组的社会职能评分、情绪状态评分、身体质量、睡眠质量评分相较于对照组高， $P < 0.05$ 。治疗效果对比上，实验组的有效率优于对照组， $P < 0.05$ 。**结论** 口腔溃疡患者接受口腔护理结合饮食干预，可改善患者生活质量，使他们快速恢复正常饮食。

**【关键词】** 口腔护理；饮食干预；口腔溃疡；疗效；影响

### Effect of oral nursing combined with dietary intervention on oral ulcer

Xinxin Chen

Baoding stomatological hospital, Baoding, Hebei

**【Abstract】Objective** To explore the effect of oral nursing combined with dietary intervention on the efficacy of oral ulcer. **Methods** the study period was from February 2021 to February 2022. The subjects were 80 patients with oral ulcers admitted to the Department of Stomatology of our hospital during the above period. The grouping method was random, and they were divided into experimental group and control group. The control group received oral care. The experimental group combined dietary intervention on the basis of oral care to analyze the efficacy of the two groups of patients after intervention. **Results** the recovery time of oral ulcer in the experimental group was significantly shorter than that in the control group ( $P < 0.05$ ); The recovery time of staple food, vegetables, meat, fruits and nuts in the experimental group were shorter than those in the control group ( $P < 0.05$ ); The scores of social function, emotional state, physical quality and sleep quality of the experimental group were higher than those of the control group ( $P < 0.05$ ). In the comparison of treatment effect, the effective rate of the experimental group is better than that of the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** oral nursing combined with dietary intervention can improve the quality of life of patients with oral ulcers and enable them to quickly recover to normal diet.

**【Keywords】** Oral care; Dietary intervention; Mouth ulcer; Curative effect; Influence

伴随着人们生活质量的提升，也让人们的饮食结构发生转变，饮食种类日益丰富，这也导致许多人出现了口腔问题，不仅困扰着平日的正常生活，同时也让他们感到痛苦不堪<sup>[1]</sup>。在这其中，口腔溃疡就是口腔科中的常见疾病，当溃疡发生后作用于患者的唇部、舌头等，患者无论是吃饭还是喝水，都会感受到剧烈疼痛，直接降低了他们的生活质量<sup>[2]</sup>。对此，要让口腔溃疡患者在接受治疗时予以有效的饮

食干预、口腔护理，从而减轻患者的疼痛感、不适感<sup>[3]</sup>。故本次研究探索口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡患者的疗效，现将得到的研究数据报告如下：

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

此次研究的起始时间为 2021.1 月至 2022.1 月，这期间我院接受治疗的 80 例口腔溃疡患者是研究的对象，之后选用随机分组法，将全部的患者平均

分成两部分,一部分为实验组,另外一部分为对照组,两组的人员数量相同,都是40例。实验组年龄在45-92周岁,平均为(63.92±3.23)周岁,男22,女18例。对照组年龄在45-92周岁,平均为(63.92±3.23)周岁,男23例,女17例。对两组年龄、性别等资料分析后, $P>0.05$ ,具有可比性。本次实验经医院伦理委员会同意。

纳入标准:(1)符合西医诊断标准:根据《口腔黏膜病学》中关于口腔溃疡疾病的诊断标准。(2)患者以及患者家属均知晓本次临床实验,且自愿参与本次实验研究,并签署知情同意书。排除标准:

(1)患者合并心脏、肝脏以及肾脏器官的严重病变情况。(2)妊娠阶段或者哺乳阶段的女性。

### 1.2 方法

实验组患者和对照组患者均接受口腔护理,具体的护理措施如下:患者来到医院治疗时,护理人员对患者的牙龈、颊部、上颌使用双氧水完成消毒,双氧水的浓度需要控制在1%-3%,之后将少量的锡类散喷洒在患者的口腔,等到药物基本吸收以后,再让患者使用温水漱口。在此基础上,实验组额外结合饮食干预,饮食干预措施如下:

(1)个人评估:护理人员先和口腔溃疡患者进行一对一交流,并通过患者和患者家属了解他们的饮食习惯、血糖情况、血压值以及体重。接下来,要根据患者的个人情况制定出可行的饮食方案。

(2)饮食健康宣教:护理人员要为患者讲述口腔溃疡疾病相关知识,特别是在发病机制讲解上,使患者通过疾病知识的掌握,改善一些不合理的习惯与行为,如吸烟、喝酒等。同时,护理人员要帮助患者自我管理,使他们懂得照顾好自己,对于治疗和护理工作更加配合、支持。

(3)饮食行为管理:护理人员应叮嘱患者平日吃一些易消化、清淡的食物,食物烹饪方式一般选择炖煮,少让患者吃一些刺激性、辛辣的食物。此

外,需叮嘱患者不要暴饮暴食,注重少食多餐,吃东西时也要细嚼慢咽。

(4)针对性饮食护理:结合患者的身体恢复情况,在确保营养供需充足的条件下,对不同恢复时期患者的饮食情况进行优化调整,可让患者吃一些新鲜的蔬菜,并补充优质蛋白质。

### 1.3 观察指标及效果评价标准

(1)观察两组的口腔溃疡恢复时间。

(2)观察两组的口腔溃疡进食恢复时间,其中包括主食恢复时间、蔬菜类恢复时间、肉类恢复时间、水果类恢复时间、坚果类恢复时间。

(3)观察两组的生活质量评分,采用医院自制的量表,包括情绪状态、社会职能、身体质量和睡眠质量,每一项的评分满分设定在100分,分数越高,代表患者的生活质量越高。

(4)观察两组的治疗效果,包括显效、有效、无效,治疗有效率=显效率+有效率。

### 1.4 统计和分析

把SPSS22.0统计学软件当作数据处理的主要工具,分析处理资料,计数资料用%表示,计量资料用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,检验分别采用 $\chi^2$ 和t检验,有统计学差异时, $P<0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 口腔溃疡恢复时间

实验组经治疗后,口腔溃疡恢复时间为(3.84±2.40)d,而对照组患者的口腔溃疡恢复时间为(5.63±3.16)d,经比较得知t值为2.8530,P值为0.0055,有统计学意义。

### 2.2 口腔溃疡进食恢复时间

从表1的数据得知,经过分别的干预以后,实验组的主食恢复时间、蔬菜类恢复时间、肉类恢复时间、水果类恢复时间、坚果类恢复时间均短于对照组中的患者, $P<0.05$ 。

表1 口腔溃疡进食恢复时间( $\bar{x} \pm s$ , d)

组别	例数	主食恢复时间	蔬菜类恢复时间	肉类恢复时间	水果类恢复时间	坚果类恢复时间
实验组	40	2.53±0.61	3.11±1.19	4.52±1.79	3.50±0.91	4.29±1.92
对照组	40	3.60±0.79	4.08±1.21	6.38±1.57	5.11±1.39	7.21±2.08
t		6.7802	3.6149	4.9407	6.1289	6.5241
P		0.0000	0.0005	0.0000	0.0000	0.0000

### 2.3 生活质量评分

护理干预后, 实验组的社会职能评分为(76.25±5.38)分、情绪状态评分为(72.25±5.32)分、身体质量评分为(69.52±5.53)分、睡眠质量评分为(70.25±5.56)分, 而对照组的社会职能评分为(63.20±5.48)分、情绪状态评分为(61.02±5.45)分、身体质量评分为(60.25±5.38)分、睡眠质量评分为(60.25±5.45)分, 两组生活质量评分比较得知t值依次为10.7475、9.3256、7.5990、8.1234, P值均为0.0000, 有统计学差异, 实验组的社会职能评分、情绪状态评分、身体质量、睡眠质量评分相较于对照组高。

### 2.4 治疗效果

实验组中的40例患者, 经治疗后显效、有效、无效患者数量依次为22、17、1, 治疗有效率为97.5%, 对照组中的40例患者, 经治疗后显效、有效、无效患者数量依次为14、17、9例, 治疗有效率为77.5%, 经两组比较得知 $\chi^2$ 值为7.3143, P值为0.0068, 实验组治疗有效率显著优于对照组, P<0.05。

## 3 讨论

在临床之中口腔溃疡可谓是严重的口腔粘膜疾病, 比较常见, 会带给患病群体较大的痛苦, 特别是对患者生活及工作造成的不良影响<sup>[4]</sup>。口腔溃疡的发病机制有许多, 和遗传、消化系统、免疫功能等方面存在联系, 由于诱发因素的差异, 可把这一疾病按照类型划分, 具体可以划分成复发性口腔溃疡、创伤性口腔溃疡和疾病伴发的口腔溃疡<sup>[5]</sup>。复发性口腔溃疡也被称之为经常性口腔溃疡, 最为明显的特点便是反反复复的发作, 溃疡也存在自愈性和间隔性的特点<sup>[6]</sup>。创伤性口腔溃疡主要是因为砂石、鱼骨等硬物造成, 有时水温过高或者是食物较烫, 也会造成患者的口腔粘膜损伤<sup>[7]</sup>。疾病伴发的口腔溃疡, 通常是因为肿瘤、白塞病造成的溃疡, 当溃疡发生以后, 患者容易生成全身表现, 此时要综合其他疾病的症状表现进行评估, 防止对患者的病情造成耽搁<sup>[8]</sup>。

在平日的生活中, 患者饮食也容易导致他们出现溃疡, 若想避免这一情况, 应规避各种不良行为<sup>[9]</sup>。口腔溃疡患者日常要保持良好的卫生习惯, 让他们在早上和晚上刷牙, 保持良好的饭后漱口习惯,

减少各种细菌对口腔造成的腐蚀, 同时也会减少各种食物残渣对口腔的不良刺激<sup>[10]</sup>。另外, 饮食的不平衡, 也会致使患者发生严重的口腔溃疡问题, 因此大家平日里需要保持良好的饮食习惯, 注重饮食上的均衡。高效的口腔护理, 会让患者的不良症状表现得到缓解, 同时结合饮食干预, 也会提高整体的口腔溃疡防治效果, 在二者的作用之下, 让患者的口腔环境得到改善, 予以一定的营养支持, 使他们早日恢复健康的身体。

在本次的研究当中, 实验组患者和对照组患者均接受口腔护理, 而在此基础上, 实验组患者接受饮食干预, 经过分别的护理干预后, 实验组患者的治疗效果明显优于对照组, P<0.05, 在生活质量评分对比上, 实验组患者的各项评分均优于对照组, P<0.05; 在口腔溃疡恢复时间比较上, 实验组的时间明显短于对照组, P<0.05; 实验组的主食恢复时间、蔬菜类恢复时间、肉类恢复时间、水果类恢复时间、坚果类恢复时间均短于对照组中的患者, P<0.05。

综上所述, 将口腔护理和饮食干预用于口腔溃疡患者中, 可起到辅助治疗的效果, 帮助患者提高生活质量, 早日恢复正常的进食, 值得运用。

## 参考文献

- [1] 钟巧玲. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 健康必读, 2021(17):147,155.
- [2] 陈欢. 研究口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 百科论坛电子杂志, 2020(4):117.
- [3] 王莉. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 健康必读, 2021(16):214-215.
- [4] 提娜. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 全科口腔医学杂志(电子版), 2019, 6(4):80,87.
- [5] 茶晓燕. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响初探[J]. 养生保健指南, 2020(4):149-150.
- [6] 刘颖. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 养生大世界, 2021(16):209.
- [7] 陈红梅, 邹莹. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 健康必读, 2020(20):81.
- [8] 高永刚. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 饮食保健, 2020(43):225.
- [9] 张兵, 王威. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的

影响分析[J]. 中国现代药物应用,2018,12(2):179-181.

- [10] 陈洁. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 饮食保健,2018,5(4):220-221.

**收稿日期:** 2022年8月12日

**出刊日期:** 2022年9月25日

**引用本文:** 陈欣欣, 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响探讨[J]. 国际医药研究前沿, 2022, 6(4): 66-69

DOI: 10.12208/j.imrf.20220141

**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**