

细节护理在疗养中心的应用分析

王蒙¹ 张骁翼^{2*}

1.武警烟台特勤疗养中心

2.中国人民解放军辽宁省军区大连第十四离职干部休养所（辽宁大连）

DOI:10.32629/carnc.v3i12.21857

[摘要] 目的：探析细节护理在疗养中心的应用。方法：回顾性分析2025年1月至2025年12月期间，疗养中心62例疗养员临床资料，2025年1月至2025年6月的31例疗养员接受常规护理，作为对照组。2025年7月至2025年12月的31例疗养员接受细节护理，作为观察组。对比两组舒适度、心理状态。结果：护理前：两组GCQ评分、SAS评分、SDS评分对比， $P>0.05$ 。护理后：观察组GCQ评分高于对照组，SAS评分、SDS评分低于对照组， $P<0.05$ 。结论：细节护理可显著改善疗养中心疗养员舒适度及心理状态，具有良好的应用价值。

[关键词] 疗养中心；细节护理；舒适度；心理状态

中图分类号：R473.3 文献标识码：A

Analysis of the Application of Detailed Nursing in Convalescent Centers

Meng Wang¹, Xiaoyi Zhang^{2*}

1. Yantai Special Service Convalescent Center of the Chinese People's Armed Police Force

2. The 14th Retired Cadre Sanatorium of Dalian, Liaoning Military Command of the Chinese People's Liberation Army

Abstract: Objective: To explore the application effect of detailed nursing in convalescent centers. Methods: A retrospective analysis was performed on the clinical data of 62 convalescents admitted to the convalescent center from January 2025 to December 2025. Among them, 31 convalescents receiving routine nursing from January 2025 to June 2025 were set as the control group, and another 31 convalescents receiving detailed nursing from July 2025 to December 2025 were set as the observation group. The comfort level and psychological state were compared between the two groups. Results: Before nursing, there were no significant differences in GCQ, SAS and SDS scores between the two groups ($P>0.05$). After nursing, the observation group obtained higher GCQ scores and lower SAS and SDS scores than the control group ($P<0.05$). Conclusion: Detailed nursing can markedly improve comfort and psychological status of convalescents in convalescent centers, and has favorable application value.

Keywords: convalescent center; detailed nursing; comfort level; psychological state

引言

疗养中心是通过多样化的措施（包括人工疗养因子、自然疗养因子、物理干预、健康饮食、运动辅助干预等），协助存在健康问题的群体改善其健康状态，其中慢性病患者、职业病人员、亚健康状态群体等均属于疗养中心的主要服务对象。在人群健康理念不断优化的背景下，现阶段疗养中心护理工作受到了多方面的重视，不仅需要遵循以患者为中心的理念，同时需要以精神疗养、文化疗养、理论疗养结合的护理模式为导向，进一步改善疗养员生理、心理及心理健康状态^[1-2]。而细节护理则属于新型护理模式，在此类护理框架之下，能够以整体护理为指导，以循证护理为基础，对护理工作全面的优化，紧扣以患者为中心的理念，常规护理

优质化、精细化，更加注意护理细节，做到流程环环相扣、紧密衔接，使护理工作、操作流程更有效、更准确、更合理、更具可控性^[3-4]。将细节护理融入疗养中心护理工作之中，有望进一步提升整体护理效果，基于此，本文将探析细节护理在疗养中心的应用，详情如下所示。

1 资料与方法

1.1 一般资料

回顾性分析2025年1月至2025年12月期间，疗养中心62例疗养员临床资料，2025年1月至2025年6月的31例疗养员接受常规护理，作为对照组。2025年7月至2025年12月的31例疗养员接受细节护理，作为观察组。对照组中：男16例，女15例，年龄为：23-50岁，平均年龄（39.88

Clinical Application Research of Nursing Care

±3.97)岁。观察组中:男18例,女13例,年龄为:25-65岁,平均年龄(40.30±4.09)岁。两组一般资料对比, $P>0.05$ 。纳入标准:①疗养周期≤15d;②具有完整的一般资料;③不存在明显的视力及听力障碍。排除标准:①合并严重内科疾病;②合并精神类疾病;③合并恶性肿瘤。

1.2 方法

1.2.1 对照组方法

积极开展对于疗养员的病情监测,落实常规康复训练、饮食护理、用药指导等常规护理措施。

1.2.2 观察组方法

①构建细节护理小组,小组由护士长及骨干护理人员共同构成,以护士长为主导,强化对组内相关护理人员的针对性培训,促使其能够全面掌握细节护理的内涵及落实途径。同步针对疗养员各项临床资料进行全面的整理,包括其现病、疾病史、体重、年龄以及各项临床检查结果等,初步评估疗养员实际护理需求。完成后落实对于疗养员的半结构式访谈,明确疗养员现阶段所存在的主要问题,如:血压、血糖控制不稳定、工作压力大、精神紧张、从事特殊岗位工作等,掌握疗养员现阶段所存在的核心问题,以此为基础构建出全面且具有针对性的护理方案,保障整体护理工作质量的持续提升。

②开展对疗养员的持续性监测,每日测定体温、脉搏、呼吸、血压等指标,明确疗养员健康状态的波动,为后续护理措施的优化提供全面的数据支持。联合医疗、护理、康复、膳食团队,开展多学科干预,落实多学科查房,明确疗养员在接受干预过程中机体健康状态的改变,发现异常及时联合医师,落实针对性处理,最大程度地降低不良事件发生率。

③积极开展对于疗养员的健康宣教,由护理人员立足于循证理念,以康复疗养、慢性病护理、人工疗养因子、自然疗养因子等为关键词,检索相关循证证据,以此为基础构建健康知识手册,及时对疗养员进行发放,指导疗养员围绕手册开展学习,深入了解关于自身疾病以及恢复的相关知识,完成后再由医护人员一同落实对于疗养员的深入宣教,促使其及时构建对于自身疾病以及健康状态转归的正确认知,并掌握恢复阶段的相关注意与禁忌事项,促使其依从性得到显著改善。

④完善环境护理,每日深入疗养员所处疗室,督促、指导落实床铺及室内用具、用物的整理,每日落实全面的清洁及消毒措施,维持环境的持续性清洁状态,定时开窗通风,维持空气的流动,指导疗养员注意个人卫生的维护,强化疗养环境的舒适性。同时于走廊、卫生间等区域设置相应的扶手、警示标志,床旁加设护栏。指导疗养员学习“3个30秒”方法下床法:下床前,先放下拉起的床栏;特殊病患者坐

下/起身不会造成重心不稳,在体位转移过程中,必要时呼叫协助者在旁看护或扶助;下床活动前,绑好裤脚带子,卷起裤脚,不高处取物;需要帮助时呼叫护士或他人;关注服用降压药、降糖药、安眠药、利尿药等药物的副作用,出现头晕时避免擅自下床活动;若发生跌倒及时呼叫,勿擅自移动。从而全面降低疗养员跌倒发生率。

⑤心理护理,强化与疗养员的沟通与交流,掌握疗养员在疗养期间的心理及情绪状态,进而落实针对性的心理引导,在沟通过程中保持态度的温和、语气的柔缓,促使疗养员感受到亲切及舒适感,并为其列举疗养后恢复状态优良的病例,协助其构建早日改善自身健康水平的信心,最大程度地消除疗养员内心不良情绪。

⑥开展花艺疗法,在日常护理过程中,从植株上剪取鲜花、枝叶等,落实针对性裁剪与整理,选择合适的容器进行搭配,放置于疗养房间以及活动环境之中,提升疗养环境的自然感,渲染生活气息,予以疗养员心理及精神维度的抚慰,感受类似家庭的温馨,尤其对于大病初愈及健康状态欠佳类型的疗养员,可同步开展插花等活动,转移其对于疾病的注意力,消除不良情绪,调节其身心理健康状态。

⑦落实芳香护理,选取酸枣仁、琥珀、菖蒲等芳香药材,制作为药枕、香囊等,予以疗养员使用及佩戴,通过芳香药材清气之正,达到祛邪扶正的效果,并进一步改善疗养员睡眠质量,同时在夏季可达到驱蚊的效果,进一步提升疗养员舒适度。

⑧品茗健体,引导疗养员开展品茗活动,通过煮茶等方式,激发茶香,引导疗养员品鉴茶水的倾向,在品茶的过程中,同步为疗养员科普相关养生知识及健康知识,促使疗养员能够在更为轻松且愉悦的氛围下释放压力,调节情绪,掌握丰富的健康知识与健康管理技能。

⑨运动及饮食护理,每日引导疗养员开展运动锻炼,以有氧运动为主,包括八段锦、太极操及慢步走等,过程中强化对疗养员的监测,发现异常及时停止运动,保持休息。在饮食方面,指导疗养员每日饮食遵循清淡易消化的原则,适当提升对维生素及蛋白质的摄入,进一步改善其机体抵抗力与免疫力,促进疗养员健康状态的恢复。

1.3 观察指标

1.3.1 舒适度

采用舒适状态量表(GCQ)进行评定,分数越高舒适度越好。

1.3.2 心理状态

采用抑郁量表(SDS)、焦虑量表(SAS)评定,分数越高心理状态越差。

Clinical Application Research of Nursing Care

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS 22.0 软件中分析，计量资料比较采用 t 检验，并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示， $P < 0.05$ 为差异显著，有统计学意义，数据均符合正态分布。

2 结果

2.1 两组舒适度

护理前两组对比， $P > 0.05$ ，护理后观察组 GCQ 评分高于对照组， $P < 0.05$ ，见表 1：

表 1 两组舒适程度 $(\bar{x} \pm s)$

组别	例数	生理		心理		精神	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组	31	(16.12 ± 2.77) 分	(19.90 ± 1.29) 分	(8.16 ± 1.08) 分	(11.81 ± 0.90) 分	(4.27 ± 0.57) 分	(5.70 ± 0.90) 分
观察组	31	(15.89 ± 2.27) 分	(22.33 ± 3.62) 分	(8.33 ± 1.13) 分	(14.28 ± 1.22) 分	(4.31 ± 0.56) 分	(7.72 ± 1.03) 分
t	--	0.358	3.521	0.606	11.248	0.279	8.223
P	--	0.722	0.001	0.547	0.000	0.781	0.000

2.2 两组心理状态

护理前两组对比， $P > 0.05$ ，护理后观察组 SAS 评分、SDS 评分低于对照组， $P < 0.05$ ，见表 2：

表 2 两组心理状态 $(\bar{x} \pm s)$

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	31	(53.71 ± 2.30) 分	(47.51 ± 1.20) 分	(52.19 ± 1.82) 分	(49.03 ± 1.11) 分
观察组	31	(53.26 ± 2.44) 分	(44.12 ± 0.97) 分	(52.01 ± 1.45) 分	(45.31 ± 0.97) 分
t	--	0.747	12.232	0.431	14.051
P	--	0.458	0.000	0.668	0.000

3 讨论

疗养中心以心理疏导、生理疗养、健康评估等为核心工作，为疗养员通过全面且具有针对性的保健服务，促使其身心健康状态得到显著改善，对于促进疗养员机体功能状态的恢复，心理状态的改善等均具有积极的作用。但过去常规的护理模式只是单纯地开展对于疗养员的病情监测、用药指导、饮食指导及运动指导等常规护理措施，难以全面满足疗养员生理、心理及精神等多维度的实际需求，促使整体护理工作质量受到明显影响，因而及时明确高效的护理途径，对疗养员自身而言具有重要的意义^[5-6]。

此次研究发现，观察组护理后 SAS 评分、SDS 评分低于对照组，GCQ 评分高于对照组， $P < 0.05$ 。说明结合细节

护理可进一步改善疗养中心疗养员心理状态及舒适度。分析其原因认为：细节化护理属于以循证医学，整体观念为基础的新型护理模式，其更为强调护理工作的全面性与针对性，从整体入手，把控细节，强化对疗养员的评估与针对性护理，进而改善疗养员整体健康状态^[7-8]。研究首先构建细节护理小组，强化对护理人员的培训，保障护理工作质量的提升，并积极整理疗养员各项临床资料、落实半结构化访谈，深入掌握了其疗养期间的实际需求，以此为基础优化护理措施，保障护理工作的全面性及针对性。其次强化对疗养员的持续性监测，及时明确其健康状态的波动、并发现潜在异常，进而落实预见性的干预，降低不良事件发生率。依托于健康教育，协助疗养员构建正确认知，改善其依从性，配合环境护理、芳香护理、花艺疗法、芳香护理等干预措施，高效调节疗养员身心健康状态，在消除其内心不良情绪的同时，促进其健康状态的改善。最后配合针对性心理护理措施，协助疗养员纠正不良心态，保障其心理状态及舒适度的提升。

综上所述，细节护理可显著改善疗养中心疗养员舒适度及心理状态，具有良好的应用价值。

[参考文献]

[1]王雪娇,龚雪娜.控制整改单在康复疗养中心护理质量持续改进中的应用[C]//天津市互联网医学科普协会.临床医学研究创新学术交流会议论文集.2026:1148-1150.

[2]贺红艳,李蓉,张婷婷,等.基于三维质量结构模式构建军队康复疗养中心专科病疗养护理质量指标评价体系[J].吉林医药学院学报,2025,46(1):45-48.

[3]蒋明,桂莹,韩金凤,等.目标管理法在提高某疗养院疗养科护理管理质量中的作用[J].中医药管理杂志,2023,31(9):188-190.

[4]曲玉洁.正向一体化护理干预对高原特勤疗养疫情相关心理状态的影响[J].中国疗养医学,2023,32(1):77-80.

[5]白丽萍,水庆如.标准化学疗养护理方案对高尿酸血症疗养员疗养效果评价[J].海军医学杂志,2022,43(5):482-483.

[6]潘晓蒙,蔡添才,林艺惠,等.以景观疗养为核心的人文疗养护理对疗养员不良情绪、社会功能及睡眠质量的影响[J].国际护理学杂志,2021,40(20):3697-3700.

[7]黄赛云,林佳娜,潘晓蒙,等.自然疗养因子结合优质护理对高血压疗养员的应用效果[J].医学理论与实践,2021,34(4):702-704.

[8]潘晓蒙,林艺惠,孙然然,等.优质护理服务对疗养员治疗依从性及睡眠质量的影响[J].淮海医药,2021,39(1):82-84.

作者简介：
王蒙（1989.09-），女，汉族，山东德州人，本科，研究方向为护理学。