

健康教育护理干预在老年慢性支气管炎患者中的应用效果分析

陶笑

南京医科大学附属苏州医院

DOI:10.12238/carnc.v3i4.14920

[摘要] 目的：探析在老年慢性支气管炎患者中应用健康教育护理干预的实际成效。方法：将我院2024年2月~2025年2月收治的80例老年慢性支气管炎患者纳入此次研究，依照信封法随机分成参考组（40例，采取常规护理干预）与实验组（40例，采取健康教育护理干预）。比较两组在遵医行为及症状消失时间方面的差异。结果：相比于参考组，实验组的遵医行为明显更优（ $P<0.05$ ）；实验组的各症状消失时间明显更短（ $P<0.05$ ）。结论：在老年慢性支气管炎患者中应用健康教育护理干预效果显著，可有效改善患者的遵医行为，缩短症状消失时间。

[关键词] 老年；慢性支气管炎；健康教育；护理干预；遵医行为

中图分类号：R473.5 文献标识码：A

Application Effect Analysis of Health Education and Nursing Intervention in Elderly Patients with Chronic Bronchitis

XiaoTao

Nanjing Medical University Affiliated Suzhou Hospital

Abstract: Objective: To examine the true efficacy of health education combined with nursing intervention among elderly patients diagnosed with chronic bronchitis. Methods: Eighty elderly chronic bronchitis patients admitted to our hospital from Feb 2024 – Feb 2025 were enrolled, randomly split via envelope method into a reference group (40, routine nursing) and an experimental one (40, health education nursing), comparing compliance & symptom disappearance time. Results: Compared to the reference group, the experimental group exhibited markedly superior compliance behavior ($P<0.05$) and notably shorter symptom disappearance times ($P<0.05$). Conclusion: Health education and nursing interventions can effectively improve the compliance behavior of elderly patients with chronic bronchitis and shorten the time for symptoms to disappear.

Keywords: older age; chronic bronchitis; health education; nursing intervention; compliance behavior

引言

慢性支气管炎为呼吸系统多发病症，患者典型特征包括咳嗽、咳痰，部分可伴喘息表现^[1-2]。此病病程长且易反复，对老年群体生活质量损害显著，进而造成家庭与社会照护成本上升。在老年慢性支气管炎的临床治疗进程中，除药物疗法外，护理干预亦占据关键地位。尽管常规护理措施可在一定程度上满足患者的基础需求，但在提升患者自我照护效能、优化其治疗依从性等方面，其成效仍显不足^[3]。健康教育护理干预作为一种新型的护理模式，通过向患者传授疾病相关知识、健康生活方式等内容，提升患者疾病认知程度，强化自我健康防护理念，从而促进患者积极配合治疗和护理，提高治疗效果^[4-5]。本研究旨在探讨在老年慢性支气管炎患者中应用健康教育护理干预的实际成效，为临床护理实践提供参考。现报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

将我院2024年2月~2025年2月收治的80例老年慢性支气管炎患者纳入此次研究，采用信封法将患者随机分为参考组和实验组，每组各40例。参考组由25例男性和15例女性组成；年龄最小60岁，最大88岁，均值（ 73.25 ± 5.32 ）岁；患病时间3~15年，均值（ 8.56 ± 2.34 ）年。实验组中含男性23例，女性17例；年龄区间为61~87岁，均值（ 73.14 ± 5.28 ）岁；患病时间2~14年，均值（ 8.23 ± 2.18 ）年。两组的基础信息差异不大（ $P>0.05$ ）。纳入标准：①与慢性支气管炎的诊断标准相契合；②年龄在60岁及以上；③认知功能正常；④患者病历资料完整无缺。排除标准：①伴有其他严重器质性病变；②患认知功能受损，无法配合治疗和护理者；③存在严重感染者；④同一时期参与其他研究者。

1.2 方法

给予参考组常规护理干预，涵盖病情监测、用药护理、基础生活护理、环境护理等。实验组在此基础上采取健康教育护理干预，具体内容如下：

(1) 成立健康教育小组：由护士长担任组长，挑选临床经验丰富且沟通能力佳的护士作为小组成员。小组成员接受系统的健康教育知识和技能培训，确保能够为患者提供专业、规范的健康教育服务。

(2) 评估患者需求：在患者入院后，通过与患者及其家属沟通交流、查阅病历等方式，充分掌握患者对疾病的认知程度、健康需求、心理状态、生活方式等情况，为制定个性化的健康教育方案提供依据。

(3) 制定健康教育方案：根据患者的评估结果，结合慢性支气管炎的疾病特点和护理要点，为每位患者定制专属健康教育计划。健康教育内容包括疾病知识、用药指导、饮食指导、运动指导、心理调节、康复训练等方面。

(4) 实施健康教育：①疾病知识教育：与患者及其家属进行一对一详细讲解，结合专业医学资料，用通俗易懂的语言阐述慢性支气管炎的病因，如长期吸烟、空气污染等；发病机制方面，说明炎症如何导致气道狭窄等。制作精美的宣传手册，图文并茂呈现临床表现、各类治疗方法、预后影响因素等内容发放给患者。每周定期举办健康讲座，邀请专家系统讲解，设置问答环节，鼓励患者提问，由专业人员现场解答，确保患者及其家属全面了解疾病相关知识。②用药指导：细致为患者阐释所用药物的名称、剂量、用法、功效、副作用及相关注意事项等，强调按时按量服药的重要性。指导患者正确使用吸入剂等药物，确保药物能够准确到达病变部位，提高治疗效果。同时，明确向患者说明不得擅自调整药量或停药，用药期间若有不适，应立即联系医护人员，以便及时调整用药方案。③饮食指导：结合患者具体病情与日常饮食习惯，为其量身定制个性化饮食方案。引导患者多摄入富含维生素、蛋白质的食品，像新鲜蔬果、精瘦肉类、鱼类及蛋类等，助力提升机体免疫能力。建议患者多饮水以维持呼吸道湿润，促进痰液排出，同时避免辛辣食物，戒烟戒酒。④运动指导：依据患者身体实际状况，为其量身定制适宜的运动计划。倡导患者开展适度有氧运动，像散步、慢跑、打太极拳等，运动强度以患者可耐受为准则，单次运动时长在30min左右，每周运动3~5次。运动可以增强患者的体质，提高心肺功能，促进康复。但要注意避免剧烈运动和过度劳累，运动时如果感觉到身体不适，须即刻终止运动并休整。⑤心理调节：每日安排固定时间主动与患者深入交流，耐心倾听其内心烦恼与担忧，用温和亲切的语言给予充分心理支持与安慰。定期向患者介绍当前疾病治疗领域的新进展、

新技术，分享同类患者成功康复的案例。同时，教患者掌握深呼吸技巧，如缓慢吸气再缓缓呼气；引导其进行冥想，专注于平静画面；建议播放舒缓乐曲，引导患者在聆听中放松身心，以此缓解不良情绪，始终保持积极乐观心态。⑥康复训练：指导患者开展呼吸功能训练，如缩唇呼吸、腹式呼吸等。缩唇呼吸具体操作：患者闭口经鼻吸气，随后缩唇呈吹口哨状缓慢呼气，同时收缩腹部，吸呼时间比控制在1:2或1:3，每次练习10~15min，每天练习3~4次。腹式呼吸的方法是：患者可选取立位、平卧位或半卧位姿势，将双手分别置于前胸部与上腹部。经鼻缓慢吸气时，膈肌充分下降，腹肌处于松弛状态，腹部向外隆起，此时手能感受到腹部向上抬升；呼气时经口呼出，腹肌收缩，膈肌放松，膈肌随胸腔压力升高而上升，促使肺部气体排出，手可感到腹部下降。每次练习5~10min，每天练习3~4次。呼吸功能锻炼可以改善患者的呼吸功能，提高肺活量，缓解喘息症状。

1.3 观察指标

(1) 遵医行为：记录两组患者在戒烟戒酒、按时按量服药、规律作息、合理饮食等方面的遵医行为情况。

(2) 症状消失时间：记录两组患者咳嗽、咳痰、喘息、肺部湿啰音等症状的消失时间。

1.4 统计学分析

研究数据经SPSS 23.0处理，采用卡方(χ^2)对分类变量进行统计，使用t对连续变量进行统计，以%和($\bar{x} \pm s$)表示， $P < 0.05$ 表示差异显著。

2 结果

2.1 对比两组的遵医行为

相比于参考组，实验组的遵医行为明显更优($P < 0.05$)。详见表1。

表1 两组的遵医行为比较[n(%)]

组别	例数	戒烟戒酒	按时按量服药	规律作息	合理饮食
实验组	40	38(95.00)	39(97.50)	36(90.00)	37(92.50)
参考组	40	30(75.00)	33(82.50)	27(67.50)	28(70.00)
χ^2	-	6.275	5.000	6.050	6.646
P	-	0.012	0.025	0.014	0.010

2.2 对比两组的症状消失时间

相比于参考组，实验组的各症状消失时间明显更短($P < 0.05$)。详见表2。

Clinical Application Research of Nursing Care

表2 两组的症状消失时间比较 ($\bar{x} \pm s, d$)

组别	例数	咳嗽消失时间	咳痰消失时间	喘息消失时间	肺部湿啰音消失时间
实验组	40	1.25±0.32	1.23±0.26	1.23±0.25	1.17±0.32
对照组	40	3.55±0.68	3.98±0.84	4.24±0.99	3.99±0.88
t	-	19.356	19.780	18.644	19.047
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

3 讨论

老年慢性支气管炎患者由于机体功能衰退、免疫力下降以及病程迁延反复等特点,在疾病治疗与康复过程中面临着诸多挑战^[6]。该疾病不仅会导致患者长期遭受咳嗽、咳痰、喘息等症状的折磨,严重影响其日常生活活动能力和生活质量,还可能引发一系列并发症,如肺气肿、肺心病等,对患者生命健康构成更大威胁^[7-8]。此外,老年患者常伴有多种基础病症,机体状况复杂多样,对疾病治疗和护理的耐受性较差^[9]。因此,采取适当的护理干预措施对于老年慢性支气管炎患者而言至关重要。

常规护理在老年慢性支气管炎患者的治疗中发挥着基础性作用,但其主要侧重于疾病本身的护理和基本生活需求的满足,在增强患者自我管理效能与依从性等方面效果欠佳^[10]。健康教育护理干预作为一种新型的护理模式,以患者为中心,通过向患者传授疾病相关知识、健康生活方式等内容,提升患者疾病认知程度,强化自我健康防护理念。其作用原理在于,当患者对疾病有了全面、深入的了解后,能够更加主动地参与到治疗和护理过程中,认识到遵医行为对疾病康复的重要性,从而主动改正不良生活习惯,积极配合治疗^[11]。本研究结果显示,相比于对照组,实验组的遵医行为明显更优。这是由于健康教育护理干预通过多种形式的疾病知识教育,使患者充分认识到慢性支气管炎的危害以及戒烟戒酒、按时按量服药、规律作息、合理饮食等遵医行为对疾病康复的积极影响^[12]。同时,用药指导、饮食指导、运动指导、心理调节和康复训练等方面的全面教育,让患者在日常生活中有了明确的行为准则,从而提高了遵医的自觉性和主动性^[13]。相较于对照组,实验组的各症状消失时间明显更短。这一结果主要由于患者遵医行为的改善,能够按时按量服药,积极配合治疗,使得药物能够更好地发挥疗效;合理的饮食与适度身体活动强化了患者体质,提升了机体防御能力,有利于疾病的康复;心理调节和康复训练则缓解了患者的不良情绪,改善了呼吸功能,进一步促进了症状的缓解和消失^[14]。健康教育护理干预的优势价值在于,它不仅关注疾病的治疗,更注重患者的整体健康和生活质量的提高,通过提高患者的自我管理能力和患者在出院后仍能保持良好的健康行为,降

低疾病的复发率,具有长期的社会效益和经济效益^[15]。

综上所述,在老年慢性支气管炎患者中应用健康教育护理干预效果显著,通过改善患者的遵医行为,缩短症状消失时间,为患者的康复提供了有力支持,存在应用价值。

[参考文献]

- [1] 王庆伟. 健康教育护理干预在老年慢性支气管炎患者中的应用探究[J]. 中国保健营养, 2020, 30(32): 204.
- [2] 王鹏飞. 情景式健康教育联合肺功能康复训练干预对提高老年慢性支气管炎患者肺功能的效果[J]. 当代医药论丛, 2024, 22(28): 170-172.
- [3] 夏丽红, 宋小玲, 王红英. 系统健康教育干预在慢性支气管炎护理中的应用价值研究[J]. 现代诊断与治疗, 2024, 35(19): 2983-2984, 2987.
- [4] 卢红. 健康教育护理干预在老年慢性支气管炎患者中的应用效果[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(40): 95.
- [5] 万萍华, 周丽玲, 管辉琴. 双模式健康教育配合动机访谈对老年慢性支气管炎患者的效果[J]. 临床医学工程, 2024, 31(12): 1541-1542.
- [6] 黄丽, 郭伟峰, 吴丽娟, 等. 健康教育在慢性支气管炎患者护理中的应用效果[J]. 中外医疗, 2024, 43(4): 148-152.
- [7] 李金花, 曹雪. 系统健康教育在慢性支气管炎护理中的应用价值研究[J]. 基层医学论坛, 2022, 26(6): 100-102.
- [8] 尚亚娟, 屈媛媛. 双模式健康教育结合焦点式心理护理在老年慢性支气管炎患者中的应用效果[J]. 临床医学研究与实践, 2023, 8(23): 162-165.
- [9] 刘琴, 李党根. 健康教育结合心理护理对慢性支气管炎并肺部感染患者遵医行为的影响[J]. 基层医学论坛, 2024, 28(18): 136-139.
- [10] 余梅, 罗兰, 向希. 强化健康教育在高龄慢性支气管炎患者中的应用效果分析[J]. 护士进修杂志, 2021, 36(1): 64-67.
- [11] 王延海. 系统健康教育在慢性支气管炎护理中的作用[J]. 黑龙江医学, 2023, 47(14): 1742-1745.
- [12] 金英. 健康教育对慢性支气管炎患者疾病认知、生活质量的影响[J]. 甘肃医药, 2022, 41(7): 656-658.
- [13] 刘笑妮. 健康教育护理干预老年慢性支气管炎患者的效果分析[J]. 糖尿病天地, 2022, 19(2): 264-265.
- [14] 金喆, 宋颖. 系统健康教育在慢性支气管炎护理中的作用[J]. 基层医学论坛, 2021, 25(3): 398-399.
- [15] 陈璐, 原利娟. 中医特色护理联合健康教育对老年慢性支气管炎患者治疗依从性、自我效能及生活质量的影响[J]. 贵州医药, 2025, 49(2): 320-322.

作者简介:

陶笑(1989.12-),女,汉族,江苏淮安人,本科,主管护师,研究方向为临床护理。