

# 呼吸康复联合中医浴足在慢阻肺护理中的应用

田庆

成都市新津区中医医院

DOI:10.12238/carnc.v1i2.6317

**[摘要]** 目的: 深入分析呼吸康复联合中医浴足在慢阻肺护理过程中的作用。方法: 选择我院在2021年7月至2023年7月之间接收的100例慢阻肺患者进行研究,分为对照组与观察组,每组50例。对照组采用常规方式护理,观察组应用呼吸康复联合中医浴足的治疗措施,对比两组患者的肺功能以及运动能力对比。结果: 观察组患者的肺功能、运动功能评分较高,两组数据对比存在统计差异( $P < 0.05$ )。结论: 慢阻肺患者的治疗周期较长,很多因素都会给患者生命健康造成影响,而应用呼吸康复联合中医浴足的治疗措施,可以让慢阻肺患者的肺功能、运动功能逐步的恢复,保持良好生活状态,具备较高应用价值。

**[关键词]** 慢性阻塞性肺病; 呼吸康复; 中医浴足; 运动功能

中图分类号: R714.14+5 文献标识码: A

## The Application of Respiratory Rehabilitation Combined with Traditional Chinese Medicine Foot Bath in Chronic Obstructive Pulmonary Disease

Qing Tian

Chengdu Xinjin District Hospital of Traditional Chinese Medicine

**[Abstract]** Objective: To analyze the role of respiratory rehabilitation combined with traditional Chinese medicine foot bath in the treatment of chronic obstructive pulmonary disease. Method: A study was conducted on 100 patients with chronic obstructive pulmonary disease admitted to our hospital between July 2021 and July 2023, divided into a control group and an observation group, with 50 patients in each group. The control group received routine nursing care, while the observation group received respiratory rehabilitation combined with traditional Chinese medicine foot bath treatment. The lung function and exercise ability of the two groups of patients were compared. Result: The observation group had higher scores of lung function and motor function, and there was a statistical difference between the two groups ( $P < 0.05$ ). Conclusion: The treatment cycle for patients with chronic obstructive pulmonary disease is relatively long, and many factors can affect their life and health. The application of respiratory rehabilitation combined with traditional Chinese medicine foot bath treatment measures can gradually restore the lung function and motor function of patients with chronic obstructive pulmonary disease, maintain a good living state, and have high application value.

**[Key words]** chronic obstructive pulmonary disease; respiratory rehabilitation; traditional Chinese medicine foot bath; motor function

### 引言

慢性阻塞性肺疾病(COPD)是一种临床中发生率较高的慢性疾病,如果不能及时采取治疗措施,会造成患者出现呼吸衰竭的情况,具备较高的致残率和致死率,极大的影响患者正常生活。当前对于慢阻肺患者来说,以药物治疗方式为主,而该病治疗周期比较长,患者需要承受较大的身体病痛,所以在进行慢阻肺患者护理时,选择合适的康复护理措施极为重要。经过对目前研究结论分析发现,应用呼吸联合中医浴足的方式有着明显的优势,

帮助慢阻肺患者的肺功能、运动功能的恢复,身体处于良好的状态中。基于此,本文重点探讨应用呼吸康复联合中医浴足的方式进行慢阻肺的护理,希望可以恢复患者健康,具体内容如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选择我院在2021年7月至2023年7月之间接收的100例慢阻肺患者进行研究,分为对照组与观察组,每组50例。对照组男22例,女28例,年龄52—61岁;观察组男21例,女29例,年龄50—62

岁,各项基础资料无差异。

1.2方法

对照组采取常规的医疗以及康复性措施,比如监测患者生命体征、加强药物以及饮食指导、健康宣教等,让患者掌握慢阻肺相关知识,积极配合医护人员治疗。

观察组应用呼吸康复联合中医浴足的康复措施,具体内容如下:(1)呼吸康复措施。①与患者进行交流,了解患者心理状况,并采取心理疏导性措施,让患者具备较高自信心。②对患者进行呼吸功能方面的训练,进行呼气、吸气的训练,通过吹气球等方式锻炼患者的呼吸功能,运用自己的全身力气反复练习,每日3—4次,每次5min。③排痰处理。对于呼吸道痰液淤堵的情况,让患者及时进行排痰,保持气道达到通畅性的效果,如果患者无法自主排痰,辅助应用吸痰器,保持动作轻柔,以免给患者的气道造成一定损伤。④加强患者运动功能锻炼。结合患者情况,每日督促患者进行慢走、散步等锻炼,实现患者的耐力、心肺功能的恢复。运动锻炼计划符合患者实际情况,每日在30min左右,强度合理控制,避免运动量过大而产生严重身体损伤。(2)中医浴足。中药方如下:白芍、杜仲、生地黄、丹参、龙骨各15克,牛膝20克,茯苓、酸枣各10克,钩藤30克。加水250ml煎制,将其放入浴盆内,适当的增大水文,浸泡时间为20min,以身体微汗为标准。在足浴进行中,随时观察患者的生命体征变化,测量血压值,并对患者睡眠状况进行评估。每日给予患者进行按摩护理,增强患者血液流动动力,循环效果得到提升,达到阴阳调和的效果,并且能够有效的减轻患者的疲劳感,解决患者的失眠问题,能够提高休息的质量和效果。结合不同的患者病情状况,采取有效的中医干预性护理措施,减轻症状反应。护理人员结合中医药的理论,在浴足措施应用之下,还要调节患者的膳食结构,使得膳食处于最佳的状态,以更好的恢复患者的身体健康,促进治疗效果的提高。

1.3观察指标

表1 两组FEV1、FVC、PEF以及运动功能指标对比(x±s,分)

| 指标         | 时间  | 对照组(n=50)   | 观察组(n=50)   | t值     | P值    |
|------------|-----|-------------|-------------|--------|-------|
| FEV1(L)    | 护理前 | 1.46±0.33   | 1.52±0.32   | 10.325 | 0.511 |
|            | 护理后 | 1.64±0.36   | 1.53±0.99   | 9.888  | 0.001 |
| FVC(L)     | 护理前 | 2.49±0.08   | 2.43±0.02   | 0.355  | 0.332 |
|            | 护理后 | 2.44±0.14   | 2.48±0.62   | 4.385  | 0.000 |
| PEF(L/SEC) | 护理前 | 3.57±0.27   | 3.63±0.33   | 9.268  | 4.325 |
|            | 护理后 | 3.63±0.48   | 5.99±0.77   | 7.221  | 0.003 |
| 运动功能       | 护理前 | 322.82±5.22 | 321.28±5.05 | 8.992  | 4.005 |
|            | 护理后 | 335.24±4.98 | 433.83±6.58 | 15.302 | 0.000 |

对比两组FEV1(第1秒用力呼气量)、FVC(用力肺活量)、PEF(最大呼吸流量)以及运动功能评分;对比两组患者生活质量评分。

1.4统计学方法

本次研究应用SPSS20.0软件进行处理,使用x±s计量,t检验,如果P<0.05,说明存在统计差异。

2 结果

2.1两组患者功能指标对比

对比两组FEV1、FVC、PEF以及运动功能指标,护理之前两组无差异(P>0.05);护理工作结束后,两组各项评分都会改善,而观察组明显优于对照组,有统计差异(P<0.05),见表1。

2.2对比两组患者生活质量

观察组患者生活质量评分比较高,具备统计差异(P<0.05),见表2。

表2 两组患者生活质量评分对比(x±s,分)

| 组别  | 例数 | 生活质量评分    |           |
|-----|----|-----------|-----------|
|     |    | 护理前       | 护理后       |
| 观察组 | 50 | 3.05±1.31 | 9.33±2.15 |
| 对照组 | 50 | 3.02±1.25 | 6.28±2.01 |
| t   |    | 11.255    | 2.888     |
| P   |    | 5.333     | 0.001     |

3 结语

慢性阻塞性肺病简称为慢阻肺,患者在发病之后,比较常见的表现是咳嗽、喘息、咳痰等,对于患者的日常生活以及生命安全造成很大的影响。在我国环境污染日益恶劣、人们生活以及饮食习惯的改变,使得近年来慢阻肺的患者发病率呈现出上升的趋势,极大危害人民群众生命安全。慢阻肺患者的治疗周期较长,很多患者长期服药才能遏制病情,否则就容易造成病情的恶化,甚至还会威胁患者生命安全。因此,在慢阻肺患者临床治疗中,还要辅助采取康复性的治疗措施,进而恢复到最佳的状态。

慢性阻塞性肺病是一种慢性的呼吸道疾病,在呼吸科内发生率相对较高,所以很多患者的呼吸系统都会受到侵害和影响,气流因为阻塞的影响,导致患者发病之后极易发生呼吸困难、咳嗽、气喘等严重的反应,有着较高的致残率、致死率,极大的影响正常生活,危害患者生命安全。因为目前在该病治疗的环节,并未有明确的治疗措施,各项治疗方式应用时,都会给患者造成一定伤害,而很多医护人员并未选择合适的康复治疗措施,造成恢复周期延长,治疗质量无法真正的提高。在目前治疗阶段,护理干预措施应用具备较高的价值,可以促进治疗效果提升,缩短治疗的周期,抑制病情向恶化方向发展,使得患者身体健康能够有效的恢复。

在当前的慢阻肺发生率不断增大的背景之下,很多医护人员对于该病提前足够的重视,将先进的治疗措施应用到实际中,以帮助患者恢复身体健康。但是目前针对于慢阻肺患者的治疗中,并未有完全根除的药物,只能进行缓解处理,暂时性的提升患者的生存质量,延缓肺功能下降的趋势,但是很多患者并不能

## Clinical Application Research of Nursing Care

达到良好的治疗效果, 极易发生恶化的情况, 所以进行必要的康复训练有着重要的意义, 这就要发挥出呼吸康复联合中医浴足的方式, 以促进治疗效果的全面提升, 满足当前的治疗的需要。

慢阻肺患者所出现的临床特征最为明显的是肺功能减退、不完全逆气流受限, 而很多患者都会因为肺部功能障碍造成无法正常生活、运动, 甚至还会发生严重的病情恶化的问题, 而以往在进行患者康复训练的环节, 医护人员只给予患者应用四肢活动训练, 这一方法的操作比较简单, 效果也比较差, 极大的影响患者各项指标的恢复。利用呼吸康复训练方式, 可以从多方面指导患者积极参与到康复训练中, 患者具备一定的医疗知识, 配合度提高, 各项指标恢复速度也会加快, 能够尽快的进入到最佳的状态, 康复满意度也在提升。

对于慢阻肺患者来说, 在发病之后极易出现终端泡囊持久性、破坏性的扩张, 导致气道减小, 就不能发挥出肺泡的牵引支架的作用, 肺内气体在排放的环节容易发生阻力过大的情况, 小气道压力增加比较明显, 必须要通过多种方式减小气道受到的阻力作用影响, 避免小气道出现陷闭的问题, 能够快速排出气体, 满足患者的正常生活需要。经过对目前临床研究的结论分析发现, 针对于慢阻肺患者的治疗来说, 通过使用呼吸康复的方式, 促进患者呼吸功能的恢复, 使得患者膈肌部位的功能达到正常的状态, 进而降低身体的耗氧量, 从而避免发生低氧血症的情况, 身体康复效果也会得到提升。针对于患者进行呼吸康复的训练, 利用缩唇呼吸、腹式呼吸、控制性呼吸训练的方法, 使得患者的呼吸流速得以减轻, 气道内的气压时刻处于最佳的状态, 防止发生小气道塌陷的情况, 增加肺部气体排放量, 促进呼吸效率的提升, 也能保持良好的肺部功能性。此外, 缩唇呼吸的环节, 还能有效的增大潮气量, 促进通气效果的提升, 对于气体交换效果提升有着重要作用; 腹式呼吸的方法可以调节腹肌、膈肌的呼吸运动功能, 促进膈肌收缩效率的提升。但是缩唇呼吸、腹式呼吸、控制性呼吸只能进行部分的呼吸康复, 还必须联合其他康复方式才能提高康复的效果。而这些康复方式中, 运动康复是必不可少的, 促进身体代谢能力的提升, 心肺功能恢复较为明显, 也会保持良好的情绪状态。与此同时, 医护人员结合实际情况, 分析患者的身体状况, 加强呼吸训练方面的作用, 联合多种康复的方式, 短时间内可以提升患者的呼吸训练效果, 机体机能康复效果得到全面的提升, 实现临床治疗效果和质量的全面提升。

而中医浴足方式的应用, 使得患者身体内部血液循环加速, 新陈代谢的速度加快, 脚掌上的神经末梢比较发达, 利用泡脚来刺激自主神经, 抑制大脑皮层, 使得患者机体达到舒适的状态, 睡眠质量提升, 也就促进患者身体健康的恢复。在对患者进行中医足浴的康复治疗措施之后, 患者的吸收能力不断的提升, 药物使用效果提高, 在各个关节、皮肤、肌肉等部位上有良好的治疗效果, 实现身体代谢能力的提升, 促进身体机能的快速恢复, 还能规避一些药物过敏的情况, 对于患者的全身心病症进行治疗, 改善气血状态, 肺部功能提升较为明显, 身体健康恢复速度加快。此外, 中药的使用, 使得脚部皮肤的吸收效果良好, 加上热水

泡脚方式, 药物吸收速度加快, 治疗效果也在提高。中医内科在治疗中, 各项措施有效的应用, 患者身体健康恢复加速, 联合应用多种中医药的护理相关理论, 采取科学合理的护理措施, 干预效果不断的提升, 患者也会具备较高的治疗自信心, 消除患者负面情绪, 去除烦躁、焦虑等负面心理, 达到最佳的心理状态, 睡眠质量也会不断的提高。对于本次的患者在护理后发现, 应用中医浴足的康复性措施, 药物使用效果更好, 发挥出中医药理论的作用, 患者的药物吸收效果不断的提升, 缓解身体中的疲劳性反应, 再加上按摩等方式, 血液循环速度加快, 睡眠状况得以改善。经过分析, 之所以能够达到这一效果, 主要是患者心情舒畅, 各项指标恢复速度加快, 在药物作用之下达到改善肺部功能、调节气血状态、安心养身的效果, 再辅助以按摩的方式促进全身经脉活力的提升, 局部位置血脉流通正常, 各项指标达到有效的改善。此外, 在护理人员进行各项护理措施应用中, 消除患者存在的紧张感和负面情绪, 时刻保持最佳的精神状态, 刺激身体功能恢复, 各项器官的功能逐步达到正常的状态, 机能改善较为明显, 进而实现治疗效果的提升。而在呼吸康复应用之下, 肺部器官的各项组织机能能够有效的恢复, 实现综合治疗价值和效果的提升。

根据本次研究结论分析发现, 观察组应用呼吸康复联合中医浴足的康复方式, 患者的肺功能、运动功能、生活质量方面改善较为明显, 各项指标都要优于对照组 ( $P < 0.05$ ), 这就说明该康复方式在慢阻肺患者的治疗中有着重要作用, 实现肺功能、心肌功能的全面恢复, 身体的运动机能改善较为明显, 治疗水平不断的提高。

综上所述, 呼吸康复联合中医浴足进行慢阻肺患者的治疗, 帮助患者恢复肺功能以及运动功能, 各项指标改善较为明显, 可以推广应用。

#### 【参考文献】

- [1] 苏明. 无创呼吸机联合呼吸康复治疗在慢阻肺患者的临床研究. 河北省, 邢台医学高等专科学校第二附属医院, 2021-12-13.
- [2] 佟鑫, 刘红梅, 李盈. 慢阻肺缓解期治疗中肺呼吸康复治疗疗效研究[J]. 中国农村卫生, 2020, 12(16): 36.
- [3] 侯跃钢. 慢阻肺缓解期治疗中肺呼吸康复治疗疗效及意义研究[J]. 首都食品与医药, 2019, 26(16): 27.
- [4] 张黎, 高亚清. 组合式渐进呼吸康复训练对老年慢阻肺患者肺功能和呼吸困难程度的影响[J]. 贵州医药, 2023, 47(7): 1146-1147.
- [5] 谢旭萍. 护理风险管理干预对慢阻肺急性期患者的效果[J]. 承德医学院学报, 2023, 40(04): 321-324.
- [6] 张宁. 无创呼吸机标准化治疗慢阻肺合并呼吸衰竭的价值分析[J]. 中国标准化, 2023, (14): 239-242.
- [7] 吴亚锋, 梁国红, 勾迎杰. 六字诀锻炼联合肺呼吸功能锻炼对慢阻肺稳定期患者肺功能的影响[J]. 临床医学工程, 2023, 30(07): 971-972.
- [8] 唐燕, 郭莉, 赵俊. 无创呼吸机辅助治疗慢阻肺合并 II 型呼吸衰竭的临床有效率评价[J]. 婚育与健康, 2023, 29(13): 76-78.