

胃溃疡活动期患者的进餐方式和食物选择

林妹 符珠琼 李立 庞莹

中国人民解放军联勤保障部队第 928 医院消化内分泌科

DOI:10.12238/carnc.v2i2.7474

[摘要] 目的: 分析胃溃疡活动期患者治疗期间改变进餐方式和食物类型对患者产生的影响。方法: 在2020年6月~2023年1月,按照研究要求,本研究共选取了98例胃溃疡活动期患者作为观察对象。按照研究要求,将所选取的观察对象随机分成了两组,分别是试验组(49例)和对照组(49例)。在对照组中,给予常规饮食管理,试验组改变进餐饮食顺序与选择食物,对两种干预措施的效果进行对比。结果: (1)干预之前在消化道症状方面,两组之间并不存在明显的差别($P>0.05$);在经过两个周的治疗后,两组患者的消化道症状得到有效的缓解,并且相对于对照组,试验组患者的症状缓解的更为明显,两组之间存在明显的差别($P<0.05$)。 (2)在治疗有效率方面,相对于对照组,试验组患者的有效率更高;与此同时,在复发率方面,试验组患者的复发人数更少,两组在治疗有效率和复发率方面之间存在明显的差别($P<0.05$)。结论: 在胃溃疡活动期患者进行治疗期间,护理人员针对患者的情况指导其进行适合的进餐方式,并选择合适的食物,能够有效缓解患者的症状,提高治疗有效率并减少患者的复发,使患者获得良好的预后,在临床中具有较高的运用价值。

[关键词] 进餐方式; 食物选择; 胃溃疡活动期

中图分类号: R322.4+4 文献标识码: A

Meal habits and food choices for patients with active gastric ulcers

Mei Lin Zhuqiong Fu Li Li Ying Pang

The Digestive Endocrinology Department of the 928th Hospital of the Joint Logistics Support Force of the People's Liberation Army of China

[Abstract] Objective: To analyze the impact of changing eating habits and food types on patients with active gastric ulcers during treatment. Method: From June 2020 to January 2023, according to the research requirements, a total of 98 patients with active gastric ulcers were selected as the observation subjects in this study. According to the research, the selected observation subjects need to be randomly divided into two groups, namely the experimental group (49 cases) and the control group (49 cases). In the control group, routine dietary management was given, while the experimental group changed the order of eating and food selection, and the effects of the two intervention measures were compared. Result: (1) Before intervention, there was no significant difference in gastrointestinal symptoms between the two groups ($P>0.05$); After two weeks of treatment, the digestive symptoms of patients with sheep stomach were effectively relieved, and the symptom relief was more significant compared to the control group of patients in the experimental group. There was a significant difference between the two groups ($P<0.05$). (2) In terms of treatment efficacy, the experimental group had a higher efficacy rate compared to the control group; At the same time, in terms of recurrence rate, the experimental group had fewer relapses, and there was a significant difference between the two groups in terms of treatment effectiveness and recurrence rate ($P<0.05$). Conclusion: During the treatment of active gastric ulcer patients, nursing staff should guide them to choose appropriate eating methods and appropriate foods based on their condition, which can effectively alleviate their symptoms, improve treatment effectiveness, reduce recurrence, and achieve a good prognosis. This has high clinical application value.

[Key words] dining methods; Food selection; Active phase of gastric ulcer

前言

消化性溃疡包括胃溃疡和十二指肠溃疡, 主要是因为胃酸和胃蛋白酶发生自身消化, 其中十二指肠溃疡的发生率是胃溃疡的三倍。胃溃疡是一种主要发生在胃部的消化性溃疡疾病, 临床中发病人数较多, 大部分患者是因为长期饮食不合理, 而导致胃酸分泌过多, 侵蚀胃黏膜而导致发病。所以通过常规护理措施对患者进行干预时, 还需要加强患者的饮食干预。目前临床在对未退氧活动期患者进行饮食干预时, 多指导患者以少食多餐为原则, 每天进餐次数在4~5次左右, 保证胃酸分泌的规律性。但是在实际临床工作中, 有学者发现, 对于胃溃疡活动期患者而言, 少食多餐并不能达到良好的治疗效果。基于此本研究选取本院收治的胃溃疡活动期, 患者作为观察对象, 对其进食方式和食物选择进行干预, 并获得了良好的效果, 现将相关资料总结如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在2020年6月~2023年1月, 按照研究要求, 本研究共选取了98例胃溃疡活动期患者作为观察对象。男女患者例数分别为63例和35例, 年龄最小的为17岁, 最大的为62岁, 平均年龄在(48.0±11.3)岁, 病程时间最长的为4年, 最短的为11年, 平均病程时间为(5.0±3.5)年。按照研究, 需要将所选取的观察对象随机分成了两组, 分别是试验组(49例)和对照组(49例)。对比两组患者的一般资料, 结果显示两组之间并不存在明显的差别(均 $P>0.05$), 具有可比性。

1.2 方法

在患者入院治疗期间, 遵照医嘱采用根除hp的常用三联疗法, 对所有患者进行治疗, 方法主要包括: 口服质子泵抑制剂治疗8周, 在开始治疗的前两周, 联合运用阿莫西林和克拉霉素进行治疗, 每周为一疗程, 治疗两周, 治疗结束后指导患者继续服用质子泵抑制剂进行治疗, 连续治疗两个疗程。

在对照组中, 护理人员在对患者进行饮食干预时, 采用常规饮食管理措施, 指导患者以少食多餐原则进行饮食, 每天进餐次数在5次以上, 食物选择质地柔软、细碎, 容易消化; 除此之外, 每日保证患者获得足够的蛋白质, 补充剂量控制在0.5~1.0k/kg左右。

在试验组中, 护理人员改变患者的进餐顺序和食物类型, 按照一日三餐的原则, 定时定量为患者提供食物。在选择食物时, 指导患者进食1/3量的膳食纤维, 例如茄子、粗粮、香菜、青椒、竹笋、核桃、花生及水果等, 并延长咀嚼食物的时间。指导患者选择动物蛋白补充自己的蛋白质, 保证每日补充量在1~1.5g/kg, 禁止患者饮用牛奶。

1.3 观察指标

(1) 消化道症状缓解情况。在患者治疗两周后, 观察患者的消化道症状是否得到缓解, 包括: 上腹疼痛、腹胀、反酸、暖气等。

(2) 治疗效果。在用药8周以后, 对所有患者进行胃镜检查,

判断治疗效果。

疗效判定标准: ①治愈: 溃疡消失, 疤痕形成, 患者的腹痛症状完全消失; ②有效: 与治疗前相比, 患者胃溃疡面积缩小幅度超过50%, 胃内炎症得到明显的缓解, 患者的腹痛症状得到减轻, 患者能够正常的工作; ③无效: 与治疗前相比, 溃疡面积缩小的幅度在50%以内或并不存在明显的变化, 患者的腹痛症状并没有明显的改善, 甚至有加重的趋势。总有效率=治愈率+有效率。

1.4 统计学分析

首先将收集到的资料进行整理, 计量资料整理成均数加减标准差的形式, 即($\bar{x} \pm s$), 然后导入到SPSS22.0软件中通过t检验的方式进行统计学分析; 计数资料整理成[n(%)]的形式, 然后导入到SPSS22.0软件中通过卡方检验的方式进行统计学分析, $P<0.05$, 表示对比存在统计学上的差别。

2 结果

2.1 两组患者消化道症状缓解情况的对比

干预之前在消化道症状方面, 两组之间并不存在明显的差别($P>0.05$); 在经过两个周的治疗后, 两组患者的消化道症状得到有效的缓解, 并且相对于对照组, 试验组患者的症状缓解的更为明显, 两组之间存在明显的差别($P<0.05$), 详见表1。

表1 两组患者消化道症状缓解情况的对比[n(%)]

症状	试验组			对照组			χ^2	P
	干预前	干预2周后	缓解率	干预前	干预2周后	缓解率		
上腹疼痛	49	45	91.84	49	33	67.35	4.204	<0.05
腹胀	33	27	81.82	34	20	58.82	4.953	<0.05
反酸、暖气	36	31	86.11	33	26	78.78	3.402	<0.05
恶心、呕吐	19	16	84.21	19	15	78.95	3.531	<0.05
失眠、多汗	17	15	88.24	18	12	66.67	5.302	<0.05

2.2 两组患者治疗效果和复发率的对比

在治疗有效率方面, 相对于对照组试验组患者的有效率更高; 与此同时, 在复发率方面, 试验组患者的复发人数更少, 两组在治疗有效率和复发率方面之间存在明显的差别($P<0.05$), 详见表2。

表2 两组患者治疗效果和复发率的对比[n(%)]

分组	例数	治疗效果				复发率
		治愈	有效	无效	总有效率	
试验组	49	30	10	9	40(81.63)	2(4.08)
对照组	49	16	15	18	31(63.27)	9(18.37)
					5.202	6.593
					<0.05	<0.05

3 讨论

在胃溃疡活动期,患者治疗期间,临床学者尚未明确患者的统一进餐方式和食物类型,只能以促进患者溃疡面尽快愈合,减少复发为原则,对患者进行干预。在本研究中对试验组患者进行干预时,护理人员改变患者的进餐方式和食物类型,结果显示,与常规措施相比,试验组患者的治疗有效率得到明显的提升,同时复发人数也明显减少,患者的消化道症状得到明显的改善($P < 0.05$)。由此可见,在胃溃疡活动期患者治疗期间,固定一日三餐并定时定量地为患者提供食物能够有效减轻患者的消化道症状,并促进患者的康复,减少患者复发的概率。

分析原因主要是因为:(1)食物在进入胃部后会对胃内感受器产生刺激,增加胃酸的分泌,减少进餐次数,可以减少胃内食物对胃内感受器的刺激,从而抑制胃酸的分泌,促进胃内溃疡面的愈合。(2)胃部的防御-修复机制减弱是导致胃溃疡发生的主要原因,食物进入胃内后依靠机械磨损进行消化,但是胃溃疡的溃疡面较大,所以食物增多后会造成溃疡面的进一步扩大,从而加重患者的症状。因此减少进餐次数,可以减少胃内食物数量从而减少对溃疡面的损害。(3)膳食纤维在一定程度上可以促进胃溃疡面的愈合。是因为其中含有的纤维素可以使食物的粘稠度得到增加,从而使胃酸得到中和,除此之外粗纤维食物能够促进胃排空的速度,从而减少胃酸的分泌量,降低胃内酸的浓度,从而减轻对胃溃疡面的刺激,促进溃疡愈合减少复发。另外,膳食纤维通常需要长时间的咀嚼,所以随着咀嚼时间的延长,口腔内会分泌更多的唾液促进食物的消化,因此对于处于胃溃疡活动期患者而言,在食物中适量增加膳食纤维食物不仅可以促进溃

疡面的愈合,同时还能有效减少溃疡面复发的概率。

4 总结

总而言之,在胃溃疡活动期患者进行治疗期间,护理人员针对患者的情况指导其进行适合的进餐方式,并选择合适的食物,能够有效缓解患者的症状,提高治疗有效率并减少患者的复发,使患者获得良好的预后,在临床中具有较高的运用价值。

[参考文献]

- [1]孙金鑫.标准化综合护理对慢性胃溃疡患者不良情绪和遵医行为的影响[J].保健医学研究与实践,2023,20(3):92-96.
- [2]孙畅,赵佳乐,宋立丽,等.慢性胃溃疡患者护理干预措施及实施价值研究[J].医学信息,2023,36(z1):54-56.
- [3]李炜,李琪,闵桂英.探讨针对性护理对慢性胃溃疡患者负性情绪、自护能力、治疗依从性及睡眠质量的影响分析[J].现代诊断与治疗,2023,34(11):1710-1713.
- [4]刘雯雯,王立民.饮食干预在胃溃疡患者药物治疗期间的应用价值[J].中国药物滥用防治杂志,2023,29(1):98-100.
- [5]陶亚娟.精细化饮食管理对胃溃疡伴上消化道出血患者的康复效果研究[J].黑龙江科学,2023,14(14):108-110,114.
- [6]张慧芳.个性化饮食护理对于慢性胃溃疡患者恢复效果及满意度分析[J].婚育与健康,2022,28(8):64-65.
- [7]刁妍慈,于杰.胃溃疡患者予以个性化饮食护理干预联合健康教育的干预效果[J].婚育与健康,2022,28(19):101-103.
- [8]唐存云.个性化饮食护理在慢性胃溃疡患者中的临床应用研究[J].饮食保健,2021,(18):110.