

健康教育在骨科门诊护理中的应用及效果分析

潘秀霞 陈亚

中国人民解放军联勤保障部队第九〇六医院

DOI:10.12238/carnc.v2i3.9140

[摘要] 目的: 探讨健康教育在骨科门诊护理中的应用及其效果。方法: 选择2023年1月-2023年12月期间某院收治的70例骨科门诊患者为研究对象,随机分为对照组和研究组,每组各35例,对照组接受常规护理,研究组在常规护理基础上加强了健康教育,包括介绍疾病知识、饮食指导、康复训练以及心理调适等。结果: 研究组患者知识掌握程度更高、遵医行为更好、疼痛程度减轻,与对照组比较具有显著统计学差异($P < 0.05$)。结论: 在骨科门诊护理中加强健康教育能够有效提升患者的自我护理能力,改善护理效果,提高患者满意度,建议骨科门诊护理工作重视并加强健康教育,进一步提升护理质量,为患者提供更好的医疗服务。

[关键词] 骨科门诊; 健康教育; 疼痛程度; 遵医行为

中图分类号: R816.8 文献标识码: A

Application and effect analysis of health education in orthopedic outpatient care

Xiuxia Pan Ya Chen

The 906th Hospital of the PLA Joint Logistic Support Force

[Abstract] Objective: To explore the application and effect of health education in orthopedic outpatient care. Methods: 70 orthopedic outpatient patients from January, 2023 to December 2, 2023 were selected and randomly divided into control group and research group. 35 cases in each group received routine care. In the control group, the study group strengthened health education on the basis of routine care, including disease knowledge, diet guidance, rehabilitation training and psychological adjustment. Results: Patients in the study group had better knowledge, better compliance, less pain, and significant differences from the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Strengthening health education in the orthopedic outpatient nursing can effectively improve the patients' self-nursing ability, improve the nursing effect, and improve patient satisfaction. It is suggested that the orthopedic outpatient nursing work should pay attention to and strengthen health education, further improve the quality of nursing, and provide better medical services for patients.

[Key words] Orthopaedic outpatient service; health education; pain degree; medical compliance behavior

在当今医疗服务领域中,随着人们健康意识的不断提升和医疗服务需求的日益增长,传统的疾病治疗模式已逐渐向包括健康教育在内的综合服务模式转变。骨科作为医学中一个重要分支,在患者的治疗、护理及康复过程中均面临着复杂的挑战,骨科疾病往往涉及到患者长期的治疗和康复过程,除了医生的精湛技术和护士的专业护理外,患者自身的配合及自我管理能力的有效手段,在骨科门诊护理中的应用及其效果引起了医疗工作者的高度关注^[1]。本研究探讨健康教育在骨科门诊护理中的应用及其效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2023年1月-2023年12月期间某院收治的70例骨科门诊患者为研究对象,随机分为对照组和研究组,每组各35例,对照组男性18例,女性17例,年龄范围22-70岁,平均年龄 46.3 ± 11.2 岁,平均病程时间 2.5 ± 1.3 个月;研究组男性19例,女性16例,年龄范围23-72岁,平均年龄 47.1 ± 10.8 岁,平均病程时间 2.6 ± 1.1 个月;两组患者在性别、年龄、病程时间等一般资料上无明显差异($P > 0.05$),具有良好的可比性。

纳入标准:经骨科门诊诊断为需要非手术治疗的骨科疾病;具备清晰的意识和良好的沟通能力;同意参与本研究并签署知情同意书

排除标准:合并有其他严重疾病或并发症;患有精神疾病或智力障碍,无法配合研究。

1.2方法

对照组接受常规护理：患者在就诊时接受详细的病史询问和体格检查，医生根据患者的具体情况，制定个性化的治疗方案，并向患者解释治疗的目的和预期效果。在药物治疗方面，医生根据患者的病情开具相应的药物，并告知患者正确的用药方法和注意事项，护士定期监测患者的药物反应，确保药物的安全有效使用。护士向患者介绍骨科疾病的基本知识，包括疾病的成因、预防措施、康复锻炼的重要性等，增强患者的健康意识，帮助他们更好地管理自己的健康。在日常生活护理方面，护士告知患者家属关注患者的饮食、休息、运动等方面，根据患者的具体情况，给出合理的建议和指导，帮助患者建立健康的生活方式。对于需要康复锻炼的患者，护士制定个性化的康复计划，并指导患者进行正确的锻炼，定期评估患者的康复进展，根据需要调整康复计划。在心理护理方面，护士关注患者的心理状态，提供必要的心理支持，倾听患者的疑虑和担忧，给予积极的回应和建议，帮助患者缓解心理压力^[2]。

研究组在常规护理基础上加强了健康教育：面对每一位来到门诊的患者，护士进行详细的健康评估，了解患者过往的医疗历史、当前的健康状况以及心理和情感需求，基于评估结果，护士与医师会共同制定个性化的健康教育计划，确保教育内容能够切实满足每位患者的实际需求。护士向患者详细介绍其所患疾病的基本信息，包括疾病的定义、病理生理学基础以及主要症状和体征，对于骨关节炎患者，护士解释关节软骨磨损和骨骼变化的机理，使患者了解为何会产生疼痛和活动受限，通过这些基础知识的普及，使患者对自身疾患有一个全面的认知。在介绍完疾病的基本信息后，护士进一步阐述疾病的发病原因，教育内容根据患者的具体情况进行个性化调整，对于骨质疏松症患者，护士讲解为何钙质流失、激素水平变化以及家族遗传等因素会导致骨质疏松发生，通过这种具体、详尽的讲解，使患者意识到自身疾病的诱因，以便在日常生活中更好地进行预防。针对不同的骨科疾病，护士提供适合的预防措施建议，对于骨折的高危患者，护士推荐有效的防护措施，正确的运动姿势、必要时使用辅助器具等，同时护士结合患者的生活习惯和健康状况，制作个性化的预防计划，鼓励患者参与适度的运动，提高肌肉力量和关节灵活性，预防疾病进一步恶化。了解潜在的并发症能够帮助患者提前做好预防和管理，护士向患者讲解其特定病情可能引发的并发症，包括关节置换术后的感染风险、骨质疏松导致的脆骨和再骨折风险等，教授患者如何有效监控并发症的早期症状，制定处理措施，包括感染的早期识别和抗感染治疗、骨折的应急处理等。针对骨科疾病患者的营养需求，专业护理人员提供具体的饮食指导，强调蛋白质、钙质、维生素D等营养素的重要性，指导患者在家中如何通过饮食调整促进骨骼健康，同时提供具体的营养食谱，帮助患者制定适合自己的营养补充计划。康复训练是骨科疾病患者恢复过程中的重要环节，教育包括引导患者进行适当的体育锻炼、物理治疗和职业疗法等，具体方法包括关节活动度练习、肌力训练和平衡协调训练等，提高患者的运动功能，减

轻疼痛，加速恢复过程。骨科疾病及其治疗过程往往给患者带来较大的心理压力，护士对患者进行心理健康教育，包括如何应对疾病带来的情绪困扰、提高应对压力的能力以及通过呼吸调节、放松训练等方法进行自我情绪管理。为了确保健康教育的持续性和有效性，护理团队通过电话或网络等形式进行定期随访，了解患者在家的康复情况，及时解答患者在实际操作中遇到的问题，收集患者对健康教育内容的反馈，优化和调整教育方案^[3]。

1.3观察指标

通过问卷调查或面对面问答的方式，测试患者对骨科疾病相关知识的掌握情况，采用百分制评分，总分为100分，内容涵盖疾病成因、预防措施、治疗方案、药物使用、康复训练、饮食营养、心理调适等。

通过观察患者的用药记录、康复训练记录、饮食日志等方式，评估患者的遵医行为，采用百分制评分，总分为100分，内容涵盖药物使用的正确性、康复训练的频率和强度、饮食的合理性等。

使用数字评分法NRS评估患者的疼痛程度，评分为0-10分，0分表示无疼痛，10分表示疼痛难忍^[4]。

1.4统计学计算

使用SPSS 22.0软件处理数据时，对于计数资料应采用 χ^2 检验，对于计量资料采用t检验，通过比较P值与设定的显著性水平（通常为0.05），可以判断观察到的差异是否具有统计学意义。

2 结果

研究组患者知识掌握程度更高、遵医行为更好、疼痛程度减轻，与对照组比较具有显著统计学差异（ $P<0.05$ ），见表1。

表1 两组患者知识掌握程度、遵医行为以及疼痛程度对比[x $\pm$ s, 分]

组别	例数	知识掌握程度	遵医行为	疼痛程度
研究组	35	88.56 $\pm$ 7.32	90.43 $\pm$ 6.87	3.21 $\pm$ 1.05
对照组	35	72.34 $\pm$ 10.21	75.12 $\pm$ 9.66	5.67 $\pm$ 1.43
t		8.230	8.750	9.340
P		<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

骨科门诊护理作为医院骨科服务的重要组成部分，涉及到各类骨伤、骨疾病患者的诊前咨询、诊中协助和诊后跟踪等多方面的专业护理服务，随着人口老龄化加速以及活动性伤害的增多，骨科疾病患者数量日益增加，对骨科门诊护理提出了更高的要求和挑战。本研究结果表明，相较于只接受常规护理的对照组，接受增强健康教育的研究组患者在知识掌握程度、遵守医嘱的行为以及疼痛程度控制方面有显著改善。在骨科门诊护理过程中，健康教育作为一项基础且关键的服务内容，能有效地向患

者传授与疾病相关的知识,包括疾病的基本信息、治疗方案的选择、日常生活中的注意事项以及康复训练的方法等,通过定制化的教育计划,强调与患者的沟通和教育,不仅有助于患者更好地理解自身的健康状况,还能够激发患者积极参与治疗和护理过程,从而促进疾病的康复和预防复发。本研究还显示通过健康教育,能有效减轻患者的疼痛程度,与患者通过教育获得更多关于如何缓解疼痛的技巧和方法以及通过心理调适教育改善情绪状态,从而间接影响疼痛感受有关,同时健康教育还有助于减少因知识缺乏或误解导致的不必要焦虑和恐惧,进一步改善患者的整体治疗体验^[5]。

综上所述,骨科门诊护理中加强健康教育是提高患者自我护理能力、改善治疗效果和提升患者满意度的有效途径,建议骨科门诊护理工作重视并加强健康教育的实施,通过制定更系统、全面的健康教育策略,结合患者的具体状况进行个性化教育,进一步提升护理质量,为患者提供更优质的医疗服务。

[参考文献]

- [1]张惠英,尚如国,谭静文.健康教育在骨科门诊护理中的应用及效果[J].岭南急诊医学杂志,2021,26(04):432-433.
- [2]杜新慧,张登峰.骨科门诊健康教育对患者二次住院率及护理满意度的影响[J].临床研究,2020,28(11):148-149.
- [3]卢杏珍.健康教育在骨科门诊护理中应用及效果研究[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(15):162.
- [4]姚其菊.健康教育在骨科门诊护理中的应用及效果分析[J].实用临床护理学电子杂志,2019,4(15):186.
- [5]许小真,陈腊金,罗燕芳.健康教育在骨科门诊护理中的应用及效果分析[J].中国卫生标准管理,2017,8(17):194-195.

作者简介:

潘秀霞(1975--)女,汉族,安徽省泾县人,解放军联勤保障部队第906医院,主管护师,本科,研究方向:门诊就诊服务、门诊健康教育。