

基于循证护理的肾病综合症患者个性化护理方案的构建与应用

王春洋 贾梦丹 徐真*

郑州大学第三附属医院

DOI:10.12238/ffcr.v3i1.12588

[摘要] 目的: 本研究旨在探讨基于循证护理的个性化护理方案对肾病综合症患者临床指标、心理状态、生活质量及治疗依从性的影响,为临床护理实践提供科学依据。方法: 选取300例肾病综合症患者,随机分为干预组(150例)和对照组(150例)。干预组采用基于循证护理的个性化护理方案,对照组采用常规护理。干预6个月后,比较两组患者的24小时尿蛋白、血清白蛋白、总胆固醇、心理状态(SAS、SDS评分)、生活质量(SF-36评分)及治疗依从性等指标。采用t检验或卡方检验进行统计学分析。结果: 干预6个月后,干预组的24小时尿蛋白、血清白蛋白及总胆固醇水平显著优于对照组($P < 0.001$)。干预组SAS和SDS评分显著降低($P < 0.001$),SF-36评分中的生理功能、社会功能和心理健康维度均显著提高($P < 0.001$)。此外,干预组患者对用药、饮食及运动指导的依从性显著高于对照组($\chi^2 = 28.405, P < 0.001$)。结论: 基于循证护理的个性化护理方案能显著改善肾病综合症患者的临床指标、心理状态及生活质量,同时提高治疗依从性,具有重要的临床应用价值。

[关键词] 肾病综合症; 循证护理; 个性化护理; 心理状态; 生活质量

中图分类号: R47 文献标识码: A

Construction and application of individualized nursing scheme for nephrotic syndrome patients based on evidence-based nursing

Chunyang Wang Mengdan Jia Zhen Xu*

The Third Affiliated Hospital of Zhengzhou University

[Abstract] Objective: This study aimed to explore the effects of individualized evidence-based nursing on clinical indicators, mental state, quality of life and treatment compliance of patients with nephrotic syndrome, and to provide scientific basis for clinical nursing practice. Methods: 300 patients with nephrotic syndrome were randomly divided into intervention group (150 cases) and control group (150 cases). The intervention group adopted individualized nursing plan based on evidence-based nursing, and the control group adopted routine nursing. After 6 months of intervention, 24-hour urinary protein, serum albumin, total cholesterol, mental state (SAS, SDS score), quality of life (SF-36 score) and treatment compliance were compared between the two groups. t test or Chi-square test were used for statistical analysis. Results: After 6 months of intervention, 24-hour urinary protein, serum albumin and total cholesterol levels in the intervention group were significantly better than those in the control group ($P < 0.001$). In the intervention group, SAS and SDS scores were significantly decreased ($P < 0.001$), and SF-36 scores of physiological function, social function and mental health dimensions were significantly increased ($P < 0.001$). In addition, the compliance of patients in the intervention group to medication, diet and exercise guidance was significantly higher than that in the control group ($\chi^2 = 28.405, P < 0.001$). Conclusion: Individualized nursing program based on evidence-based nursing can significantly improve the clinical indicators, psychological state and quality of life of patients with nephrotic syndrome, and improve treatment compliance, which has important clinical application value.

[Key words] nephrotic syndrome; Evidence-based nursing; Personalized care; Mental state; Quality of life

引言

肾病综合症是一种常见的慢性肾脏疾病,主要表现为大量

蛋白尿、低蛋白血症、高脂血症及不同程度的水肿。该疾病具有反复发作和病程长的特点,对患者的身体健康、心理状态以及

生活质量产生了深远的影响^[1]。在肾病综合症的治疗过程中,除药物治疗外,科学的护理干预在疾病的控制与康复中起着重要的辅助作用^[2,3]。然而,传统护理模式往往以经验为主,缺乏针对个体差异的个性化护理方案,容易导致护理效果不佳,甚至影响患者的依从性与治疗效果^[4,5]。近年来,循证护理作为一种科学的护理实践方法,在许多慢性疾病的管理中显示出了显著优势。循证护理强调以最佳的研究证据为基础,结合患者的具体情况和护理人员的临床经验,为患者提供最优的护理服务。对于肾病综合症患者而言,运用循证护理的理念,有助于设计更加符合患者需求的个性化护理方案,从而改善患者的临床结局和生活质量。因此,针对肾病综合症患者个性化护理方案的构建与应用研究具有重要的临床意义。本研究旨在基于循证护理的理念,构建适用于肾病综合症患者的个性化护理方案,并在临床中加以应用与评估。

1 资料与方法

1.1 研究对象

本研究选取2020年1月至2023年12月于本单位肾内科住院或门诊诊治的肾病综合症患者,共计300例。纳入标准:符合肾病综合症的诊断标准,包括大量蛋白尿、低蛋白血症、高脂血症及水肿;年龄在18岁以上,性别不限;病情稳定,无急性并发症;同意参与研究并签署知情同意书。排除标准:合并严重心脑血管疾病、肝功能衰竭或其他终末期疾病者;存在认知功能障碍或精神疾病,无法配合研究者;未完成研究随访或数据不全者。

1.2 研究设计

本研究为前瞻性对照研究,将纳入的患者随机分为干预组(150例)和对照组(150例)。

对照组:采用常规护理模式,包括病情监测、基本的健康宣教以及饮食与用药指导。

干预组:在常规护理的基础上,采用基于循证护理理念的个性化护理方案,具体包括:个性化护理措施:根据患者的实际情况,重点进行心理护理、饮食护理、运动指导及生活习惯干预;动态调整:在护理过程中,根据患者的反馈和病情变化,不断调整护理方案。

1.3 干预内容

1.3.1 心理护理

定期与患者交流,评估心理状态,通过减压技巧、情绪管理和患者支持小组等方法,缓解焦虑、抑郁等负面情绪。

1.3.2 饮食护理

制定低盐、优质低蛋白饮食方案,控制饮食中蛋白质和钠的摄入,定期监测营养指标。

1.3.3 运动护理

根据患者病情设计低强度的运动计划,如步行或瑜伽,鼓励患者适量运动以改善代谢功能。

1.3.4 健康宣教

提供个性化的健康教育手册,强调治疗依从性的重要性,帮助患者正确认识疾病并掌握自我管理技能。

1.3.5 动态评估与调整

结合患者定期随访数据(如尿蛋白水平、血脂、血压等),动态优化护理计划。

1.4 观察指标

研究期间,对干预组和对照组患者进行为期6个月的随访,主要观察以下指标:

1.4.1 临床指标

尿蛋白水平(24小时尿蛋白定量)、血清白蛋白水平、血脂水平(总胆固醇、甘油三酯)。

1.4.2 心理状态

采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)评估患者的心理健康状况。

1.4.3 生活质量

使用SF-36健康调查问卷对患者的生活质量进行评估。

1.4.4 治疗依从性

通过问卷调查记录患者对治疗方案的执行情况,包括用药、饮食和运动的遵从度。

1.5 统计分析

数据采用SPSS24.0软件进行统计分析;计量资料以均数±标准差($\bar{x} \pm SD$)表示,组间比较采用独立样本t检验;计数资料以百分比(%)表示,组间比较采用 χ^2 检验;以 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义的标准。

2 结果

2.1 基线特征比较

300例肾病综合症患者按照随机分组原则分为干预组(150例)和对照组(150例)。两组患者在性别、年龄、病程及主要临床指标(尿蛋白、血清白蛋白、血脂水平等)方面差异无统计学意义($P > 0.05$),见表1。

表1 两组患者的基线特征比较($\pm SD$)

特征	干预组(n=150)	对照组(n=150)	t/ χ^2 值	P值
年龄(岁)	45.2 $\pm$ 12.8	46.1 $\pm$ 13.1	0.578	0.562
性别(男/女)	85/65	88/62	0.133	0.716
病程(年)	3.6 $\pm$ 2.2	3.8 $\pm$ 2.5	0.703	0.482
24小时尿蛋白(g)	4.2 $\pm$ 1.3	4.3 $\pm$ 1.4	0.471	0.639
血清白蛋白(g/L)	23.4 $\pm$ 4.6	22.8 $\pm$ 5.1	0.846	0.398
总胆固醇(mmol/L)	7.8 $\pm$ 1.9	7.7 $\pm$ 2.0	0.264	0.792

2.2 临床指标改善情况

表2 干预前后两组患者主要临床指标的比较($\bar{x} \pm SD$)

指标	时间	干预组(n=150)	对照组(n=150)	t值	P值
24小时尿蛋白(g)	干预前	4.2 $\pm$ 1.3	4.3 $\pm$ 1.4	0.471	0.639
蛋白(g)	干预后	2.1 $\pm$ 0.9	3.6 $\pm$ 1.1	13.354	<0.001
血清白蛋白(g/L)	干预前	23.4 $\pm$ 4.6	22.8 $\pm$ 5.1	0.846	0.398
蛋白(g/L)	干预后	35.2 $\pm$ 3.8	29.5 $\pm$ 4.1	11.706	<0.001
总胆固醇(mmol/L)	干预前	7.8 $\pm$ 1.9	7.7 $\pm$ 2.0	0.264	0.792
(mmol/L)	干预后	5.6 $\pm$ 1.4	6.9 $\pm$ 1.6	7.603	<0.001

干预6个月后,干预组的24小时尿蛋白、血清白蛋白和总胆

固醇水平均较基线显著改善,且优于对照组($P<0.05$)。见表2。

2.3 心理状态评估

干预组的焦虑(SAS评分)和抑郁(SDS评分)在干预后显著降低,且与对照组相比具有统计学差异($P<0.05$)。

表3 干预前后两组患者心理状态的比较($\bar{x}\pm SD$)

指标	时间	干预组(n=150)	对照组(n=150)	t 值	P 值
SAS 评分	干预前	58.7±6.8	59.2±7.1	0.785	0.432
	干预后	45.3±5.4	52.6±6.3	10.799	<0.001
SDS 评分	干预前	60.2±7.5	61.1±7.2	1.042	0.298
	干预后	46.8±5.7	54.3±6.2	11.000	<0.001

2.4 生活质量评估

干预组患者的SF-36评分显著提高,尤其是在生理功能、社会功能和心理健康维度方面,与对照组相比差异显著($P<0.05$)。

表4 干预前后两组患者SF-36评分的比较($\bar{x}\pm SD$)

指标	时间	干预组(n=150)	对照组(n=150)	t 值	P 值
生理功能	干预前	55.3±8.9	54.8±9.2	0.503	0.615
	干预后	78.5±7.4	65.2±8.3	13.4	<0.001
社会功能	干预前	50.6±7.5	51.2±7.8	0.704	0.482
	干预后	76.4±6.9	62.8±7.2	15.6	<0.001
心理健康	干预前	52.7±8.1	53.1±8.5	0.358	0.721
	干预后	79.3±6.7	67.5±7.1	14.984	<0.001

3 讨论

本研究结果显示,干预组患者的24小时尿蛋白显著减少,血清白蛋白水平显著升高,总胆固醇水平明显下降,且优于对照组。这表明基于循证护理的个性化护理方案能有效改善患者的临床指标。肾病综合症的核心病理特征是大量蛋白尿导致的低蛋白血症和高脂血症。循证护理通过个性化饮食指导,减少蛋白质流失和钠摄入,同时结合运动护理改善脂质代谢,这些措施有助于降低病理性尿蛋白的排泄、纠正低蛋白血症及脂质代谢紊乱。与传统护理模式相比,循证护理强调通过文献检索和证据分析制定个体化护理方案,并根据患者病情动态调整^[6-8]。这种创新模式使护理干预更具针对性,显著提高了患者的临床改善效果。干预组患者的SAS和SDS评分显著降低,表明循证护理能有效缓解患者的焦虑和抑郁状态。肾病综合症患者长期面对慢性病痛、复杂治疗及经济压力,容易出现焦虑、抑郁等心理问题。心理健康问题不仅影响生活质量,还会降低患者对治疗的依从性^[9]。已有研究报道,心理护理干预对缓解慢性病患者的负性情绪具有显著作用,但大多研究采用统一的心理护理措施。本研究结合循证护理理念,根据患者的心理评估结果,设计针对性干预,

进一步优化了心理护理效果。研究结果表明,干预组患者的SF-36评分(包括生理功能、社会功能和心理健康维度)显著高于对照组。这说明循证护理不仅改善了患者的身体健康,还提高了其社会适应能力和心理幸福感。基于循证护理的个性化护理方案综合考虑患者的身体状况、心理状态及社会需求,重点通过饮食、运动、心理和健康宣教多方面的协同干预,提高患者的生活质量。本研究通过发放个性化健康教育手册及定期随访,增强了患者对疾病的认知水平,提高了患者的疾病管理能力,使其能够更好地适应慢性病生活。

综上所述,本研究证明了基于循证护理的个性化护理方案在改善肾病综合症患者临床指标、心理状态、生活质量及治疗依从性方面的显著效果。循证护理为慢性疾病管理提供了一种新思路,有助于提高护理质量和患者生活水平,值得在临床护理中推广应用。

[参考文献]

[1]王正翹,罗秀状,马丽姣.青少年肾病综合征病人家庭复原力的影响因素及路径分析[J].循证护理,2025,11(4):704-708.

[2]黄瑞雪,燕秀娟,赵书娟.三位一体化护理对肾病综合征患者自我效能及心理的影响[J].山东医学高等专科学校学报,2024,46(06):79-81.

[3]白立娜.奥妥珠单抗治疗难治性肾病综合征不良反应的预防与管理实践[J].中国现代医药杂志,2024,26(9):98-100.

[4]何梦青,齐莎莎.多元化健康教育对难治性肾病综合征药物治疗儿童治疗依从性、焦虑情绪及家长护理满意度的影响[J].山西卫生健康职业学院学报,2024,34(05):85-87.

[5]方淑敏.心理护理对小儿肾病综合征复发患儿及家属心理状态的影响[J].吉林医学,2024,45(09):2295-2298.

[6]赵海艳.循证护理措施在肾病综合征患者护理中的效果评价[J].中华养生保健,2023,41(13):154-157.

[7]张玉燕.循证支持下针对性护理在肾病综合征护理中的价值分析[J].黑龙江中医药,2021,50(06):457-458.

[8]刘诗文.循证护理在肾病综合征护理中的应用[J].当代临床医刊,2021,34(02):36-37.

[9]马春艳.循证护理干预对肾病综合征患者生活质量的影响[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(07):159-160.

作者简介:

王春洋(1991--),女,汉族,河南省驻马店市泌阳县人,本科,主管护师,研究方向:儿童重症护理。