

健康教育在肺结核病人护理中的应用

许静兮

DOI:10.12238/hpmr.v2i1.6689

[摘要] 目的: 对健康教育在肺结核病人护理中的应用进行探讨,旨在提升肺结核病人治疗成效。方法: 选取2022年10月~2023年10月期间在某医院就诊的肺结核患者136例为研究对象,随机分为对照组和观察组,对照组进行常规护理,观察组进行针对性护理干预。统计两组患者症状好转时间以及心理状态。结果: 本次研究表明,观察组患者的症状好转时间以及心理状态均优于对照组($P<0.05$)。结论: 对于肺结核病人护理过程中实施健康教育,有助于改善患者不良情绪,加快肺结核疾病的好转,值得在临床推广运用。

[关键词] 健康教育; 肺结核病人; 护理; 应用; 临床症状; 好转时间; 心理状态
中图分类号: R521 文献标识码: A

Application of health education in nursing care of pulmonary tuberculosis patients

Jingxi Xu

[Abstract] Objective: To explore the application of health education in the nursing of pulmonary tuberculosis patients, in order to improve the treatment effect of pulmonary tuberculosis patients. Method: 136 patients with pulmonary tuberculosis who visited a certain hospital from October 2022 to October 2023 were selected as the study subjects. They were randomly divided into a control group and an observation group. The control group received routine nursing care, while the observation group received targeted nursing intervention. Count the time for symptom improvement and psychological status of two groups of patients. Result: This study showed that the symptom improvement time and psychological state of the observation group patients were better than those of the control group ($P<0.05$). Conclusion: The implementation of health education in the nursing process of pulmonary tuberculosis patients is helpful to improve the patients' bad mood and speed up the improvement of pulmonary tuberculosis disease, which is worth popularizing in clinical practice.

[Key words] Health education; Pulmonary tuberculosis patients; Nursing; Application; Clinical symptoms; Improvement time; Psychological state

肺结核是一种由结核杆菌引起的慢性传染性疾病,婴幼儿、老年人、糖尿病等机体免疫力低下的群体为易感人群。肺结核曾肆虐全球,被称之为“白色瘟疫”,主要通过呼吸道传播,主要症状为发热,随着疾病进展可出现咳嗽、咳血等症状。肺结核主要以化学药物治疗,治疗周期在半年至一年之间,经过规范、有效的治疗能够治愈,能有效减轻或消除患者的呼吸道症状,以维持正常的生活质量。在患者治疗期间,需提升肺结核病人对疾病的认知,促使患者在治疗过程中具备良好的遵医嘱行为,达到根治肺结核的目的。而在进行肺结核的治疗当中,药物治疗是关键的治疗手段,但是由于患者可能需要长时间的服药,许多患者无法坚持规律服药,主要原因为其对于疾病缺乏了解,并且没有足够的重视程度。因此,在肺结核患者的护理过程中,对其进行健康教育具有重要的意义,能够提高其依从性,保证治疗效果,加快疾病的恢复。基于此,选取2022年10月~2023年10月期间在某

院就诊的肺结核患者136例为研究对象,对健康教育在肺结核病人护理中的应用进行探讨,现报道如下:

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选取某医院2022年10月~2023年10月期间收治的肺结核患者136例为研究对象,随机分为对照组和观察组,每组68名。其中观察组的男女比例为43:25,年龄分布为12~80岁,平均年龄为(59.51±2.66)岁。对照组的男女比例为41:27,年龄分布为13~82岁,平均年龄为(57.21±3.54)岁。组间患者资料比较不存在统计学意义($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组患者实施常规护理,包括饮食护理环境护理用药指导等;观察组在常规护理的基础上进行健康教育,在患者入院时对患者进行肺结核疾病知识普及,包括介绍肺结核的体征、临床

症状、流行特点、传播途径、传染源以及易感人群等,使患者了解肺结核的发病原因、发展以及预后,减轻患者的心理压力,对肺结核疾病形成正确的认识,从而减轻心理压力,减少负面情绪的产生,增强对肺结核疾病治疗的信心。

对患者以及患者家属讲解肺结核疾病的传播方式,并进行消毒隔离指导,叮嘱患者不面向他人打喷嚏或咳嗽,使用卫生纸掩住口鼻,不进行随地吐痰,吐痰时吐入含有消毒剂的痰盂中或吐在纸上进行焚烧处理,进行开窗通风,日常使用消毒液进行地面以及家具的消毒,外出时戴口罩,实行餐具专用制度,餐具用后进行煮沸消毒,使用日光暴晒的方式进行被褥以及衣物的消毒。

用药方面,对患者介绍常用药物以及使用药物后可能存在的不良反应,提高患者对药物的认知程度,了解坚持正规疗程能有效治疗疾病并防止疾病复发,从而提高患者对用药的依从性。

对患者进行心理指导,由于肺结核病程长,传染性强的特点,患者极易受社会、家庭以及自身心理因素而产生自卑心理、焦虑等负面情绪,这些负面情绪加大了患者的精神负担,从而影响了治疗效果以及患者的治疗的依从性。对隔离措施的不理解使患者怀疑自己被医院甚至家人放弃,负面情绪大量产生导致患者情绪低落,影响食欲,导致身体乏力,进而导致病情恶化;患者由于患病而失去劳动能力,不仅不能给家庭创造收益还会增加家庭经济负担,害怕被别人,尤其是家人所歧视,患者的自尊心被严重打击,因此常表现出悲观情绪,严重者自暴自弃甚至轻生;部分患者对治疗期待过高,在实际治疗效果未达到期待效果后,心理落差使患者消极悲观,降低治疗依从性,对治疗产生不利影响。因此护理人员应尊重和了解患者,使用恰当的交流方式主动与患者交流沟通,通过心理指导减少患者对疾病的恐慌,发泄心理压力,及时发现患者存在的心理问题并进行疏导,从而提高治疗效果、促进疾病恢复。

对患者进行饮食指导,增加蛋白质、维生素以及高热量食物的摄取,蛋白质具有增强机体修复能力以及抗病能力,提高鱼、肉、豆类、牛奶等高蛋白食物的摄取量,维生素B能提高患者食欲,调节神经系统,维生素C能提高渗出病灶的吸收速度,同时减轻血管渗透,对此可通过增加水果蔬菜摄入量进行。

对患者进行活动指导,适当活动能提高肺结核患者康复速度,存在食欲减退、盗汗以及低热等结合中毒症状患者应保持卧床休息,轻症患者需避免过度劳累,保证休息时间,患者在恢复期可适当进行太极拳、散步等身体锻炼。

患者出院时,叮嘱患者适当锻炼,不宜过度劳累,维持良好的生活方式,保证睡眠时间,注意饮食结构的合理性,餐具专用并定期消毒,进行开窗通风并定期消毒,遵医嘱用药,不自行减少用药量或自行停药,进行自我监测,定期进行复查等。

1.3观察指标

统计两组患者症状好转时间以及心理状态。

1.4统计学方法

统计学结果由SPSS26.0统计学软件统计完成,若组间数据

对比结果差异显著 $P < 0.05$,则具有统计学意义。

2 结果

2.1对比两组患者的临床症状改善时间

观察组患者的临床症状好转时间均短于对照组($P < 0.05$)。

表1 比较两组患者的临床症状好转时间 $[(x \pm s)/d]$

组别	例数	症状体征好转时间	体温恢复正常时间	痰液颜色改变时间	白细胞计数下降时间
对照组	68	6.58±1.05	4.78±1.37	6.92±1.23	6.39±1.95
观察组	68	5.96±1.24	2.48±1.56	4.23±1.39	4.64±2.06
T	-	7.375	5.369	4.628	9.824
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.2对比两组心理状态评分

护理前两组心理状态相比, $P > 0.05$;护理后观察组患者的心理状态评分优于对照组(均 $P < 0.05$)。

表2 比较两组心理状态评分 $[(x \pm s)/分]$

组别	例数	SAS		SDS	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	68	55.74±2.84	48.37±2.76	59.36±5.47	49.39±2.47
观察组	68	56.41±2.38	42.18±2.91	58.43±5.69	41.48±2.73
T	-	-1.491	12.727	0.972	17.717
P	-	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

3 讨论

3.1肺结核病的基本知识

(1)传播途径。肺结核病主要通过飞沫传播,患者咳嗽、打喷嚏时,病菌会随着飞沫传播到空气中,易感人群吸入后会被感染。此外,少数患者通过消化道传播,如与患者共用餐具、食物等。(2)症状。肺结核的主要症状有咳嗽、咳痰,咯血或血痰,有的人会有低烧、盗汗、胸痛、食欲差、疲乏和消瘦等。有咳嗽、咳痰2周及以上,咯血或血痰等症状的人,通常叫肺结核可疑症状者。出现肺结核可疑症状时,要想到自己有可能患了结核病,应及时、主动到当地结核病定点医疗机构进行检查。(3)并发症。第一,气胸:当肺腔和胸膜附近的干酪样病变破裂时,可导致结核性化脓性气胸。粟粒型肺结核偶尔可引起双侧自发性气胸;第二,支气管内膜狭窄:由支气管内膜病变引起;第三,支气管扩张:肺结核病灶反复进展和纤维化,导致肺部支气管的正常结构破坏,可导致继发性支气管扩张和经常反复咯血。它通常位于肺的上叶,称为干燥性支气管扩张症。会导致致命的大咯血;第四,脓胸:渗出性胸膜炎的胸腔积液,如果不及时治疗,也可能逐渐变为脓性,甚至成为结核性脓胸。它是干酪性和空洞性肺实质结核感染进展的结果。它通常发生在气胸后,伴有感染失败和抵

抗力丧失;第五,肺曲霉菌病:常见于肺结核空洞。咯血是死亡的主要原因;第六,慢性肺心病:严重的肺结核会导致肺组织的广泛破坏。慢性纤维腔型肺结核或单侧肺损伤,合并肺气肿和肺大疱,可导致自发性气胸、慢性心脏病,甚至心肺衰竭。

3.2肺结核病预防的健康教育措施

(1)改善生活方式。第一,保持室内空气流通:经常开窗通风,保持室内空气流通,可以减少病菌在空气中的浓度,降低感染的风险。第二,锻炼身体:适当的体育锻炼可以提高身体免疫力,增强抵抗力,预防疾病的发生。第三,饮食健康:保持饮食均衡,多吃蔬菜水果,少吃辛辣等食物,有助于提高身体免疫力。第四,戒烟限酒:吸烟和饮酒会降低身体免疫力,增加感染的风险,因此应该戒烟限酒。(2)接种疫苗。接种肺结核疫苗是预防肺结核的重要措施之一。通过接种卡介苗等疫苗可以有效地预防肺结核的发生,保护公众的健康。但是,疫苗接种也需要根据具体情况进行评估和选择,如有疑问可向医生咨询。目前全球范围内使用的肺结核疫苗是卡介苗(BCG),它是一种减毒的结核分枝杆菌疫苗,可以激发人体产生针对结核分枝杆菌的免疫反应,从而预防肺结核的发生。卡介苗接种的适用人群主要是新生儿和儿童,一般在出生后尽快接种。接种卡介苗可以有效地预防儿童和青少年发生肺结核、脑膜炎等结核病,并减少重症病例的发生。但是,对于已经感染结核分枝杆菌的人群,接种卡介苗可能没有太大的预防作用。除了卡介苗外,还有一些其他疫苗也在研发中,如rBCG疫苗、MVA-BCG疫苗等。这些疫苗正在进行临床试验,以评估其安全性和有效性。在接种卡介苗时,需要注意以下几点:首先,要到正规的医疗机构进行接种,确保疫苗的质量和安全性;其次,接种前要向医生咨询是否适合接种,如有过敏体质、免疫系统异常等情况应谨慎接种;最后,接种后要注意保持接种部位的清洁和干燥,避免感染。(3)避免密切接触患者。避免与患者共处一室:尽量避免与患者共处一室,特别是在封闭的空间内。如果必须与患者共处一室,应注意通风和保持距离。避免与患者共用餐具:与患者共用餐具是感染结核菌的重要途径之一。应该避免与患者共用餐具,特别是如果患者的痰液中含有结核

菌的情况下。注意个人卫生:勤洗手、洗脸、洗澡等个人卫生习惯可以有效地预防结核病的发生。

3.3肺结核病护理中的健康教育

在对结核病患者进行治疗过程中,护理是关键的一环,但是经常会由于患者对疾病缺乏认知,其依从性较低,因此对其实施健康教育具有重要的意义。通过健康教育能够使患者对于疾病能有正确的认识,提高知行水平与自我管理能力,这样可以使患者配合护理治疗工作的进行,规范自身行为,从而提高疾病的治疗效果,改善生活质量。并且健康教育也能够一定程度上缓解医患摩擦,不断提高医疗质量。本次就对健康教育在肺结核病人护理中的应用效果进行了研究,结果令人满意:观察组患者的症状好转时间以及心理状态均优于对照组($P < 0.05$)。

综上所述,对于肺结核病人,在护理过程中实施健康教育,可改善肺结核患者不良情绪,加快疾病好转,值得在临床推广运用。

[参考文献]

- [1]张文新,孙玫,黄丽君,等.肺结核患者健康教育模式的应用及前景展望[J].当代护士(中旬刊),2017,(07):12-14.
- [2]囤凤娟,田旭.肺结核病人护理与健康信念模式的探讨[J].养生保健指南,2017,(044):108.
- [3]孙秋兰,马艳.多模式数字化健康教育在肺结核患者中的应用[J].中国国境卫生检疫杂志,2019,(5):336-338.
- [4]程爱琼,胡春燕,毛牵弟,等.多元化健康教育对肺结核患者自我管理水平,心理状态,用药依从性和满意度的影响[J].中国基层医药,2020,27(22):2794-2797.
- [5]沈霞,朱莎莎,李彬霞,等.健康教育联合常规护理在耐多药肺结核合并血栓患者中的护理效果[J].血栓与止血学,2021,27(1):2.
- [6]毛雪娟,王红.基于坚强概念的健康教育对慢性阻塞性肺疾病合并肺结核患者自我管理效能及治疗依从行为的影响[J].中国医药导报,2021,18(21):4.