

循证护理对慢性乙型肝炎患者自我护理能力及生活质量的影响

刘倩

长沙市第一医院 湖南 长沙 410000

【摘要】目的：研究循证护理对慢性乙型肝炎患者自我护理能力及生活质量的影响。**方法：**选择2018年3月—2020年9月在我院接受治疗的152例慢性乙型肝炎者为对象，将其均分为参照组、研究组，每组76例。参照组采取常规护理，研究组采取循证护理，对比两组患者的护理效果。**结果：**护理后，研究组患者自我护理能力高与参考组；研究组生活质量评分高与参照组，差异具有统计学意义， $P<0.05$ 。**结论：**慢性乙型肝炎者在治疗中应用循证护理具有显著护理效果，可促使提高患者的自我护理能力，改善其生活质量。

【关键词】慢性乙型肝炎；循证护理；自我护理能力

Effect of evidence-based nursing on self-care ability and quality of life of patients with chronic hepatitis B

【Abstract】 Objective: To study the effect of evidence-based nursing on self-care ability and quality of life of patients with chronic hepatitis B. **Methods:** 152 patients with chronic hepatitis B were selected. The study began in March 2018 and ended in September 2020. They were divided into two groups on average, namely the reference group and the study group. The nursing mode of the reference group was routine nursing, and the nursing mode of the study group was evidence-based nursing. The nursing effect was compared. **Results:** after nursing, the self-care ability of patients in the study group was improved. The score of quality of life after nursing in the study group was higher ($P<0.05$). **Conclusion:** the application of evidence-based nursing in the treatment of chronic hepatitis B has significant nursing effect, which can effectively improve the self-care ability and quality of life of patients.

【Key words】 Chronic hepatitis B; Evidence based nursing; Self care ability

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 2096-1685(2022)06-0163-03

慢性乙型肝炎是一种慢性传染性疾病，是由乙型肝炎病毒诱发，具有较高的发病率。临床护理路径是指对住院患者制订的针对性护理计划，将时间作为横轴，将入院指导、治疗、护理、教育与出院指导等作为纵轴，制订日常计划表，通过计划表中的内容开展护理服务，以达到改善病情、提高生活质量的目的。同时，乙肝是一种病程长、反复发作的慢性传染疾病，患者常伴随多种并发症，不仅给患者的正常生活带来严重影响，还严重威胁着患者的身体健康。循证护理是一种以患者为中心的护理服务模式，通过评估患者需求，结合当前现有的研究成果与临床护理经验，给患者提供符合实际病情的护理计划。由于乙肝疾病临床治疗难度较大，除给患者带来负面情绪与心理障碍外，还严重影响着患者的临床治疗效果。所以，对乙肝患者实施一定心理干预，对稳定患者情绪、提升患者治疗效果具有重要意义。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2018年3月—2020年9月在我院接受治疗的152

例慢性乙型肝炎者为对象，将其均分为参照组、研究组，每组76例。研究组中38例男性患者，38例女性患者；年龄39~68岁，平均年龄(50.56±4.19)岁。参照组中男性患者40例，女性患者36例；年龄38~67岁，平均年龄(50.12±4.04)岁。两组患者一般资料差异无统计学意义， $P>0.05$ ，研究可比。

1.2 方法

1.2.1 参照组实施常规护理措施 在患者出院后，由社区医师指导患者用药，口头讲述疾病有关知识，并要求患者养成良好的生活方式。

1.2.2 研究组实施循证护理措施 具体如下：

1.2.2.1 成立护理小组 (1) 由护理人员、护士长组成，其中护士长为组长，结合患者的临床资料、诊断等，明确患者的护理需求，并提出护理问题，包括健康教育、心理管理、用药管理等。(2) 查找乙肝护理工作中存在的问题：以当前临床护理问题入手，由组长带头查找影响乙肝患者病情恢复的护理问题，分析当前护理过程中是否存在忽略护理细节、缺乏正确护理意识等问题。(3) 查阅相关文献，给临床护理提供循证支持：

将“循证护理”“乙肝”“护理效果”等词汇纳入关键词搜索范围,在相关知名医学数据库中进行详细检索,查阅护理专刊、核心期刊等文献及资料,结合患者当前实际情况,解决护理工作中存在的问题,以患者实际需求为依据,给患者的临床护理提供循证支持。(4)给患者制定循证护理计划:待确定完护理问题,结合搜索到的文献与资料,以患者具体需求为依据,将患者个人意愿纳入考虑范畴,给患者制订符合需求的护理计划。

1.2.2.2 循证支持 结合以上问题,对问题解决关键进行确定,组间讨论,询问专家建议,对治疗方案、护理方案确定。

1.2.2.3 实施护理方案 由医护人员详细记录患者的姓名、性别、联系方式等资料。对患者进行健康知识教育,讲述疾病有关知识,包括用药知识、饮食知识、症状自查知识等,给予患者家属健康教育,发放健康知识手册,巩固疾病认知。积极与患者沟通交流,密切关注患者的情绪,若患者存在负面情绪,应及时安抚、疏导,鼓励与关心患者,减轻心理负担;通过讲述治疗成功案例,帮助患者树立自信心。了解患者生活习惯,如饮食、运动等信息,结合患者实际病情,制定饮食方案,并结合患者自身情况、摄入状况,对食谱动态调整,给予营养指导。

1.2.2.4 健康管理 为使健康教育的针对性和科学性得到保障,需先了解患者、家属对健康教育的需求,再查阅相关文献资料。

1.2.2.5 心理干预措施 (1)做好患者负面情绪评估工作。患者入院后,护理人员应利用心理评估工作对患者负面情绪进行全面评估,再按患者病情结果,对患者实际情况进行综合考虑,结合患者实际心理状态,给患者制定具有针对性的心理干预措施。(2)心理干预措施实施。针对患者存在的悲观、消极情绪,应给予充分关心与鼓励,通过与患者增加沟通机会,掌握患者情绪及心理变化,再向患者提供个性化心理指导。针对患者治疗及护理过程中出现的疑问,护理人员应耐心解答;向患者解释自身病情与心态之间关系,嘱咐患者保持健康、乐观的心态,以多种疏导方法,使患者积极面对自身疾病,并对疾病治疗充满信心;告知患者用药后可能出现的不良反应,并将其预防及处理措施告知患者,使患者提前做好心理准备。(3)增加患者的家庭支持。良好的家属陪伴与社会支持不仅能缓解患者焦虑、担忧情绪,还能增强患者诊治信心,因此,护理人员应鼓励家属多陪伴患者,给予患者更多支持,使患者感受到家庭的温暖与关爱,让家属叮嘱患者积极配合临床治疗与护理。

1.3 观察指标

对自我护理能力综合评估,评估量表为自我护理量表,共0~100分,随着分数升高,护理能力越好;评估生活质量使用SF-36量表。

1.4 统计学方法

选用SPSS 22.0统计学软件对数据进行处理。计量资料以均数±标准差($\bar{x} \pm s$)表示,组间比较行 t 检验。以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者自我护理能力对比

护理后,研究组患者自我护理能力评分为(90.67±6.09),参照组为(81.85±6.47);研究组高于参照组,差异有统计学意义, $P < 0.05$ 。

2.2 两组患者生活质量比较

护理后,研究组患者生活质量评分高与参照组,统计学意义存在, $P < 0.05$ 。

3 讨论

慢性乙肝是指乙肝病毒检测阳性,病程超过半年或发病日期不明确而有肝炎临床表现的患者。乙肝感染是严重的全球性公共卫生问题,全球约有20多亿人口感染过乙肝病毒,其中有3.5亿人转为慢性HBV感染者,每年大约有100万人死于HBV感染相关的疾病。我国属HBV感染高流行区,一般人群HBsAg阳性率为9.09%,每年死于与乙肝相关肝病约30万人,每年新发乙肝病例约50万~100万例。慢性乙肝发展至乙肝后肝硬化时,即难以逆转,西医治疗以对症、支持治疗为主,效果不甚理想^[1]。中医根据肝硬化表现出的瘀血及腹水症状,将其归于“鼓胀”“积聚”等病,采用活血化瘀,利水逐饮为主进行治疗。腹水为阴邪,属痰饮之类,张仲景在《金匮要略·痰饮咳嗽病脉证并治第十二》中指出“病痰饮者,当以温药和之”,确定了痰饮病的基本治疗原则。《伤寒论·辨少阴病脉证并治第十一》云:“少阴病……或小便利,或下利,或呕,真武汤主之”,明确提出了温阳利水治疗方法。《沈氏尊生书》认为肝硬化为“渐蚀其脾,脾虚之极,故阴阳不交,清浊相混,隧道不通”。“脾虚之极”是鼓胀发病的病理关键,进一步提出了健脾利水的理念。李中梓在《医宗必读》中提出:“在病名有鼓胀与蛊胀之殊。鼓胀者,中空无物,腹皮绷急,多属于气也。蛊胀者,中实有物,腹形充大,非虫即血也”,明确提出了肝硬化中瘀血的病理因素。综上所述,瘀血和水饮是慢性乙肝进展至肝硬化时的两大病理因素,而引起瘀血和水饮的根本原因是肝郁脾虚,因此,疏肝健脾、活血利水是其重要的治疗原则。慢性乙型肝炎的发病机制十分复杂,临床认为机体免疫清除和病毒持续复制是其发病的两个基本要素。慢性乙型肝炎可危害人体健康,由于治疗周期长,患者常常会因为疾病和药物的影响而出现不良情绪,外加患者对自身病情、药物作用等缺乏了解,故治疗依从性较低,容易出现未按时用药等情况,进而导致病情控制不佳,日常生活受到严重影响^[2]。从中不难发现,在慢

性乙型肝炎患者治疗期间采取规范化的健康教育十分重要,同时,需要加强其护理。

乙肝作为一种临床常见消化系统疾病,临床治疗难度较高,其具有病程长、反复发作等特征,如果患者病情未得到有效改善,易使患者对自身病情产生担忧与害怕情绪,会对患者的正常生活构成了严重困扰。为改善患者肝硬化症状、消除患者负性情绪,对乙肝患者实施临床护理干预十分必要^[3]。以往对乙肝患者进行护理,常选用常规护理措施,虽能取得一定临床疗效,但受到缺乏以人为本思想、未关注患者心理感受等因素影响,难以保障临床护理效果。相比于常规护理措施,循证护理更注重实际,通过着手实际护理工作内容,结合患者具体病情,给患者提供符合需求的护理服务。循证护理的实施过程中,护理人员除始终贯彻“以人为本”思想外,更重视患者自身个性,积极解决护理工作中存在的问题,从而给患者制定出适宜的护理计划与方案^[4]。心理干预是一种基于患者实际心理状态的护理模式,护理人员在护理过程中,意在协助患者建立健康、积极的心理状态,从而消除其负面情绪,缓解自身精神压力^[5]。慢性乙肝多无明显热象,从发病的表现及病机分析,以肝郁脾虚、水饮瘀阻和肝肾不足三个证型为主,且常常兼夹,互相影响,难以完全分开,但其病因总体离不开郁、湿、瘀、虚四个方面。这四个方向往往不会单独存在,只是在疾病的不同阶段侧重点有所不同,迁延期要重点从肝郁脾虚方面考虑;后期,尤其是出现肝硬化后要重点考虑水饮瘀阻和肝肾不足。只有这样多方兼顾,直中病机根本,方能取得较好的疗效^[6]。

有研究指出,慢性乙型肝炎患者实施循证护理,可有效提高患者遵医嘱行为,对控制疾病复发具有重要意义^[7]。循证护理干预为一种新型护理方案,具有审慎、明确、明智等优点,与个人愿望、科研结论、临床检验等结合,取得证据并制定管理方案,具有科学性、规范性等优点^[8]。对慢性乙型肝炎患者实施循证护理,由护理人员随访患者,跟踪患者病情,结合患者实际情况实施护理干预,可促进疾病的治疗,改善治疗效果^[9]。本文两组患者采用不同护理方案,研究结果显示,对于护理后的自我护理能力,研究组评分为(90.67±6.09),高于对照组的(81.85±6.47), $P<0.05$ 。对于护理后生活质量评分,研究组更优,差异具有统计学意义, $P<0.05$ 。在对慢性乙型肝炎患者实施循证护理的过程中,加强健康知识教育,已提升患者对疾病认知水平,确保患者充分了解疾病,纠正不良认知,让其积极

参与治疗过程,配合医护人员^[10]。除此之外,使患者在日常生活中能遵医嘱运动、饮食等,养成良好生活习惯,进而有效控制改善临床症状,预防疾病复发,提高患者生活质量。

综上所述,慢性乙型肝炎患者在治疗中应用循证护理具有显著护理效果,可促使患者的自我护理能力有效提高,生活质量明显改善。

参考文献

- [1] 李娟,田文娟.循证护理对慢性乙型肝炎患者自我护理能力及生活质量的影响[J].临床医学研究与实践,2020,5(27):176-178.
- [2] 何萍,鲍云慧,曹玲.三方联动协作式护理对慢性乙型肝炎患者自我效能与自护能力的影响[J].现代中西医结合杂志,2020,29(24):2722-2725.
- [3] 杨晓胜,余巧文,陈珠峰.循证护理对慢性乙型肝炎患者自我护理能力及生活质量的影响分析[J].吉林医学,2019,40(12):2908-2910.
- [4] 马繁华.基于创新扩散理论的循证护理对慢性乙型肝炎患者自我效能及护理满意度的影响[J].护理实践与研究,2018,15(3):51-52.
- [5] 阮隽,林琳,周玮青,等.个体化教育方案对老年慢性乙肝患者焦虑和抑郁及生活质量的影响[J].老年医学与保健,2021,27(1):184-188.
- [6] 陈丽华,沈小河,郑晖.循证护理对慢性乙肝患者自护能力、饮食管理及生活质量的影响[J].医学食疗与健康,2021,19(3):101-102.
- [7] 夏莹,陈冬梅,张菲菲,等.护理专案行动联合心理护理对慢性乙肝患者自护能力及幸福感的影响[J].心理月刊,2021,16(14):6-8.
- [8] 杨旭.基于循证护理的认知行为干预在慢性乙肝患者中的应用效果[J].中国民康医学,2021,33(14):160-162.
- [9] 张立春,严俊,伍毕英.循证健康教育对慢性乙型肝炎患者抑郁情绪的影响[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(9):26-27.
- [10] 赵春花,李晓翠.循证护理在青少年慢性肝病患者中的应用价值[J].中国卫生标准管理,2019,10(10):112-114.