

## 健康教育在维持性血液透析患者中的价值

崇晓梅

河北省邯郸市曲周县中医院透析室 河北邯郸

**【摘要】目的** 探究健康教育在维持性血液透析患者中的应用效果。**方法** 入选对象为我院46例维持性血液透析患者(2021年1月~2021年12月),依据随机数字表法将其分为两组:A组(23例,常规护理)、B组(23例,常规护理+健康教育),对比两组护理效果。**结果** 护理前SAS评分、SDS评分组间对比无明显差异( $P>0.05$ );护理后,两组心理状态均有所改善,且B组SAS评分、SDS评分明显低于A组( $P<0.05$ );B组健康知识掌握度(91.30%)显著高于A组(65.22%), $P<0.05$ 。**结论** 健康教育在维持性血液透析患者中的应用,可以一定程度纠正患者的负性情绪,提高患者对疾病正确认识。

**【关键词】** 维持性血液透析;健康教育;心理状态;健康知识掌握度

### The value of health education in maintenance hemodialysis patients

XiaoMei Chung

Dialysis Room, Quzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Handan, China

**【 Abstract 】 Objective** To explore the effect of health education in maintenance hemodialysis patients. **Methods** A total of 46 maintenance hemodialysis patients (from January 2021 to December 2021) in our hospital were selected and divided into two groups according to the random number table method: group A (23 cases, routine nursing) and group B (23 cases, routine nursing + health education). The nursing effects of the two groups were compared. **Results** There was no significant difference in SAS score and SDS score between groups before nursing ( $P > 0.05$ ). After nursing, the psychological state of the two groups were improved, and the SAS score and SDS score of group B were significantly lower than those of group A ( $P < 0.05$ ). The mastery of health knowledge in group B (91.30%) was significantly higher than that in group A (65.22%),  $P < 0.05$ . **Conclusion** The application of health education in maintenance hemodialysis patients can correct their negative emotions to a certain extent and improve their correct understanding of the disease.

**【 Key words 】** Maintenance hemodialysis; Health education; State of mind; Mastery of health knowledge

#### 前言

维持性血液透析是一种肾脏替代疗法,其运用机器将机体内血液引出经由透析器弥散、对流、吸附等方式清除毒素和多余的水分,再将净化后的血液送回体内,是延长尿毒症患者生命的过渡方法<sup>[1-2]</sup>。维持性血液透析治疗时间较长,且可能出现各种不良反应,患者因对疾病缺乏正确认识,容易产生放弃治疗的消息想法,不利于治疗的顺利开展,为此应加强对患者的健康教育,以增强患者遵医行为,提高患者生活质量<sup>[3-4]</sup>。本研究将以我院46例维持性血液透析患者为例,具体分析健康教育在患

者中应用效果。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

截取我院2021.01~2021.12期间46例维持性血液透析患者作为观察对象,依据随机数字表法将其分为A组(23例)、B组(23例)。其中A组,男性、女性分别为15例、8例,年龄25~80岁,平均(52.74±5.32)岁;病程6个月~5年,均值为(2.34±0.62)年。B组,男性、女性分别为13例、10例,年龄28~79岁,平均(53.17±5.39)岁;病程8个月~6年,均值为(2.45±0.71)年。对比两

组基本资料, 均衡可比 ( $P>0.05$ )。

### 1.2 方法

A 组开展常规护理, 由护理人员对患者进行口头宣教, 叮嘱患者饮食、用药等注意事项, 监测各项生命体征指标等。

B 组在上述基础上实施健康教育护理, 具体落实方法如下:

(1) 疾病知识教育: 于入院后为患者发放健康手册, 指导患者和家属阅读学习, 科室自制维持性血液透析宣教视频, 涉及患者常见问题、注意事项、治疗方案、可能出现并发症以及自我护理方法等, 在播放结束之后护理人员将用简单易懂的语言为患者解释医学名词, 以便于患者更好理解和记忆相关知识; 引导患者和家属添加肾友交流群, 将不定期上传健康科普文章和视频, 还将组织健康专题讲座, 邀请病友分享成功经验, 传播积极思想, 以坚定患者战胜疾病的信心。

(2) 心理健康教育: 维持性血液透析患者受病程漫长、经济支出高等因素影响, 心理压力普遍较大, 容易出现负面情绪, 进而影响患者治疗效果, 为此护理人员应重视对患者心理健康教育, 鼓励患者发掘自身兴趣爱好或者多参加社会活动, 发现生活的兴趣, 转移对疾病的关注度, 引导患者从积极角度去看待问题, 多和亲友沟通, 学会排解自己的负面情绪, 来保持积极乐观的状态。

(3) 饮食健康教育: 可结合患者饮食喜好、营养状态制定健康食谱, 让患者保持清淡、营养均衡、易于消化饮食, 禁食高磷、高钾食物, 合理控制蛋白质和水分的摄入量, 减少胆固醇和脂肪的摄入, 盐分应维持在每天 3g-5g, 若为无尿患者则应减少至

每天 1g-2g。

(4) 生活健康指导: 患者应避免进行劳累的体力活动, 每天保持充足的睡眠休息 (8 小时以上), 戒除烟酒, 每天自我测量血压、血糖、体重变化, 记录下来以供医生参考, 注意个人卫生, 在天气变化时及时增减衣服, 可进行适当的运动, 如打太极、散步等, 严格遵照医嘱用药, 且不可自我增加或停服药物。

### 1.3 观察指标

焦虑自评量表 (SAS)、抑郁自评量表用于了解患者护理前、护理 2 周后心理状态变化情况, 评分越高则患者心理状态越差; 自制健康知识调查表, 涉及饮食、用药、休息、运动、并发症预防、内瘘护理等多个方面, 总分为 100 分, 评分在 90 分以上为完全掌握, 70-90 之间为基本掌握, 低于 70 分则为未掌握。掌握度排除未掌握病例。

### 1.4 统计方法

运用 SPSS24.0 统计软件进行分析处理, 其中 ( $\bar{x}\pm s$ ) 描述计量资料, 符合正态分布的计量资料采用 t 检验, 计数资料率 (%) 表示, 以卡方检验,  $P<0.05$ , 代表数据对比有差异性。

## 2 结果

### 2.1 心理状态

A 组、B 组护理前 SAS 评分、SDS 评分组间对比无明显差异 ( $P>0.05$ ); 护理后, 两组心理状态均有所改善, 且 B 组 SAS 评分、SDS 评分明显低于 A 组 ( $P<0.05$ ), 如表 1 所示。

### 2.2 健康知识掌握度

B 组健康知识掌握度 (91.30%) 显著高于 A 组 (65.22%),  $P<0.05$ , 如表 2 所示。

表 1 两组心理状态对比 ( $\bar{x}\pm s$ , 分)

组别	例数 (n)	SAS 评分		SDS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
A 组	23	59.34±3.35	48.08±3.15	60.16±3.57	49.07±3.36
B 组	23	59.46±3.09	43.16±3.29	59.78±3.62	44.78±3.54
t		0.126	5.180	0.358	4.215
P		0.900	<0.001	0.722	<0.001

表 2 两组健康知识掌握度对比 [n (%)]

组别	例数 (n)	完全掌握	基本掌握	未掌握	总掌握度
A 组	23	7(30.44)	8(34.78)	8(34.78)	15(65.22)
B 组	23	15(65.21)	6(26.09)	2(8.70)	21(91.30)
$\chi^2$					4.600
P					0.032

### 3 讨论

维持性血液透析俗称“人工肾”，近些年受饮食、生活习惯、环境等种种因素影响，其在临床应用率显著提升，可清除代谢废物，调节水电解质和酸碱平衡，减轻肾功能损伤，延长患者的生命周期<sup>[5]</sup>。

在彭文渝<sup>[6]</sup>学者的研究中表明，在维持性血液透析患者中应用健康教育护理，可以调整患者的行为方式，纠正患者不良习惯和消极心理，增加患者对疾病了解度，提高自我护理管理能力，减少相关并发症发生率，提高患者的生活质量。健康教育护理在维持性血液透析患者应用过程中，将采取多模式健康教育，如健康手册、宣教视频、语言讲解答疑、专题讲座、微信公众号传播等，来弥补单一口头宣教的不足，强化患者对知识的理解和记忆，更为准确的掌握和运用健康知识来预防相关并发症的发生，提高自我健康水平<sup>[7-9]</sup>；针对患者在治疗过程中出现的负面情绪进行积极引导，给予患者关心和鼓励，让患者坚定康复信心，可以积极去发现生活的乐趣，保持愉快的心情；并对患者饮食、用药、运动、休息等不同方面对患者进行科学指导，让患者掌握正确的自我护理方法，明确影响治疗康复的不利因素，加强护患之间的沟通，满足患者护理需求，提高护理服务质量<sup>[10-12]</sup>。本研究显示 B 组焦虑、抑郁情绪改善效果明显优于 A 组 ( $P < 0.05$ )；B 组健康知识掌握度均显著高于 A 组 ( $P < 0.05$ )，表明了健康教育护理对患者身心健康的积极影响<sup>[13-15]</sup>。

综上所述，对维持性血液透析患者应用健康教育护理，可以改善患者焦虑、抑郁情绪，提高患者健康知识知晓度。

### 参考文献

- [1] 夏建美,李清玉,王海燕,等.饮食健康教育对维持性血液透析患者饮食管理行为、钙磷代谢及营养状况的影响体会[J].中国社区医师,2021,37(32):175-176.
- [2] 杨小琴.健康教育护理在维持性血液透析患者中的应用效果分析[J].西南军医,2021,23(Z1):432-433.
- [3] 尹建华.临床路径健康教育对维持性血液透析患者透析间期护理效果的影响[J].当代护士(中旬刊),2021,28(11):86-89.
- [4] 陈佳丹.自我效能理论结合微信健康教育在维持性血液透析患者中的应用[J].中国实用护理杂志,2021,37(18):1388-1393.

- [5] 程彦伶,刘敏,王丽丽,等.维持性血液透析患者自我管理行为、生活质量现状调查及相关性研究[J].齐鲁护理杂志,2020,26(24):37-40.
- [6] 彭文渝.健康教育对维持性血液透析患者护理效果及生活质量的影响分析[J].名医,2021, 12(09):187-188.
- [7] 李青春,蒋琼,张淑春.动态健康宣教对维持性血液透析患者血磷血钙及甲状旁腺激素的干预效果研究[J].江西医药,2020,55(11):1660-1662.
- [8] 伍丽华.强化健康教育对维持性血液透析患者护理质量的影响探究[J].黑龙江中医药,2020,49(04):343-344.
- [9] 李小燕,李莹.强化健康教育用于维持性血液透析患者护理中的临床效果分析.实用临床护理学电子杂志,2019,4(21):165,175
- [10] 林美雅,赖秋娴,郑炳辉,等.强化健康教育对维持性血液透析患者护理质量的影响分析.中国保健营养,2019,29(32):252
- [11] 徐仁艳,张渊,杜爱燕,等.全程健康教育模式对维持性血液透析患者液体摄入依从性、并发症及护理满意度的影响.医疗装备,2019,32(1):186-188
- [12] 田兴,苗金红,姚岚,等.行为分阶段转变理论干预对血液透析患者自我管理水平和液体摄入依从性的影响.实用医技杂志,2020,27(1):131-133
- [13] 冯彦翔,晏春生,王莉,等.维持性血液透析患者自我管理水平和生存质量状况及其相关性.中国卫生产业,2018,15(2):20-21,24
- [14] 张世慧.自我管理行为对维持性血液透析患者自我感受负担的影响研究.中国卫生产业,2018,15(28):11-12,15
- [15] 李伯静.维持性血液透析患者自我管理行为对生活质量的影响.中国医药指南,2018,16(13):82

收稿日期：2022 年 7 月 12 日

出刊日期：2022 年 9 月 2 日

引用本文：崇晓梅.健康教育在维持性血液透析患者中的价值[J].现代护理医学杂志,2022,1(4):10-12  
DOI: 10.12208/j.jmm.202200201

检索信息：RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明：©2022 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS