

习惯养成教育下的延续性护理对胃食管反流病患者的影响

安海妍, 付明薇, 于婷, 孙嘉璐, 刘洋*

吉林大学第二医院 吉林长春

【摘要】目的 探究将习惯养成教育下延续性护理应用在胃食管反流病 (GERD) 患者中效果。**方法** 选择我院收治的 60 例 GERD 患者, 随机平分成对照组和观察组, 分别实行常规护理和习惯养成教育下的延续性护理, 对比效果。**结果** 观察组遵医行为、ESCA 评分、生活质量均明显优于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 将习惯养成教育的延续性护理应用在 GERD 患者中, 可增强其遵医行为, 提升自护能力, 有效改善生活质量。

【关键词】 胃食管反流病; 延续性护理; 习惯养成教育

【收稿日期】 2025 年 1 月 6 日

【出刊日期】 2025 年 2 月 11 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20250062

Influence of continuous nursing under habit-forming education on patients with gastroesophageal reflux disease

Haiyan An, Mingwei Fu, Ting Yu, Jialu Sun, Yang Liu*

The Second Hospital of Jilin University, Changchun, Jilin

【Abstract】Objective To explore the effect of continuous nursing under habit-forming education in patients with gastroesophageal reflux disease (GERD). **Methods** 60 patients with GERD in our hospital were randomly divided into control group and observation group, and were given routine nursing and continuous nursing under habit-forming education respectively, and the effects were compared. **Results** The compliance behavior, ESCA score and quality of life of the observation group were significantly better than those of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Applying the continuous nursing of habit formation education to GERD patients can enhance their compliance behavior, enhance their self-care ability and effectively improve their quality of life.

【Keywords】 Gastroesophageal reflux disease; Continuous nursing; Habit formation education

胃食管反流病 (GERD) 主要是胃内容物反流入食管引起的疾病, 患者可出现暖气、上腹痛、胸痛等症状, 如未及时采取有效的治疗, 还会引起食管炎, 严重影响患者的生活健康。因此, 应及时对其实行有效治疗, 改善病症^[1]。

由于患者需要长时间服药, 在住院过程中患者可通过治疗使病情有效控制。但出院后, 大部分患者生活方式和饮食习惯无法及时改变, 治疗依从性较差, 极易导致病情反复发作, 使其生活质量受到影响。因此, 临床上应做好患者的健康宣教, 使其养成良好饮食和生活习惯, 降低疾病复发概率^[2]。由于大部分患者自我管理能力和意识欠缺, 应将护理延伸到院外, 使其在出院后依然能够获得专业性指导, 在护理人员长时间指导

和帮助下养成良好生活习惯, 提升生活质量^[3]。本文主要对习惯养成教育下的延续性护理在 GERD 患者中的应用效果探究, 如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取我院收治的 60 例 GERD 患者 (2022 年 1 月~2023 年 1 月), 随机分成对照组 30 例, 观察组 30 例, 其中对照组男 16 例, 女 14 例, 平均 (46.83 ± 6.14) 岁, 观察组男 18 例, 女 12 例, 平均 (46.02 ± 6.79) 岁, 两组资料对比 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组: 常规护理, 将 GERD 产生原因、治疗方法等向患者详细讲述, 嘱咐其养成良好生活习惯, 戒烟

*通讯作者: 刘洋 (1991-) 女, 汉, 榆树市, 本科, 主管护师, 护士, 研究方向: 胃肠疾病护理。

酒, 做好患者心理疏导和用药指导等。

观察组: 习惯养成教育下的延续性护理, (1) 建立延续性护理小组, 定期组织延续性护理内容相关培训。对以往延续性护理有关资料全面收集, 依据循证依据对不同人员工作内容如信息登记、随访渠道等详细分工, 保证后续工作顺利实施。(2) 制定针对性护理方案, 依据患者具体状况将每次随访时间、随访频率、随访方式等进行确定。在患者出院后 1 个月内实行 1 次/周随访, 第 2 个月应延长随访频率 1 次/2 周, 随后实行 1 次/月随访。如患者需要沟通, 护理人员应结合患者情况通过上门、微信、电话等方式对其实行 30~60min/次护理指导。(3) 档案建立, 出院前, 护理人员应对患者性别、年龄、病程情况等个人状况收集, 并上传到医院数据库中。在后续随访中, 应在档案库中将随访相关信息录入, 及时对资料更新, 根据个人状况对随访方案不断调整。(4) 习惯养成教育。出院前, 护理人员应对患者实行健康教育, 将日常生活中需要注意事项向患者全面讲述, 表明拥有良好生活习惯对其身体重要性, 将后续随访规划向患者讲解, 提升其配合度。采用多种方式对患者展开随访, 实行相应指导。使用电话方式指导患者做好运动、饮食、用药等, 普及自我管理相关知识, 鼓励患者将内心疑问提出, 并进行针对性解答。与家属保持良好沟通, 表明拥有良好健康习惯对减少疾病复发概率必要性, 与家属共同协作, 使

患者不良生活习惯得到改善。还可通过抖音、微信等形式与患者保持交流, 采用抖音视频、微信公众号等将不良行为习惯产生危害向患者讲解, 同时对患者疑问问题使用微信群统一解答, 使患者能够知晓生活当中需要注意事项。通过线下随访方式对患者具体状况详细了解, 对其疾病有关问题和生活习惯等全面解答, 如随访时患者发生不适, 应提醒其及时到院检查, 防止不良事件发生。

1.3 观察指标

两组遵医行为; 使用 ESCA 量表对自护能力评价; 采用 SF-36 量表对生活质量评价。

1.4 统计学处理

采用 SPSS23.0 统计软件处理数据, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组遵医行为

对照组, 完全依从 13 例、部分依从 8 例、不依从 9 例, 总依从性为 70.00% (21 例); 观察组, 完全依从 19 例、部分依从 10 例、不依从 1 例, 总依从性为 96.67% (29 例), 两组对比 ($\chi^2=7.526, P < 0.05$)。

2.2 两组 ESCA 评分

护理后, 两组对比 ($P < 0.05$), 如表 1。

2.3 两组生活质量

护理后, 两组对比 ($P < 0.05$), 如表 2。

表 1 两组 ESCA 评分 [($\bar{x} \pm s$), 分]

维度	时间	对照组 (n=30)	观察组 (n=30)	t	P
自我责任感	护理前	17.89 ± 2.41	17.36 ± 2.85	0.358	>0.05
	护理后	25.51 ± 3.67	34.15 ± 4.22	6.137	<0.05
自我护理技能	护理前	18.76 ± 2.14	18.39 ± 2.82	0.413	>0.05
	护理后	25.61 ± 3.37	35.58 ± 4.77	7.596	<0.05
自我概念	护理前	19.93 ± 3.01	19.25 ± 3.84	0.413	>0.05
	护理后	26.69 ± 4.03	36.82 ± 5.11	7.582	<0.05
健康知识	护理前	17.72 ± 2.16	17.38 ± 2.73	0.472	>0.05
	护理后	25.67 ± 3.37	35.72 ± 4.83	7.968	<0.05

表 2 两组生活质量评分 [($\bar{x} \pm s$), 分]

维度	时间	对照组 (n=30)	观察组 (n=30)	t	P
躯体疼痛	护理前	70.22 ± 3.69	70.76 ± 3.16	0.081	>0.05
	治疗后	78.96 ± 4.01	87.53 ± 5.41	4.625	<0.05
心理健康	治疗前	68.79 ± 3.18	68.27 ± 3.96	0.392	>0.05
	治疗后	75.84 ± 4.49	86.62 ± 5.44	4.724	<0.05
社会功能	治疗前	69.93 ± 3.04	69.18 ± 3.67	0.529	>0.05
	治疗后	75.88 ± 4.11	87.33 ± 5.74	4.869	<0.05
生理健康	治疗前	69.55 ± 3.17	69.28 ± 3.77	0.048	>0.05
	治疗后	74.42 ± 4.19	88.35 ± 5.59	4.167	<0.05

3 讨论

GERD 是一种常见的慢性疾病, 临床表现为上腹部不适、胃食管部烧心、反酸等, 如胃内容物反流到气管中, 可出现哮喘、慢性咽炎, 使患者身心健康受到严重影响^[4]。当前, 对患者实行规范用药能够使其病情快速改善, 但如患者仍存在不良生活习惯, 极易导致病情反复, 使其日常生活受到影响。因此, 在治疗过程中应对患者实行健康教育, 使其意识到良好生活习惯对疾病影响, 从而减少疾病复发^[5]。专业医疗护理主要局限于院内, 出院后, 患者缺少专业指导和监督, 无法快速回归到健康生活状态中^[6]。习惯养成教育下的延续性护理主要是通过对患者实行饮食、运动、健康教育、随访等形式, 联合习惯养成教育, 使患者拥有良好健康习惯, 采用相应的强化方法, 不断固定各种习惯, 提升自我管理能力, 增强生活质量^[7-8]。

本文结果, 观察组遵医行为显著高于对照组, 该护理方法主要是通过护理小组建立, 采用循证依据为基础, 明确分工, 提升护理质量, 详细登记患者个人档案, 采用多种途径对患者实行多种形式健康宣传, 提升患者对疾病和自我管理知识认知, 提升其遵医行为, 通过护理人员不断监督, 使个人良好习惯快速养成。观察组 ESCA 评分、生活质量显著高于对照组 ($P < 0.05$), 习惯养成教育是全新一种教育方式, 护理人员依据患者具体状况制定针对性延续护理方案, 通过微信、电话、线下随访等形式强化有关知识, 对其错误行为及时纠正, 使其养成正确生活习惯。对自身健康更加重视, 养成良好自护行为, 嘱咐家属也可参与到对患者的指导和监督, 将临床各症状不断改善, 提升生活质量^[9]。

综上, 在 GERD 患者中使用习惯养成教育下的延续性护理, 能够提高遵医行为, 增强质量能力, 使生活质量提升。

参考文献

[1] 董泮靓, 郭丽芸. 临床护理路径在胃食管反流病患者健康教育中对其健康知识掌握情况的影响[J]. 中外医

疗, 2023, 42(25): 170-173

- [2] 燕飞, 陈欣菊, 窦晨辉, 张蓓蓓, 毛帼粟. 柴胡桂枝干姜汤加减对胃食管反流病肝郁脾虚证的疗效及胃肠功能的影响[J]. 中医药信息, 2023, 40(6): 54-59
- [3] 陈丽霞. 优质护理干预在胃食管反流病合并消化不良患者中的应用价值研究[J]. 中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生, 2023(8): 152-154
- [4] 李高忠, 贾晴, 李付新. 伏诺拉生与传统质子泵抑制剂治疗老年非糜烂性胃食管反流病的疗效和安全性[J]. 中国老年学杂志, 2023, 43(17): 4153-4156
- [5] 张晓. 以知信行理论为基础的延续性护理对胃食管反流病患者生活质量的改善评价[J]. 中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2022(2): 173-176
- [6] 王宝华, 艾淑华. 腹式深呼吸训练联合心理干预对胃食管反流病伴失眠患者的护理效果[J]. 世界睡眠医学杂志, 2022, 9(6): 1074-1077
- [7] 张媛, 李永娟, 崔云凤, 付圣果, 石钟, 杨帆. 华铃胃痛颗粒联合雷贝拉唑治疗对胃食管反流病临床效果、症候积分及 GERDQ 评分的影响[J]. 解放军医药杂志, 2022, 34(5): 125-128
- [8] 车慧, 王风云, 张佳琪, 谢璟仪, 唐旭东. 健脾清化颗粒对胃食管反流病脾虚湿热证病证结合大鼠食管黏膜肥大细胞活化的影响[J]. 世界科学技术-中医药现代化, 2022, 24(8): 3181-3188
- [9] 岳建华, 李娜, 季锋, 李春霞, 冯保红. 循证护理在老年胃食管反流病伴焦虑抑郁状态患者中的应用[J]. 河南医学研究, 2021, 30(1): 157-160.

版权声明: ©2025 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