

肺康复在慢性阻塞性肺疾病中的应用

全英吴静

(石嘴山市第二人民医院, 宁夏石嘴山 753000)

【摘要】目的: 探析慢性阻塞性肺疾病(COPD)患者, 使用肺康复干预, 产生的临床影响。方法: 抽取时间为2019年6月至2020年6月期间, 于本院接收的54例慢性阻塞性肺疾病患者, 为两组(实验组与对照组)各27例, 实验组患者予以常规康复与肺康复结合干预, 对照组以常规康复干预, 比较两组护理前后肺功能指标情况。结果: 护理前, 对比两组FEV₁、FEV₁/FVC, 不存在差异(P>0.05); 护理后, 相对对照组, 实验组均高, 存在差异(P<0.05)。结论: COPD患者, 干预方式为肺康复, 临床护理效果显著。

【关键词】肺康复; 慢性阻塞性肺疾病; 肺功能; 焦虑; 抑郁

COPD为临床常见的呼吸系统疾病, 发病率高, 患者临床主要表现为肺功能减退, 会引起其行动能力降低, 极易合并其他严重疾病, 如肺心病、呼吸衰竭等, 严重者甚至致残, 对其身体健康、生活质量造成严重影响。相关研究学者研究显示, COPD患者予以积极有效的护理干预, 可进一步提升临床疗效, 促进其肺功能的恢复, 加快病情恢复进程。以此, 本文为探析更有效的护理方案, 研究如下。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

抽取时间为2019年6月至2020年6月期间, 于本院接收的54例COPD患者, 为两组(实验组与对照组)各27例, 对照组平均年龄64.00±4.20岁; 实验组平均年龄65.00±5.76岁; 组间对比(P>0.05)。

1.2 方法

对照组患者应用常规康复干预。向患者宣教相关康复健康知识, 指导进行康复锻炼等。

实验组患者常规康复结合肺康复干预。内容如下所示: ①健康教育指导。患者进行康复训练之前, 宣教相关康复健康知识, 如康复锻炼目的等, 促使其充分掌握相关锻炼方式、动作要领等, 并告知相关注意事项, 树立治疗自信心, 增加危机感, 提高治疗依从性。由专业护理人员, 指导其训练, 并及时纠正其不良锻炼行为, 促使其正确掌握锻炼方法。②肺康复训练。肺康复训练主要为了锻炼患者上下肢。上肢锻炼中, 进行负重训练, 指导患者可通过手持重物(1kg), 自然下垂手臂, 慢慢屈肘, 并加将重物举至与自身肩部相齐, 在此过程中, 放下过程中进行呼吸, 举起吸气, 连续进行15次, 2次/d。下肢锻炼为进行有氧踏板操, 患者站立于踏板前方的中心位置, 左脚下车过程中, 右脚上板, 左右脚互相转换交替, 连续进行30次, 2次/d。③呼吸功能锻炼。护理人员正确指导患者进行缩唇、腹式呼吸锻炼, 其能够自主锻炼时, 予以患者更多的鼓励与支持, 促使其坚持15min, 2次/d, 连续进行锻炼4个月。④饮食干预。结合患者病情恢复情况, 制定个性化饮食干预方案, 并遵守少食多餐原则, 主要以高热量食物为主, 多食用新鲜水果、蔬菜、鱼虾等, 严禁食用油腻、辛辣刺激、生冷食物。⑤心理干预。加强与患者沟通交流, 掌握其不良心理状态, 了解个人真实想法, 解除疑问, 积极进行心理指导, 予以更多的关心、鼓励, 获取信任, 建立良好的护患关系, 缓解负面情绪。

1.3 观察指标

两组护理前后肺功能(FEV₁、FEV₁/FVC)指标情况予以对比。FEV₁: 第1秒钟用力呼气量, FEV₁/FVC: 第1秒钟用力呼气量/用力肺活量。

1.4 统计学分析

本文SPSS21.0实施分析, n对定性资料进行表示, X²检验, t予以检验定量资料, $\bar{x} \pm S$ 表示, P<0.05两组存在差异。

2 结果

比较两组护理前后肺功能指标。护理前, 对比两组FEV₁、FEV₁/FVC, 不存在差异(P>0.05); 护理后, 相对对照组, 实验组均高, 存在差异(P<0.05)。如表1。

表1 比较两组护理前后肺功能指标

组别	例数	FEV ₁ (%)		FEV ₁ /FVC (%)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	27	57.30 ± 7.05	64.20 ± 5.10	53.01 ± 8.45	66.89 ± 8.10
实验组	27	57.90 ± 6.20	70.70 ± 5.02	51.27 ± 8.01	73.60 ± 9.20
t值		0.332	4.720	0.777	2.844
P值		0.741	<0.050	0.441	<0.050

3 讨论

COPD是一种渐行性疾病, 会造成患者产生不同程度的并发症, 如骨骼肌功能下降等, 对其身体健康造成严重影响。胡振红等学者研究发现, COPD患者, 及时予以肺康复护理干预, 可显著改善其生活质量以及运动能力, 认为肺康复有利于缓解患者疲劳、呼吸困难, 改善负面情绪。杨睿等学者研究肺康复干预应用于稳定期COPD中认为“干预后, 观察组FEV₁、FEV₁/FVC较干预前以及对对照组显著提高(P<0.05)”。本研究结果为: 护理后, 相对对照组FEV₁、FEV₁/FVC, 实验组均高(P<0.05)。分析其原因: 肺康复干预为临床中新颖护理模式, 具有针对性、个性化等优势, 主要围绕患者实施干预, 其主要通过健康教育指导、肺部康复训练、呼吸功能锻炼、饮食干预、心理干预为患者提供综合性肺康复护理服务。其中, 通过康复相关健康知识宣教, 指导锻炼方法等, 有利于患者自主进行康复训练, 提高治疗依从性。予以指导针对性的上下肢锻炼、呼吸功能训练等, 有利于恢复患者运动功能, 促进机体毛细血管密度的提高, 改善肌肉细胞代谢能力, 消除呼吸困难, 促进其心、肺功能的恢复。同时, 结合患者病情恢复以不良心理情况, 予以制定针对性的饮食方案, 及时有效心理疏导等, 有利于提高机体抵抗力, 缓解负面情绪, 加快病情恢复进程。综上所述, COPD患者, 干预方式为肺康复, 临床护理效果显著。

参考文献:

- [1] 臧玉, 赵晓霞, 朱利月, 等. 优化肺康复训练对慢性阻塞性肺疾病稳定期患者的临床疗效[J]. 中国慢性病预防与控制, 2019, 27(6): 464-467.
- [2] 杨睿, 张国俊, 陈闪闪, 等. 肺康复干预治疗稳定其慢性阻塞性肺疾病患者的疗效观察[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2018, 40(03): 203-204.