

脑卒中后患者二级预防护理干预的效果观察

马 兰

[摘要] **目的:**观察脑卒中二级预防护理干预对患者的康复、生活及治疗依从性等效果。**方法:**将 180 例脑卒中患者随机分为观察组和对照组各 90 例,两组均建立健康档案,应用脑卒中复发危险因素评估表对出院患者进行评估。观察组根据评估结果进行个体化强化教育和行为干预,对照组实施常规治疗和基本知识健康教育,干预后 3 个月、6 个月收集两组相关资料进行评价。**结果:**观察组在疾病知识掌握正确率、不良生活方式改善情况及治疗依从性方面明显高于对照组($P < 0.01$),观察组脑卒中再发率显著低于对照组($P < 0.05$ 和 $P < 0.01$)。**结论:**二级预防护理干预可有效降低脑卒中再发,提高患者生活质量。

[关键词] 脑血管意外;二级预防;行为干预;护理

[中国图书资料分类法分类号] R 743.3 **[文献标识码]** A

Observation of effect of behavioral intervention of secondary prevention on stroke

MA Lan

(Department of Medicine, Lixin People's Hospital, Lixin Anhui 236700, China)

[Abstract] **Objective:** To explore the risk factors and effectiveness of secondary prevention on stroke to patient's recovery, life quality, treatment compliance. **Methods:** One hundred and eighty patients with stroke were divided into observation group ($n = 90$) and control group ($n = 90$) randomly. Health records were set up and self designed scale for assessment of risk factors of recurrence of stroke was used to assess the patient's general conditions. Individual intensified education and behavior intervention were carried out based on the evaluation in observation group; while routine therapy and essential health education were given to patients in control group. The general evaluation of the collected data was made after 3 months and 6 months. **Results:** In the observation group, the exactitude of mastering knowledge of diseases and correction of non-health habit and compliance were evidently higher than that in control group ($P < 0.01$); and the rate of recurrence of stroke was lower than that in control group ($P < 0.05$ and $P < 0.01$). **Conclusions:** Secondary prevention can effectively reduce the recurrence of stroke and improve the quality of patient's life.

[Key words] cerebrovascular disorders; secondary prevention; intervention mode; nursing

脑卒中复发率相当普遍,再发后导致患者已有的功能障碍进一步加重,并使其死亡率大幅度增加,首次脑卒中后 6 个月内最易复发。因此,在脑卒中首次发病以后应尽早开展二级预防工作。二级预防行为干预目的是为了预防和降低再次发生脑卒中的危险,最大限度地减少脑卒中所致的残疾和血管性痴呆的发生。笔者对脑卒中患者实施二级预防护理干预,取得满意效果,现作报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料 2007 年 1 月至 2008 年 8 月,入住我院神经内科的脑卒中患者 180 例,男 106 例,女 74 例;年龄 37 ~ 80 岁。均符合第 4 届全国脑血管病会议制定的诊断标准^[1],并经头颅 CT 或 MRI 确诊,为首次发病,无精神意识障碍,生命体征平稳。随机分为观察组和对照组各 90 例,对照组采用常规治疗和基本健康指导,观察组在采用常规治疗和基本健康指导的基础上护理干预。两组在性别、年龄、

脑卒中类型、药物治疗、有无并发症、文化程度、经济水平等方面具有可比性。

1.2 护理干预方法

1.2.1 系统培训 观察组入院时由专职护理人员对患者和家属进行脑血管病二级预防的系统培训。应用简便可行的方法,包括预先印制好的健康教育单、口袋卡片印有目标药物的用药流程。采取有效地互动方式,患者门诊随访卡及患者日记,在患者住院期间向患者分发,并于出院后采用电话联系、门诊复查的方式进行再培训。

1.2.2 药物应用 教育患者及家属认识到高血压、糖尿病需终身治疗,要遵医嘱有针对性地全程足量的药物治疗,以提高患者的依从性。对于血压高于正常的患者,要指导其合理用药,教会家属正确测量血压,不可随意增减药量。糖尿病患者要严格控制饮食,做到定时定量,正确使用降糖药物,定时检测血糖、尿糖及糖化血红蛋白,在医生的指导下调整药物剂量。应用抗血小板药物,指导患者不随意停药。

1.2.3 饮食调整 养成良好的饮食习惯。首先建立合理的膳食模式,限制钠盐的摄入,采用低脂低热

[收稿日期] 2009-04-17

[作者单位] 安徽省利辛县人民医院 内二科,236700

[作者简介] 马 兰(1962-),女,主管护师。

量饮食,适量摄入蛋白质,多吃蔬菜、水果,不暴饮暴食,不滥用补品和补药。

1.2.4 戒烟限酒 通过一对一的形式和电话回访方式对患者进行行为控制。

1.2.5 功能锻炼 对肢体障碍患者和家属进行康复训练指导。先叙述并示范,促使患者和家属掌握。训练要循序渐进、由简到繁。包括被动、主动运动,体位变化训练,坐、站转移训练,站立平衡训练、步行训练、日常生活活动等训练。

1.2.6 定期检查 按时复诊,及时调整用药,进行健康教育再培训。

1.3 统计学方法 采用 χ^2 检验。

2 结果

观察组患者干预后第 6 个月在遵医嘱服药、饮食调整、戒烟限酒、功能锻炼、定期检查方面,各项执行人数均显著高于对照组($P < 0.01$) (见表 1)。干预后 3 个月和 6 个月再发病人均低于对照组($P < 0.05$ 和 $P < 0.01$) (见表 2)。

表 1 两组患者护理干预效果比较(n)

分组	n	药物应用	饮食调整	戒烟限酒	功能锻炼	定期检查
观察组	90	74	61	54	63	62
对照组	90	56	39	34	38	41
合计	180	130	100	88	101	103
χ^2	—	8.97	10.89	8.89	14.10	10.01
P	—	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01

表 2 两组再发率比较(n)

分组	n	干预后 3 个月	干预后 6 个月
观察组	90	10	18
对照组	90	21	36
合计	180	31	44
χ^2	—	4.72	8.57
P	—	<0.05	<0.01

3 讨论

据有关文献报道,在脑卒中患者中,有近 50% 为再发病人,对于康复的脑卒中患者,再发无疑是一次重大的打击。目前已经明确高血压、心脏病和糖尿病是脑卒中的三大危险因素,在脑卒中患者中,有相当一部分人存在这些危险因素,也存在导致这些疾病的不良行为^[2]。任何疾病的医治都离不开医患双方的努力,脑卒中的二级预防尤其如此。对医护人员讲,脑梗死急性期是二级预防的最佳时机,应

该在采取急性期溶栓等急救措施的同时,有效制定脑血管病系统预防策略。接受脑血管病二级预防的系统培训。联合应用 5 项措施(饮食调整、锻炼、阿司匹林、他汀类药物和降压药物),能协同降低卒中中复发的相对危险性,如果再兼用抗凝、控制血糖、戒烟和外科治疗,对于高危患者能够获得更大益处^[3]。

近年来,大规模的流行病学调查和几种疾病死因分析证实,由于不良生活方式导致的疾病占死因的 48.9%,吸烟、酗酒、饮食过度、吸毒、纵欲等已成为影响健康、造成疾病的主要因素^[4]。吸烟可引起血管狭窄和血流动力学改变。过量饮酒可增高卒中风险,少量饮酒对脑卒中有保护作用^[5]。通过护理干预,观察组戒烟率达 65%,远高于对照组。

二级预防行为干预可以提高脑卒中患者药物应用的依从性,很好地控制再发的危险因素,增加对脑卒中特定知识的认识,能够按时按量口服阿司匹林、他汀类药物和降压药物。有资料^[5]指出,降低血压可以减少脑卒中再发以及包括心肌梗死在内的联合血管事件的发生率;阿司匹林可使既往有缺血性卒中或有短暂性脑缺血发作(TIA)病史的患者严重血管事件风险降低约 13%,阿司匹林作为缺血性卒中中二级预防的有效药物,已为大家所公认^[6]。有学者建议,有 TIA、缺血性脑卒中史或有脑血管病高危因素的患者,无论其血清胆固醇水平如何,均应使用他汀类药物^[7]。

建立合理的膳食模式,调整饮食也非常重要。动态观察膳食结构的变化,限制饮酒。在合理饮食的同时,还要经常参加体力劳动和体育锻炼,促进热量的消耗,减少多余的脂肪,控制体重,增强体力。

定期检查,加强对出院卒中患者进行连续动态的疾病观察、治疗、康复和健康指导,同时也加强脑卒中复发危险因素的管理。对患者和家属进行特定相关知识和康复训练的指导,加强护患沟通,充分调动患者和家属的积极性,形成一种对疾病合作管理的干预模式^[1]。本文结果表明,两组脑卒中患者在干预 6 个月时间内,在药物应用、饮食调整、戒烟限酒、功能锻炼、定期检查方面与对照组比较差异均有统计学意义($P < 0.01$),说明二级预防护理干预可以提高脑卒中患者的遵医行为,同时提高患者的积极应对能力。通过对脑卒中的再发危险因素进行综合干预,很好地控制再发的危险因素,增加对脑卒中特定知识的认识,改变不良的生活方式,再发率降低($P < 0.05$ 和 $P < 0.01$),为管理脑卒中患者提供了一种最有效、最经济、最可行的方法,有一定的临床价值。

[文章编号] 1000-2200(2009)09-0840-03

· 护理学 ·

乳腺癌手术患者焦虑抑郁状况及相关因素分析

陈永侠¹, 杨秀木^{2,3}, 况静英¹, 韩布新³

[摘要] 目的: 确定乳腺癌手术患者焦虑、抑郁状况及主要相关因素, 为临床心理干预提供依据。方法: 采用焦虑自评量表、抑郁自评量表及自行设计的调查问卷, 对 230 例术后患者进行焦虑、抑郁评定和相关因素的分析。结果: 乳腺癌患者焦虑和抑郁的发生率分别为 56.09%、49.57%。乳腺癌手术患者常见焦虑、抑郁情绪的相关因素为年龄、文化程度、付费形式、家庭月收入、肿瘤分期等。结论: 乳腺癌患者焦虑、抑郁的发生率较高, 临床护理中要加强心理干预, 以改善围手术期乳腺癌患者的心理状态。

[关键词] 乳腺肿瘤; 焦虑; 抑郁; 围手术期

[中国图书资料分类法分类号] R 737.9 **[文献标识码]** A

Anxiety and depression status of patients with breast cancer and analysis of the related factors

CHEN Yong-xia¹, YANG Xiu-mu^{2,3}, KUANG Jing-ying¹, HAN Bu-xin³

(1. Department of Surgical Oncology, Affiliated Hospital of Bengbu Medical College, Bengbu Anhui 233004; 2. Faculty of Nursing, Bengbu Medical College, Bengbu Anhui 233030; 3. Chinese Academy of Sciences, Institute of Psychology, Beijing 100101, China)

[Abstract] **Objective:** To evaluate the status of anxiety and depression of patients with breast cancer, and analyze the related factors.

Methods: The self-rating anxiety scale, self-rating depression scale and a self-designed questionnaire were used to investigate 230 patients with breast cancer. **Results:** The incidence of anxiety and depression in patients with breast cancer were 56.09% and 49.57% respectively. The related factors included age, educational level, pay forms, the monthly income of family and tumor staging and so on.

Conclusions: The incidences of anxiety and depression of patients with breast cancer are relatively higher. To improve the psychological state of them, psychological intervention should be strengthened in the perioperative period of patients with breast cancer.

[Key words] breast neoplasms; anxiety; depression; perioperative period

乳腺癌是女性常见的恶性肿瘤之一, 是一种严重威胁女性生命的疾病^[1]。目前人类尚未彻底了解乳腺癌的病因及寻找出有效的预防乳腺癌的手段, 全球乳腺癌发病率呈明显上升趋势^[2-4]。与此同时, 在过去的 10 年中, 对乳腺癌的外科手术治疗和系统治疗方案的改变, 已经使乳腺癌患者的病死率下降了 25%^[5], 生存率也有了较大程度的提高。乳腺癌疾病本身及其治疗过程给患者的身心健康以

及她们的家庭、社会经济状况带来了许多危害, 心理健康不仅是生活质量的重要组成部分, 也可能成为影响其生活质量和预后的重要因素^[6]。本研究以 230 例乳腺癌患者为对象, 调查患者的焦虑、抑郁状况及其相关因素, 旨在为乳腺癌患者心理干预研究提供理论基础。

1 资料与方法

1.1 研究对象 来源于 2007 年 1~12 月在蚌埠医学院第一附属医院住院并已经确诊为乳腺癌的患者, 最终入选 230 例, 均为女性。被试对象采取自愿的原则, 保证其中途退出的权利, 并签署知情同意书。年龄 32~71 岁; 文化程度: 小学 19 例, 中学 160 例, 大学及以上 51 例; 医疗付费形式: 城市职工医保 130 例, 农村合作医疗 70 例, 完全自费 30 例; 婚姻

[收稿日期] 2009-06-05

[基金项目] 安徽省教育厅自然科学研究资助项目(2006kj126C)

[作者单位] 1. 蚌埠医学院第一附属医院 肿瘤外科, 安徽 蚌埠 233004; 2. 蚌埠医学院 护理学系, 安徽 蚌埠 233030; 3. 中国科学院心理研究所, 北京 100101

[作者简介] 陈永侠(1972-), 女, 主管护师。

[通讯作者] 杨秀木, 副教授, 研究方向: 临床心理护理。

【参 考 文 献】

[1] 周宏珍, 郭遂群, 蔡文智, 等. 脑卒中病人不良行为的社区护理干预[J]. 护理研究, 2006, 20(3): 661-662.

[2] 林豪杰, 汪 昕. 缺血性脑卒中二级预防药物干预的循证医学证据[J]. 中华老年心脑血管病, 2008, 10(1): 4-6.

[3] 李 萍, 李 红. 脑卒中的不良生活方式调查与健康教育[J]. 医学创新研究, 2007, 4(5): 90-91.

[4] 澳大利亚国家卒中基金会专家组. 急性卒中临床处理指南

[J]. 国际脑血管杂志, 2008, 16(9): 665-670.

[5] 葛北海. 阿司匹林预防缺血性脑卒中复发失败的原因分析[J]. 海南医学院学报, 2007, 13(5): 439-441.

[6] 冯立群, 张 苗. 他汀类药物在缺血性脑血管病二级预防中的作用[J]. 中华预防医学杂志, 2006, 40(1): 64-66.

[7] 叶凤英, 艾桂君, 王晓华, 等. 脑卒中二级预防行为干预效果评价[J]. 中国实用护理杂志, 2008, 24(6): 17-18.