

· 论著 ·

康复运动训练护理对慢性肾衰竭患者日常生活活动能力及负性情绪的影响观察

陈晓华*

漯河市郾城区第二人民医院内科 (河南 漯河 462300)

【摘要】目的 观察康复运动训练护理对慢性肾衰竭(CRF)患者日常生活活动能力及负性情绪的影响。方法 选择2018年5月至2019年5月入住我院的60例CRF患者为研究对象,按随机数表分为试验组和对照组各,30例,对照组给予常规康复护理干预,试验组在对照组基础上进行康复运动训练护理干预。比较干预前和干预2周后,两组患者日常生活活动能力(ADL)[改良Barthel指数(MBI)]及负性情绪[综合性医院焦虑抑郁量表(HAD)]评分变化。结果 干预2周后,两组患者MBI评分较干预前显著升高,试验组明显高于同一时间对照组($P<0.05$);HAD(a)、HAD(d)评分较干预前显著降低,且试验组各项评分明显低于同一时间对照组($P<0.05$)。结论 康复运动训练护理能显著提升CRF患者日常生活活动能力,改善负性情绪,对患者预后恢复有利。

【关键词】康复运动训练;慢性肾衰竭;日常生活活动能力;负性情绪

【中图分类号】R692.5; R493

【文献标识码】A

DOI:10.3969/j.issn.1009-3257.2021.01.045

Effects of Rehabilitation Exercise Training Nursing on Activities of Daily Living and Negative Emotions of Patients with Chronic Renal Failure

CHEN Xiao-hua*

Department of Internal Medicine, Luohe Yancheng District Second People's Hospital, Luohe 462300, Henan Province, China

Abstract: Objective To observe the effects of rehabilitation exercise training nursing on daily living activities and negative emotions of patients with chronic renal failure (CRF). **Methods** Sixty CRF patients admitted to our hospital from May 2018 to May 2019 were selected as the research subjects. They were divided into the experimental and control groups according to the random number table method, with 30 cases in each group. The control group was given routine rehabilitation nursing intervention while experimental group was given rehabilitation exercise training nursing intervention based on the control group. The activities of daily living (ADL) [Modified Barthel Index (MBI)] and scores of negative emotions [Hospital Anxiety and Depression Scale (HAD)] were compared between the two groups before the intervention and after two weeks of intervention. **Results** After two weeks of intervention, the MBI score in the two groups was significantly increased compared with that before the intervention, and the score in the experimental group was significantly higher than that in the control group at the same time point ($P<0.05$). The scores of HAD (a) and HAD (d) were significantly decreased compared with those before intervention, and the scores in the experimental group were significantly lower than those in the control group at the same time point ($P<0.05$). **Conclusion** Rehabilitation exercise training nursing can significantly improve the activities of daily living and promote negative emotions of CRF patients, and it is beneficial to the prognosis and recovery of patients.

Keywords: Rehabilitation Exercise Training; Chronic Renal Failure; Activities of Daily Living; Negative Emotions

慢性肾衰竭(chronic renal failure, CRF)是由多种病因引起的肾结构损伤、功能缺失,从而导致机体水电解质代谢紊乱、内分泌功能失调以及全身性系统受阻的持续性肾病^[1]。血液透析(HD)、腹膜透析(PD)等肾替代疗法治疗CRF效果显著,但肾功能无法被完全替代,患者生活自理能力低下,长期透析对患者及家庭产生沉重负担,造成负性情绪高涨。康复运动训练通过患者进行肢体协调训练与运动耐力锻炼,可提高患者生活质量,改善精神状态^[2]。本研究通过对60例CRF患者分别进行常规康复护理与康复运动训练护理,探究两种护理方式对CRF患者日常生活活动能力及负性情绪的影响差异。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2018年5月至2019年5月入住我院的60例CRF患者为研究对象,按随机数表分为试验组和对照组各30例。纳入标准:符合2011年中华医学会《临床诊疗指南肾脏病学分册》诊断标准^[3];自愿接受本研究护理试验;住院时间>2周。排除标准:存在意识障碍;合并严重脏器疾病;无法接受透析手术者。试验组男性17例,女性13例;年龄34~71岁,平均年龄(47.86 ± 5.61)岁;病程3~10年,平均病程(5.74 ± 1.88)年。对照组男性18例,女性12例;年龄36~73岁,平均年龄(48.81 ± 6.02)岁;病程2~9年,平均病程(5.45 ± 1.73)年。两组患者一般资料比较差异无统计学意义($P>0.05$),具有可比性。

【第一作者】陈晓华,女,主管护师,主要研究方向:普通内科。E-mail: lhchenxiaohua@sina.com

【通讯作者】陈晓华

1.2 方法 对照组患者给予常规护理干预,包括透析护理、营养支持等。试验组进行康复运动训练护理干预,具体方法如下:(1)床上运动:患者在护理人员帮助指导下进行翻身动作,并活动上下肢、脚踝关节以及胸、肩等部位;(2)

体操运动：指导患者做伸展、跳跃、整理等体操运动项目，并训练身体柔韧性；(3)室外体力训练：协助患者在卧式踏板车装置上进行蹬车运动，并定期开展室外散步、爬楼梯等有氧锻炼。所有训练项目每周进行4次，训练期间所有患者实施心率监测，出现心率过高或低血糖症状立即停止训练并采取妥善应急措施。

1.3 评估标准 (1)日常生活活动能力(ADL)：采用改良Barthel指数(MBI)^[4]进行评估。MBI通过对进食、洗澡等10项日常活动的独立程度进行等级评分，总分0~100分。总分>60分表示有轻度功能障碍，41~60分表示有中度功能障碍，总分<40分表示有重度功能障碍。(2)负性情绪：采用综合性医院焦虑抑郁量表(HAD)^[5]进行评估。HAD共有14个条目，每条目采用0~3分四级评分，其中焦虑亚量表[HAD(a)]7个条目评估焦虑情绪，抑郁亚量表[HAD(d)]7个条目评估抑郁情绪。评分<8分表示情绪正常，≥8分表示存在焦虑、抑郁情绪。

1.4 观察指标 比较干预前与干预2周后，两组患者ADL(MBI)及负性情绪(HAD)评分变化。

1.5 统计学分析 通过SPSS 19.0对试验数据进行统计学分析，计数资料以百分率(%)表示，采用 χ^2 检验；计量资料以($\bar{x} \pm s$)表示，组内及组间进行t检验，以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 ADL与负性情绪评分比较 干预2周后，两组患者MBI评分较干预前显著升高，试验组明显高于同一时间对照组($P < 0.05$)；HAD(a)、HAD(d)评分较干预前显著降低，试验组明显低于同一时间对照组($P < 0.05$)，见表1。

表1 两组患者MBI、HAD评分比较($\bar{x} \pm s$, 分, $n=30$)

组别	时间	MBI	HAD(a)	HAD(d)
试验组	干预前	58.45±6.87	10.68±2.27	9.42±2.11
	干预2周后	82.26±8.15	7.66±1.89	7.27±1.80
	t	12.235	4.858	4.246
对照组	干预前	60.32±6.91	10.59±2.23	9.36±2.13
	干预2周后	70.11±7.23	8.96±2.17	8.15±1.97
	t	5.362	2.869	2.284
t组间	P	<0.001	<0.001	<0.001
	t组间	6.108	2.474	2.410
	P组间	<0.001	0.016	0.019

3 讨论

CRF患者日常生活活动能力低下，焦虑、抑郁等负性情绪长期存在，生活质量较差，因此对其进行优质护理干预必要性很大。

康复运动训练通过阶梯化、精细化运动训练，对增强患者身体协调性、运动能力以及运动耐力，改善心理状态和生活质量有一定促进效果^[6]。本研究结果显示，干预2周后，两组患者MBI评分较干预前显著升高，且试验组明显高于同一时间对照组。这表明康复运动训练护理较常规护理更能有效提升CRF患者ADL水平。这与陈红霞等^[7]研究结论类似，均提示通过运动训练等康复护理能显著提高患者ADL水平，增强运动能力。探究其原因认为，康复运动训练通过对患者肢体、关节、肌肉等进行有规律活动训练，增强了机体协调性和神经细胞活性，利用重复性刻意训练提高了日常生活活动的掌握熟练度，从而提升ADL水平。

李建华等^[8]研究指出，运动康复疗法可以调整患者心理状态，有利于患者早日恢复。本研究发现，干预2周后，两组患者HAD(a)、HAD(d)评分较干预前显著降低，且试验组明显低于同一时间对照组。这表明康复运动训练较常规护理能更有效缓解CRF患者焦虑、抑郁等负性情绪。究其原因，经过运动训练，患者身体机能得到恢复，生活活动能力显著提升，重建康复希望和生活信心，负性情绪随之得以改善。

综上所述，康复运动训练对提升CRF患者日常生活活动能力、改善负性情绪效果突出，能促进患者生活质量提高和身体恢复，值得临床推广。

参考文献

- [1] 张超, 张春艳, 周玮莎, 等. 济生肾气丸合真武汤加减治疗脾肾阳虚型慢性肾衰竭的临床观察[J]. 中国中西医结合肾病杂志, 2015, 16(12): 1084-1085.
- [2] 周文, 肖登. 慢性心脏衰竭康复运动训练模式的研究进展[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2016, 38(1): 76-78.
- [3] 陈香美. 临床诊疗指南肾脏病学分册[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2011: 15-18.
- [4] 何爱群, 黎景波, 聂天翠, 等. 团体改良限制-诱导运动疗法对脑卒中后上肢功能障碍的疗效研究[J]. 中国康复, 2018, 33(6): 443-447.
- [5] 董丽平, 石元洪, 童萍, 等. 维持性血液透析患者抑郁情绪对疲劳状况的影响[J]. 中国中西医结合肾病杂志, 2016, 17(10): 901-904.
- [6] 贾秀贤, 雷少军, 刘卫霞, 等. 早期康复训练在脑卒中偏瘫患者治疗中的应用[J]. 广东医学, 2016, 37(18): 2806-2808.
- [7] 陈红霞, 杨志敬, 潘锐焕, 等. 中西医结合康复方案对脑卒中后偏瘫患者运动功能、日常生活活动能力和生活质量的影响[J]. 中国中西医结合杂志, 2016, 36(4): 395-398.
- [8] 李建华, 陈兰, 米康, 等. 综合性康复训练联合心理干预对脑梗塞偏瘫患者负性情绪及日常生活能力和运动功能的影响[J]. 国际精神病学杂志, 2019, 46(1): 168-171.

(收稿日期: 2019-12-08)