

· 论著 ·

游戏式肺康复训练在COPD稳定期护理中的应用

曾兆玲*

南阳市中心医院呼吸内科二病区 (河南 南阳 473000)

【摘要】目的 分析游戏式肺康复训练在慢性阻塞性肺疾病(COPD)稳定期患者康复训练中的恢复效果和应用。**方法** 根据随机及自愿原则将本院2018年1月至2019年1月期间收录的80例COPD患者分成对照组与观察组, 对照组与观察组各40例。对照组进行常规护理, 观察组进行游戏式肺康复训练。训练周期六个月, 比较两组患者的肺部功能情况及自我护理能力情况。**结果** 两组患者经过康复训练后, 肺功能及自护能力都明显优于训练前, 其中观察组指标明显优于对照组($P<0.05$)。**结论** 对COPD稳定期患者进行游戏式肺康复训练, 能明显提升患者肺功能及自护能力, 在COPD稳定期护理中具有重要意义。

【关键词】 游戏式肺康复训练; 慢性阻塞性肺疾病稳定期

【中图分类号】 R473.5; R562

【文献标识码】 A

DOI:10.3969/j.issn.1009-3257.2021.01.032

Application of Play Pulmonary Rehabilitation Training in Nursing of Stable COPD

ZENG Zhao-ling*

Department of Respiratory Medicine, Nanyang Central Hospital, Nanyang 473000, Henan Province, China

Abstract: Objective To analyze recovery effect and application of play pulmonary rehabilitation training for patients with stable chronic obstructive pulmonary disease (COPD). **Methods** According to random and voluntary principles, 80 COPD patients admitted to the hospital from January 2018 to January 2019 were divided into the control group and observation groups, with 40 cases in each group. The control group was given routine nursing, while the observation group was given play pulmonary rehabilitation training. The training period was six months. The pulmonary function, quality of life and self-care ability were compared between the two groups. **Results** After rehabilitation training, pulmonary function and self-care ability in both groups were significantly improved. The indexes in the observation group were significantly better than those in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Play pulmonary rehabilitation training for patients with stable COPD can significantly improve their pulmonary function, improve quality of life and self-care ability, which is of great significance in nursing of stable COPD.

Keywords: Play Pulmonary Rehabilitation Training; Stable COPD

慢性阻塞性肺疾病(chronic obstructive pulmonary disease, COPD)是一种呼吸系统常见的慢性疾病, 病情易反复, 致死率高, 严重损伤患者的心肺功能^[1]。有研究表明肺康复训练能显著提高患者肺功能, 改善预后, 延缓病情, 提高自理能力, 实现自我管理^[2]。目前临床上的肺康复项目主要包括运动康复、教育指导、心理干预等, 但关于游戏式肺康复训练的研究较少, 本研究旨在研究游戏式肺康复训练在COPD稳定期护理中的效果与应用。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取2018年1月至2019年1月期间经本院诊治的COPD稳定期患者80例, 根据随机及自愿原则分成对照组与观察组, 各40例。对照组男性21例, 女性19例, 平均年龄(59.08 ± 7.67)岁; 观察组男性22例, 女性18例, 平均年龄(57.67 ± 9.37)岁, 经计算年龄和性别差异不明显($P>0.05$)。纳入标准: 符合2011年COPD全球诊断标准及

对病情分期的划分^[3-4], 处于COPD稳定期的患者; 愿意配合并支持康复治疗, 并签署知情同意书; 未参与其他康复治疗。排除标准: 身体重要器官发生严重病变; 血液系统疾病; 自理能力差, 理解障碍, 精神异常。本研究已取得伦理委员会认可。

1.2 方法 两组患者均采取营养支持、抗感染的治疗, 对呼吸道不畅者及痰稠者, 口服盐酸氨溴索(北京韩美药品有限公司, 国药准字H20073956), 3次/d, 10mL/次。对照组进行常规护理, 包括康复指导、健康咨询教育、心理支持等, 一个月对患者进行一次电话随访, 观察组进行游戏式肺康复训练, 即采取游戏的形式进行主动训练, 游戏的设计要充分考虑到患者的年龄、性格、情绪等因素。

1.3 观察指标 肺功能检测: 利用肺功能仪(型号: MS-10S)分别测定两组患者干预前后肺功能水平, 获取患者第1秒用力呼气容积(FEV₁)、第1秒用力呼气量占用力肺活量比率(FEV₁/FVC)两项指标值; 自护能力测评: 根据自护能力量表评定两组患者四项自护能力^[5]。

【第一作者】 曾兆玲, 女, 护师, 主要研究方向: 呼吸内科疾病。E-mail: 921297076@qq.com

【通讯作者】 曾兆玲

1.4 统计学处理 利用SPSS 23.0软件进行数据统计分析, 计量数据采用($\bar{x} \pm s$)来表示, t检验; $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组数据肺功能比较 干预前2组FEV₁、FEV₁/FVC对比差异不明显($P > 0.05$), 在经过6个月的康复训练后, FEV₁、FEV₁/FVC两项指标均要高于治疗前($P < 0.05$), 其

中观察组治疗后这三项指标要明显高于对照组, 差异显著($P < 0.05$), 见表1。

2.2 两组自护能力比较 由表2可知, 两组患者健康知识、自我概念、自护责任感、自护技能四项自护能力在干预前差异无统计学意义($P > 0.05$); 经过半年的康复训练后四项自护能力分值均高于干预前, 差异具有统计学意义($P < 0.05$), 且观察组明显高于对照组, 差异具有统计学意义($P < 0.05$)。

表1 两组患者干预前后肺功能变化情况比较($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	FEV ₁ (L)		FEV ₁ /FVC	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	40	1.31±0.25	1.49±0.38 [*]	38.76±5.03	53.56±4.91 [*]
观察组	40	1.29±0.21	1.81±0.39 [*]	38.42±4.32	71.02±5.92 [*]
t		0.387	4.065	0.324	14.358
P		0.700	0.004	0.747	0.000

注: *表示与干预前相比, 差异具有统计学意义($P < 0.05$)。下同。

表2 两组患者干预前后四项自护能力评分比较($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	健康知识		自我概念		自护责任感		自护技能	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	40	18.12±2.75	21.28±3.32 [*]	17.03±2.13	21.26±3.51 [*]	15.48±2.37	17.72±3.48 [*]	26.27±2.37	30.22±3.12 [*]
观察组	40	18.26±2.71	24.02±3.53 [*]	17.32±2.18	25.02±4.15 [*]	16.23±2.07	21.02±3.18 [*]	27.14±2.21	35.17±3.29 [*]
t		0.229	3.576	0.602	4.375	1.507	4.427	1.700	6.905
P		0.819	0.001	0.549	0.000	0.136	0.000	0.094	0.000

3 讨论

慢阻肺属于呼吸系统常见疾病之一, 容易反复发作, 预后效果差^[6], COPD患者肺功能康复训练的成效与预后紧密相关, 同时患者自护能力增加, 能增强康复训练效果, 推动预后, 进而提高患者生活质量及精神状态^[7]。且COPD稳定期是康复的关键时期, 这个阶段患者大多在家中休养, 相比于在医院期间, 失去了对医护人员的依赖, 患者参与积极性不高, 加之自己掌握的护理技能少, 在家康复期间很难满足全面的护理要求, 影响了患者的康复^[8]。本研究结果显示, 观察组COPD患者的肺功能水平明显改善, 与常规护理相比效果更明显, 且观察组患者四项自护能力分值均显著高于常规训练组, 表明游戏式肺康复训练能使患者自护能力显著提升, 促使患者积极进行康复训练, 从而使肺功能情况充分改善。主要是因为本研究将游戏运用于康复训练, 增强了康复训练的趣味性, 极大地提高了参与者的积极性, 增强了治疗的信心, 从而改善了护理效果。

综上所述, 游戏式肺康复训练, 能明显改善COPD稳定期患者肺功能及自护能力, 在COPD稳定期护理中具有重要意义, 值得临床推广与应用。

参考文献

- [1] 蔡柏蔷. 慢性阻塞性肺疾病诊断、处理和预防全球策略(2017GOLD报告)解读[J]. 国际呼吸杂志, 2017, 37(1): 6-17.
- [2] 周蔚, 朱黎明, 曾丹, 等. 呼吸肌训练在慢性阻塞性肺疾病肺康复中的应用及研究进展[J]. 中国医师杂志, 2017, 19(11): 1627-1630.
- [3] 银杉. 慢性阻塞性肺病诊疗规范(2011年版)[M]. 北京: 卫生部办公厅, 2011: 10-12.
- [4] 中华医学会呼吸病学分会慢性阻塞性肺疾病学组. 慢性阻塞性肺疾病诊治指南(2013年修订版)[J]. 中华结核和呼吸杂志, 2013, 36(4): 255-264.
- [5] 郭丽娜, 刘堃, 郭启云, 等. 中文版老年人自我护理能力量表的信效度研究[J]. 中华护理杂志, 2015, 50(8): 1009-1013.
- [6] Rabe KF, Watz H. Chronic obstructive pulmonary disease[J]. Lancet, 2017, 389(10166): 1931-1940.
- [7] Garvey C, Bayles M P, Hamm L F, et al. Pulmonary rehabilitation exercise prescription in chronic obstructive pulmonary disease[J]. J Cardiopulm Rehabil Prev, 2016, 36(2): 75-83.
- [8] 孙晓萍, 严静静. 团队式授权教育在COPD稳定期患者肺康复训练中的应用[J]. 护理实践与研究, 2018, 15(1): 53-55.

(收稿日期: 2019-09-09)