

护理干预对乙肝肝硬化患者自我管理行为和心理弹性的影响

罗庭香, 周宏, 郑世林

普洱市人民医院 云南普洱

【摘要】目的 探讨乙肝肝硬化患者采取护理干预对其自我管理行为、心理弹性的影响。**方法** 选取 2023 年 1 月至 2024 年 12 月收治的乙肝肝硬化患者 90 例, 随机分为观察组 (综合护理干预) 和对照组 (常规护理) 各 45 例, 对比效果。**结果** 观察组自我管理行为、心理弹性以及生活质量评分均高于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 综合护理干预可有效改善乙肝肝硬化患者的自我管理行为, 提高心理弹性, 提升生活质量, 效果良好。

【关键词】 自我管理行为; 生活质量; 乙肝肝硬化; 心理弹性; 护理干预

【收稿日期】 2025 年 5 月 15 日

【出刊日期】 2025 年 6 月 16 日

【DOI】 10.12208/j.jmmn.20250321

Effect of nursing intervention on self-management behavior and mental resilience of patients with hepatitis B cirrhosis

Tingxiang Luo, Hong Zhou, Shilin Zheng

Pu'er People's Hospital, Pu'er, Yunnan

【Abstract】Objective To explore the effect of nursing intervention on self-management behavior and psychological resilience in hepatitis B cirrhosis. **Methods** 90 patients with hepatitis B cirrhosis admitted from January 2023 to December 2024 were selected and randomly divided into 45 cases of observation group (comprehensive nursing intervention) and control group (routine nursing). **Results** The self-management behavior, resilience, and quality of life scores of the observation group were higher than the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Comprehensive nursing intervention can effectively improve the self-management behavior of hepatitis B cirrhosis patients, improve the psychological elasticity, and improve the quality of life, with good results.

【Keywords】 Self-management behavior; Quality of life; Hepatitis B cirrhosis; Psychological resilience; Nursing intervention

肝脏既是人体十分重要的代谢器官, 同样也是十分关键的解毒器官, 若其出现病变则会对机体健康产生严重威胁^[1]。乙肝肝硬化因乙肝病毒持续感染所导致, 属于一种慢性疾病, 在全球特别是我国存在较高发病率。我国乙肝病毒携带者存在比较大的基数, 多数患者会变为乙肝肝硬化。在病情的不断发展下, 患者会有多种症状, 如腹胀、乏力等, 在改变其生活方式的同时也加重其心理负担^[2]。对于该类患者来讲, 有效治疗很重要, 同时自我管理一样重要。自我管理包含多个方面, 如掌握疾病知识合理饮食运动等, 既可以延缓病情发展, 也可以降低并发症。患者应对疾病压力时的适应恢复能力与心理弹性密切相关^[3]。心理弹性越高, 患者的心态就越好, 而良好的心态对于提升生活质量起着积极的作用。然而临床研究发现, 乙肝肝硬化患者常常伴

随自我管理行为不足、心理弹性低的情况。所以, 为了寻找有效的干预措施而使现状得到改善, 本文对该类患者采取综合护理干预, 分析对自我管理行为、心理弹性的影响, 如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

2023 年 1 月至 2024 年 12 月, 90 例乙肝肝硬化患者, 随机分为观察组 45 例, 男 25 例, 女 20 例, 平均年龄 (48.55 ± 3.25) 岁; 对照组 45 例, 男 26 例, 女 19 例, 平均年龄 (49.44 ± 2.14) 岁, 两组资料对比 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组: 常规护理, 包括观察且评估患者病情, 为患者讲解疾病知识, 营养支持、管理药物等。

观察组: 综合护理干预, 包括 (1) 健康教育: 本次研究为了使乙型肝炎肝硬化患者管理疾病能力、自我认知水平进一步提升, 我们组成一个小组, 其中包含健康管理师、资深护士、肝病专家。小组成员均有十分丰富的临床经验, 采取多种方式对患者、家属介绍有关疾病知识, 其中宣教方式包括图文并茂手册、小组讲座等。疾病相关知识包括乙肝病毒的传播、各阶段症状、目前治疗的最新方案、日常预防措施(如家庭消毒方法等)。通过上述操作旨在让患者可以在理论方面、实践方面均有比较深入的理解、掌握。同时也要告知患者定时复查的必要性, 鼓励其积极开展健康管理, 及时发现异常而采取针对性处理。(2) 心理干预: 因该类患者的病情处于反复发作的状态, 而且伴随治疗周期长等特点, 因此该类患者常常伴随焦虑等心理问题。所以, 本研究中为患者实施心理评估和干预的人员具备心理学背景, 给予一对一方式。先聆听患者心中疑惑, 再通过放松训练等心理治疗措施使患者心态得到有效调节, 减轻不良情绪, 增加治疗疾病的自信。(3) 行为指导: 在干预过程中重视以细节为入手点, 为患者设计专属的康复方案。首先应该保证患者对于医嘱存在正确的理解, 随之严格执行, 如正确应用抗病毒药物等, 防止药物不当而出现副作用或者加重病情。其次营养师按照患者目前的病情需求、营养情况, 设计针对性的饮食计划, 协助患者进食高维生素、高蛋白以及低脂肪的食物, 防止进食刺激、油腻、辛辣食物, 加快修复肝脏。并且, 告知患者作息保持规律性同样重要, 告知患者尽可能确保其具有足够的睡眠时间, 不可出现不良的生活习惯, 如过度劳累等。另外, 鼓励患者可进行一定的体育锻炼, 散步等均为首选, 进而提升体质, 提升生活质量。

(4) 随访管理: 通过建立随访管理机制使患者在出院后始终可以获得有效且不间断的健康支持。为患者建立指定的随访热线, 同时为其建立电子档案, 利用互联网等方式与患者随时联系, 知晓其康复和用药情况, 掌握其心态、生活中问题。及时对其进行问题的指导, 若有需要可进行复诊或者更改治疗计划。且结合患者的具体情况对随访内容、次数进行一定调整, 保证患者获得的护理工作有效且针对性。

1.3 观察指标

自我管理行为^[4] (CSMS 评价, 包含日常生活等方面, 分数越高说明自我管理越好)、心理弹性^[5] (CD-RIS 评价, 包含个人能力等, 分数越高说明心理弹性越好)、生活质量^[6] (GQOL-74 评价, 含心理功能等维度, 分数越高说明生活质量越好)。

1.4 统计学处理

SPSS23.0 分析数据, 计数、计量 (%)、($\bar{x} \pm s$) 表示, 行 χ^2 、t 检验, $P < 0.05$ 统计学成立。

2 结果

2.1 比较两组自我管理行为评分

护理后, 组间比较 ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 比较两组心理弹性量表评分

护理前, 观察组: 个人能力评分 (25.31 ± 4.09) 分、适应能力评分 (20.34 ± 3.87) 分、总分 (45.72 ± 5.14) 分, 对照组: (26.13 ± 4.29) 分、(20.05 ± 3.89) 分、(46.07 ± 5.24) 分, 组间比较 ($t = 0.863/0.328/0.287$, $P > 0.05$); 护理后, 观察组: (38.09 ± 4.25) 分、(35.45 ± 4.01) 分、(73.29 ± 5.33) 分, 对照组: (34.04 ± 4.05) 分、(30.54 ± 4.37) 分、(65.17 ± 5.27) 分, 组间比较 ($t = 4.297/5.157/6.726$, $P < 0.05$)。

表 1 两组自我管理行为评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

指标	时间	观察组 (n=45)	对照组 (n=45)	t	P
情绪认知管理评分	护理前	20.67 ± 3.73	21.03 ± 3.89	0.415	>0.05
	护理后	38.57 ± 4.09	27.74 ± 4.25	11.417	<0.05
日常生活管理评分	护理前	25.15 ± 3.94	25.37 ± 3.81	0.520	>0.05
	护理后	35.21 ± 4.23	29.43 ± 4.29	5.990	<0.05
疾病医学管理评分呢	护理前	36.79 ± 4.03	27.41 ± 4.79	0.617	>0.05
	护理后	39.17 ± 5.15	32.85 ± 5.04	5.466	<0.05
总分	护理前	71.85 ± 5.02	72.31 ± 5.09	0.398	>0.05
	护理后	104.71 ± 5.59	89.62 ± 4.27	13.316	<0.05

2.3 比较两组生活质量评分

护理前, 观察组: 物质生活状态评分 (67.21 ± 7.74)

分、社会功能评分 (69.34 ± 6.13) 分、心理功能评分 (68.75 ± 5.57) 分、躯体功能评分 (66.31 ± 6.13) 分,

对照组: (68.11±7.79)分、(69.21±6.37)分、(66.39±5.71)分、(66.11±6.04)分, 组间比较($t=0.158/0.281/0.105/0.522$, $P>0.05$); 护理后, 观察组: (78.55±6.91)分、(77.47±6.24)分、(76.34±6.19)分、(78.95±6.37)分, 对照组: (74.31±6.27)分、(73.05±6.34)分、(72.13±6.03)分、(73.09±6.24)分, 组间比较($t=4.096/3.036/3.097/2.830$, $P<0.05$)。

3 讨论

在医疗领域, 护理干预的成效始终是研究的关键内容, 对慢性疾病患者的康复意义重大。特别是乙型肝炎肝硬化这类病程漫长且影响因素复杂的疾病, 护理干预的质量与模式直接影响患者的治疗效果和生活方式^[7]。

本研究结果说明综合护理干预效果良好。分析原因: 现阶段, 临床在对乙型肝炎肝硬化患者护理过程中以常规护理为主, 然而该种护理模式更加重视执行标准化的流程及规范, 对于患者个体的差异性并未关注。各位乙型肝炎肝硬化患者的心态、病情、生活方式等多个方面均存在不同, 但是常规护理却未全面考虑以上差异性, 从而使得护理干预个性化、针对性不足^[8]。其次, 常规护理对于心理支持力度不大, 系统化的心理评估及干预不足, 从而使患者在面对自身焦虑等负面情绪时很难积极应对, 从而对治疗积极性、康复疗效产生一定影响^[9]。另外, 乙型肝炎肝硬化离不开长时间的管理以及积极的治疗, 出院后采取的随访管理在保证疗效、预防疾病复发方面意义重大^[10]。但是, 常规护理可能其随访机制、方案并不完善, 从而使患者难以在出院后获得不断的支持。所以, 常规护理方法常常护理效果不佳。针对该问题, 护理干预获得高度关注。利用全面的行为指导、健康宣教使患者可以学会自我管理方面的正确技能, 如合理用药等。掌握上述技能既可以帮助患者有效控制疾病, 也会使其生活质量得到提升。其次, 心理干预的落实可使患者焦虑等情绪有效减轻。利用针对性的心理支持慢慢恢复患者治疗自信, 强化其应对疾病挑战过程中的心理韧性, 进而让患者可以在面对疾病带来的挑战时可以积极应对^[11]。另外, 护理干预在使患者心理弹性、自我管理行为有效改善的过程中也使患者的生活质量显著提升。

总而言之, 对于乙型肝炎肝硬化患者, 对其采取综合护理干预在提升其自我管理行为的同时也改善其心理弹性, 提高生活质量, 值得应用。

参考文献

[1] 邓娇娇. 人文优质护理干预对乙型肝炎肝硬化患者自我管理

行为、心理弹性及满意度的影响分析[J]. 中国科技期刊数据库 医药, 2024(12):074-077.

- [2] 康爱民, 闫艳. 基于 CITEF 的护理干预对冠心病 PCI 患者心理弹性及自我管理行为的影响[J]. 护理实践与研究, 2023, 20(18):2732-2738.
- [3] 李桂桂. 基于行为研究法的护理干预对肝硬化合并上消化道出血患者自我管理能力及再出血率的影响[J]. 反射疗法与康复医学, 2022, 3(23):139-142146.
- [4] 黄丹丹, 孙文丽, 谢美玲. 基于问题解决法的护理干预对肾功能衰竭患者心理弹性及自我管理行为的影响[J]. 中国医药科学, 2022, 12(7):131-134.
- [5] 许玲玲, 吴小丽, 开海丽. 认知行为干预对子宫内膜异位症患者心理弹性及自我管理行为能力的影响[J]. 河北医药, 2022, 44(19):2953-2956.
- [6] 张德慧, 王璐, 范亚萍. IMB 护理干预对失代偿期肝硬化患者自我管理能力和疾病认知水平及情绪的影响[J]. 临床心身疾病杂志, 2022, 28(3):149-153.
- [7] 刘梅. 基于问题解决法护理对心绞痛合并肾功能衰竭患者心理弹性及自我管理行为的影响[J]. 心血管病防治知识 (学术版), 2023, 13(3):49-51.
- [8] 刘晓玉, 郭现平, 尚学敏, 卢喜玲. 基于行为转变理论模式的延伸护理对乙肝后肝硬化腹水患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2024, 30(19):31-34.
- [9] 张德慧. 护患互动的健康管理护理模式对乙型肝炎肝硬化患者治疗依从性、心理状态的影响[J]. 现代诊断与治疗, 2021, 32(1):167-168.
- [10] 郭清, 郭玉娟, 魏秀珠. 基于健康行为改变整合理论的健康管理干预对糖尿病肾病 III 期患者生理、心理及健康行为的影响[J]. 福建医药杂志, 2024, 46(7):105-108.
- [11] 赵兴红, 黄玲, 张婧. 基于信息-动机-行为模型的护理干预在慢性乙型肝炎肝硬化患者中的应用研究[J]. 江西中医药, 2023, 54(8):52-5357.

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