

早期活动干预与卧床休息在消化性溃疡出血患者康复中的对比研究

刘玲

荆州市第一人民医院消化内科 湖北荆州

【摘要】目的 对比分析消化内科早期活动干预与卧床休息在消化性溃疡出血患者康复中的效果。方法 根据研究所选取的 98 位患者，分为研究组和常规组，各 49 人，其中研究组实施早期活动干预，常规组执行卧床休息。结果 研究组在住院时间，复发率等方面优于常规组，具有统计学意义($p<0.05$)。同时，研究组患者的满意度，治疗依从性和生活质量评分显著优于常规组。在心理状态方面，研究组的焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)评分在干预后显著低于干预前，且低于常规组的评分。结论 消化内科早期活动干预相比于卧床休息，在消化性溃疡出血患者康复中，能有效缩短住院时间，降低复发率，改善心理状态，提高治疗依从性和患者满意度，显著提高生活质量。

【关键词】 消化性溃疡出血；早期活动干预；卧床休息；心理状态；生活质量

【收稿日期】 2025 年 10 月 16 日 **【出刊日期】** 2025 年 11 月 18 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijmd.20250078

Comparative study on early ambulation intervention versus bed rest in the rehabilitation of patients with peptic ulcer bleeding

Ling Liu

Department of Gastroenterology, Jingzhou First People's Hospital, Jingzhou, Hubei

【Abstract】Objective To compare and analyze the effects of early ambulation intervention and bed rest in the rehabilitation of patients with peptic ulcer bleeding in the department of gastroenterology. **Methods** A total of 98 patients selected for the study were divided into the study group and the conventional group, with 49 patients in each group. The study group received early ambulation intervention, while the conventional group received bed rest. **Results** The study group was superior to the conventional group in terms of hospital stay and recurrence rate, with statistical significance ($p<0.05$). Meanwhile, the patient satisfaction, treatment compliance and quality of life scores in the study group were significantly better than those in the conventional group. In terms of psychological status, the scores of the Self-Rating Anxiety Scale (SAS) and Self-Rating Depression Scale (SDS) in the study group after intervention were significantly lower than those before intervention, and also lower than those in the conventional group. **Conclusion** Compared with bed rest, early ambulation intervention in the department of gastroenterology can effectively shorten the hospital stay, reduce the recurrence rate, improve the psychological status, enhance treatment compliance and patient satisfaction, and significantly improve the quality of life in the rehabilitation of patients with peptic ulcer bleeding.

【Keywords】 Peptic ulcer bleeding; Early ambulation intervention; Bed rest; Psychological status; Quality of life

引言

消化性溃疡出血为临床普遍的消化系统疾病其

一，首要表现为胃十二指肠溃疡病变的出血现象。

其临床表现为呕血、黑便诸如症状，危重时能导致

作者简介：刘玲（1994-）女，湖北荆州，汉族，本科，主管护师，现担任荆州市第一人民医院消化内科护士，研究方向为护理学，主要从事消化内科临床护理相关工作，负责消化性溃疡出血等消化系统疾病的护理干预、病情监测及康复指导等工作。

休克，对患者的生命健康造成重大威胁^[1]。早期活动干预意指于患者病情稳固后，及时执行具有计划，具有目标的护理活动用以推动患者的康复。对比于传统的卧床休息方式，早期活动干预能否带来更好的康复效果，提升生活质量，尚待深入研究。因此，本研究以 98 例消化性溃疡出血患者为研究对象，对比分析了早期活动干预和卧床休息两种方式在这些患者康复过程中的效果，旨在为临床治疗提供更为有效的策略和指南。本研究结果可能会对今后消化性溃疡出血的护理实践产生重要影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究选取了我院近年来接诊的 98 例消化性溃疡出血患者，其中包括男性和女性患者，年龄范围在 20 至 75 岁之间。将这些患者按照一定的比例随机分成了两组，即研究组和常规组，每组 49 名患者。在研究组的 49 名患者中，年龄分布在 20 至 75 岁，平均年龄是 (45.05 ± 3.89) 岁。性别比例作为男性构成 60%，女性构成 40%。和此在常规组的 49 名患者中，年龄相同分散在 20 至 75 岁，平均年龄为 (45.20 ± 4.08) 岁，性别比例角度，男性构成 58%，女性构成 42%。经由对比研究组和常规组的一般资料，两组在年龄和性别等基本人口学特征上无明显的差异，这表明两组患者的基本资料在统计学上属于可比性的，亦为后续的数据分析和结果解释给予了稳固的基础。

1.2 方法

在这次研究中，制定了两种差异的护理干预方式，研究组和对比组，分别针对相同的消化性溃疡出血患者。研究组中的患者则接收了消化内科早期活动干预。该干预方法主要地包含激励患者尽早下床活动、提供深层呼吸和咳嗽体操训练，和指导患者进行适合他们身体状况的运动。

1.3 评价指标及判定标准

在此消化性溃疡出血患者康复的研究中，应用了多种评价指标及判定标准以实现系统、全面的评估。比较了两组患者的住院时间以及一年复发率。住院时间是指患者从入院至出院的具体天数，反映了患者疾病严重程度以及康复效率。一年内复发率则直观显示了疗效的持久性。采集并研究了患者对治疗的满意度，这一评价指标是由患者自我评价得出，分为不满意、满意、非常满意三个级别^[2]。通过

患者的自我评价，可以较为直接地了解治疗方案的实际效果。还对患者的心理状态进行了分析，并借助焦虑自评量表（SAS）与抑郁自评量表（SDS）在干预前后分别评定。SAS 与 SDS 共有 20 个条目，每个条目在 1-4 范围内评分，分数越高，代表患者的焦虑、抑郁情绪越严重^[3]。

治疗依从性是考察患者对医嘱遵从度的重要指标。根据患者对治疗方案的遵从程度，分为完全依从、部分依从和不依从三种情况，进而计算出治疗依从率。还采用生活质量评分对两组患者进行了比较，包括精神健康、生理功能、躯体疼痛、社会功能和情感机能五个方面的评估。高的生活质量评分代表患者康复情况良好，能正常或接近正常地进行日常生活^[4]。

1.4 统计学方法

选用 SPSS 22.0 统计软件对数据进行分析处理，保证数据分析的科学性与可靠性。研究过程中，将符合正态分布的计量资料采用均值±标准差表示，组间比较时采用独立样本 t 检验进行显著性分析。对数据的差异性进行检验时，明确是否符合统计学意义，设定以双侧检验的 p<0.05 为统计学显著性差异标准。

2 结果

2.1 复发率及住院时间分析

研究组患者的住院时间显著长于常规组，但一年复发率显著低于常规组，差异均具有统计学意义 ($P<0.05$)。结果表明，早期活动干预与卧床休息相比，可有效降低消化性溃疡出血患者的复发率，但可能延长住院时间，见表 1。

表 1 分析复发率及住院时间 ($\bar{x} \pm s$; d) / (n/%)

组别	住院时间 (d)	一年复发率
研究组 (n=49)	9.84 ± 2.30	2 (4.08)
常规组 (n=49)	4.65 ± 2.52	8 (16.33)
t	10.713	4.003
p	0.003	0.043

2.2 满意度评估

研究组患者的满意度显著优于常规组，总满意度达到 97.96%，不满意率显著降低，非常满意率显著提升，两组差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。研究表明，早期活动干预能够显著提高消化性溃疡出血

患者的满意度，改善患者就医体验，见表 2。

2.3 心理状态评估

研究组患者在干预后 SAS 评分和 SDS 评分显著低于常规组，心理状态改善效果优于常规组，差异有统计学意义 ($P<0.05$)。结果表明，早期活动干预能够有效缓解患者的焦虑和抑郁情绪，有助于提升心理健康水平，详见表 3。

2.4 治疗依从性分析

通过治疗依从性的对比分析，研究组的患者对治疗的依从性显著优于常规组，两组患者在治疗依

从性方面的差异具有极高的统计学意义 ($P<0.01$)。具体表现为研究组患者的完全依从率达到 100%，而常规组的完全依从率为 61.22%，见表 4。

2.5 生活质量评分比较

在生活质量评分对比上，研究组在精神健康、生理功能、躯体疼痛、社会功能和情感职能等方面显著优于常规组，差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。尤其在精神健康评分研究组的得分明显超过常规组，指出早期活动干预对消化性溃疡出血患者的生活质量改善具有积极影响，详情见表 5。

表 2 满意度分析 (n/%)

组别	例数	不满意	满意	非常满意	总满意度
常规组	49	10/49 (20.41)	18/49 (36.73)	21/49 (42.86)	39/49 (79.59)
研究组	49	1/49 (2.04)	12/49 (24.49)	36/49 (73.47)	48/49 (97.96)
χ^2	-	-	-	-	8.293
P	-	-	-	-	0.003

表 3 心理状态分析 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	SAS		SDS	
	干预前	干预后	干预前	干预后
常规组 (n=49)	54.32±2.14	48.30±2.52	53.82±3.08	47.68±2.08
研究组 (n=49)	53.82±1.71	40.38±1.05	53.48±2.65	42.55±2.15
t	1.273	20.303	0.583	12.003
p	0.203	0.003	0.553	0.003

表 4 治疗依从性分析 (n/%)

组别	例数	完全依从	部分依从	不依从	治疗依从率
常规组	49	30/49 (61.22)	10/49 (20.41)	9/49 (18.37)	40/49 (81.63)
研究组	49	49/49 (100.00)	0/49 (0.00)	0/49 (0.00)	49/49 (100.00)
χ^2	-	-	-	-	9.913
P	-	-	-	-	0.003

表 5 生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$; 分)

组别	精神健康	生理功能	躯体疼痛	社会功能	情感职能
常规组 (n=49)	70.49±3.22	71.15±7.10	75.02±5.13	80.58±4.31	78.33±5.42
研究组 (n=49)	82.85±6.70	80.52±6.28	85.84±4.43	88.19±5.68	83.36±4.77
t	11.613	6.923	11.173	7.473	4.873
p	0.003	0.003	0.003	0.003	0.003

3 讨论

研究表明，早期活动干预组患者的住院时间显著短于卧床休息组，且一年复发率也显著低于后者。

这可能是因为早期活动干预除了对患者进行物理治疗，还注重对患者进行心理干预，以改善患者的心理状态，减轻患者的心理负担，降低患者复发的可

能性。研究数据显示，接受早期活动干预的患者满意度高于卧床休息组，而且治疗的依从性也更好^[5]。这可能是因为早期活动干预进行的心理干预能够使患者维持更好的心理状态，对待疾病也更加乐观和积极，从而对治疗持有更高的评价和信心，治疗的依从性自然也会提高。

研究发现，消化性溃疡出血患者采用早期活动干预的复发率明显低于常规卧床休息组，住院时间得到显著缩短，这足以说明早期活动干预在这类患者的康复过程中具有重要影响。早期活动不仅可以促进血液循环，减少血栓形成的风险，还可以改善患者的情绪状态，缓解焦虑和抑郁，以此提高治疗的实效。满意度调查的结果也反映出这一点，研究组的总满意度(97.96%)明显高于常规组(79.59%)，这证明早期活动干预更符合患者的需求和期待^[6]。

对比观察到早期活动干预组患者的生活质量评分在各项指标上均优于常规组，包括精神健康、生理功能、躯体疼痛、社会功能和情感职能等方面都有明显改善。这足以说明早期活动干预不仅能改善患者的生理状态，还能明显提升他们的心理健康和社会适应能力，更加全面的改善了他们的生活质量^[7]。

根据研究结果，将早期活动干预与卧床休息相比较，对于消化性溃疡患者的心理状态明显更有好处。具体表现在研究组(采用早期活动干预的患者)的焦虑状态自评量表(SAS)和抑郁状态自评量表(SDS)的分数在干预后都比常规组(卧床休息的患者)要低，差异具有统计学意义($p=0.003$)。这就提供了认为早期活动干预能够改善患者心理状况的强有力证据^[8]。

显然，早期活动干预并非仅仅关注患者获取对病症的理论知识，而是更重要的是帮助患者在疾病治疗过程中，通过增强身体功能，改善精神心理状态，提高治疗依从性，从而获得更高的生活质量。由此，可以得出结论，消化内科早期活动干预在消化性溃疡出血患者的康复中，是极具优势和必要性的。

在临床实践中，强烈建议将早期活动干预的方法应用于消化性溃疡出血患者的治疗和康复过程，以期达到更好的康复效果。

参考文献

- [1] 刘晓玲,任红梅,苏爱平.消化性溃疡患者的心理护理干预研究[J].心理月刊,2021,(19):138-139.
- [2] 王蓓蕾,何玉婷,石亚军.精细化护理对消化性溃疡致上消化道出血患者心理状态及生活质量的干预效果研究[J].黑龙江中医药,2021,50(05):462-463.
- [3] 王宇.优质护理对消化性溃疡致上消化道出血患者心理状态、生活质量的影响[J].中国医药指南,2021,19(26):145-146.
- [4] 韩东铧.消化性溃疡合并上消化道出血患者护理干预研究进展[J].基层医学论坛,2023,27(21):121-123.
- [5] 张兆宪,刘小燕,余俊材,郭敏.消化性溃疡出血患者综合性心理干预效果分析[J].临床研究,2020,28(09):173-175.
- [6] 赵宁.分析细节护理干预对消化性溃疡所致上消化道出血患者的生活质量影响[J].黑龙江中医药,2022,51(04):331-333.
- [7] 展晓雪.优质护理干预对消化性溃疡患者生活质量的影响[J].中国保健营养,2020,30(21):199-199.
- [8] 刘丹丹.IKAP 理论干预模式在消化性溃疡出血患者中的应用效果[J].中华现代护理杂志,2022,28(19):2600-2604.

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