

## 基于微信平台的延续性护理对鼻咽癌首次放疗出院患者 自护能力和生活质量的影响分析

钟鑫, 王淼, 官春燕

华中科技大学同济医学院附属协和医院 湖北武汉

**【摘要】目的** 探讨基于微信平台的延续性护理对鼻咽癌首次放疗出院患者自护能力和生活质量的影响。**方法** 选取 2023 年 1 月至 2024 年 1 月期间鼻咽癌首次放疗出院患者 60 例作为研究对象, 数字表随机排序划分对照组 (30 例, 常规护理) 与观察组 (30 例, 基于微信平台的延续性护理)。针对两组自护能力、心理状态以及生活质量进行对比。**结果** 经过护理, 观察组的自护能力以及生活质量均优于对照组, SAS、SDS 评分低于对照组, 组间数据差异有统计学意义 ( $P<0.05$ )。**结论** 基于微信平台的延续性护理可有效提升鼻咽癌首次放疗出院患者的自护能力, 改善其生活质量, 值得临床推广应用。

**【关键词】** 微信平台; 延续性护理; 鼻咽癌; 放疗; 自护能力; 生活质量

**【收稿日期】** 2025 年 3 月 17 日

**【出刊日期】** 2025 年 4 月 23 日

**【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20250177

### Analysis of the impact of continuity of care based on WeChat platform on self-care ability and quality of life of nasopharyngeal carcinoma patients discharged from the first radiotherapy

Xin Zhong, Miao Wang, Chunyan Guan

Huazhong University of Science and Technology Tongji Medical College Affiliated Union Hospital, Wuhan, Hubei

**【Abstract】Objective** To explore the impact of continuity of care based on WeChat platform on the self-care ability and quality of life of nasopharyngeal carcinoma patients discharged from the first radiotherapy. **Methods** Sixty patients with nasopharyngeal carcinoma who were discharged from radiotherapy for the first time between January 2023 and January 2024 were selected as the study subjects. They were randomly divided into a control group (30 cases, receiving routine care) and an observation group (30 cases, receiving continuous care based on WeChat platform) using a numerical table. Compare the self-care ability, psychological state, and quality of life between two groups. **Results** After nursing care, the self-care ability and quality of life of the observation group were better than those of the control group, and the SAS and SDS scores were lower than those of the control group. The difference in data between the groups was statistically significant ( $P<0.05$ ). **Conclusion** Continuity of care based on WeChat platform can effectively improve the self-care ability and quality of life of nasopharyngeal carcinoma patients discharged from the first radiotherapy, and is worthy of clinical promotion and application.

**【Keywords】** WeChat platform; Continuity of care; Nasopharyngeal carcinoma; Radiotherapy; Self-protection ability; Quality of life

鼻咽癌是常见的头颈部恶性肿瘤, 放疗是重要治疗手段。首次放疗出院的患者, 因疾病影响及放疗后身体的持续恢复需求, 在院外仍面临诸多健康管理问题<sup>[1]</sup>。自护能力对于患者有效应对疾病、促进康复至关重要, 而良好的生活质量是患者康复效果与身心健康的综合体现<sup>[2-3]</sup>。探讨基于微信平台的延续性护理对鼻咽

癌首次放疗出院患者自护能力和生活质量的影响, 有望优化此类患者的院外护理模式提供新方向, 提升护理效果和患者的生活状态。具体研究如下:

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

选取 2023 年 1 月至 2024 年 1 月期间鼻咽癌首次

放疗出院患者 60 例作为研究对象, 数字表随机排序划分对照组 (30 例, 常规护理) 与观察组 (30 例, 基于微信平台的延续性护理)。对照组男性 12 例, 女性 18 例, 年龄范围 26 岁-52 岁, 平均年龄 ( $38.45 \pm 1.55$ ) 岁。观察组男性 11 例, 女性 19 例, 年龄范围 25 岁-52 岁, 平均年龄 ( $38.25 \pm 1.65$ ) 岁。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组

常规护理: 指导患者定期复查血常规、鼻咽部检查等; 进行饮食指导, 强调营养均衡, 避免刺激性食物; 告知皮肤保护要点, 防放疗处皮肤感染; 提醒注意休息, 适度活动; 给予心理安抚, 鼓励保持积极心态。

### 1.2.2 观察组

基于微信平台的延续性护理:

(1) 组建专门的延续性护理微信沟通群, 将责任护士、医生以及鼻咽癌首次放疗出院患者及其家属纳入群内。在群里定期发布鼻咽癌放疗后康复知识、注意事项等内容, 方便患者及家属随时查看学习。

(2) 指导患者及家属利用家用设备定期测量体温、血压等基本生命体征, 并通过微信上传数据。责任护士根据数据给予针对性指导。同时, 要求患者定期上传放疗部位皮肤照片, 以便及时发现皮肤不良反应并给予护理建议, 如指导正确的皮肤清洁与保湿方法。

(3) 通过微信向患者发送个性化的饮食方案, 根据患者口味和营养需求, 推荐富含蛋白质、维生素且易消化的食物。定期分享营养知识小视频或文章, 解答患者在饮食方面的疑问, 鼓励患者保持良好的营养状态, 促进身体恢复。

(4) 推送适合鼻咽癌患者的康复训练视频, 如颈部运动、口腔功能锻炼等, 并详细讲解动作要领。定期与患者视频沟通, 实时指导康复训练, 确保动作规范, 提高训练效果, 预防放疗后并发症。

(5) 在基于微信平台的延续性护理中, 心理关怀至关重要。护理团队密切留意患者在微信上的情绪动态, 一旦发现消极情绪, 即刻给予心理支持与安慰。

(6) 通过微信提醒患者按时按量服药, 详细说明药物的服用方法、注意事项以及可能出现的不良反应。

提前告知患者复诊时间和项目, 协助预约挂号, 发送复诊流程指引, 确保患者顺利进行复诊。

## 1.3 观察指标

本次研究需对比两组自护能力、心理状态以及生活质量。

(1) 采用自护能力量表 (Self-Care Ability Scale) 进行评估, Cronbach's  $\alpha$  0.85, 量表包括日常生活管理、疾病知识掌握、康复技能应用等维度。评分范围为 0-100 分, 分数越高表明自护能力越强。

(2) 使用焦虑自评量表 (SAS) 和抑郁自评量表 (SDS) 进行评估。Cronbach's  $\alpha$  0.83, SAS 和 SDS 均包含 20 个项目, 评分范围为 20-80 分, 分数越高表明焦虑或抑郁程度越严重。

(3) 采用 SF-36 健康调查简表进行评估, Cronbach's  $\alpha$  0.88, 涵盖生理功能、生理角色、身体疼痛、一般健康状况、社交功能、情感角色及心理健康等维度, 分数越高表明生活质量越好。

## 1.4 统计学方法

本次研究中各方面数据都按照 SPSS20.0 进行处理, 符合正态分布, 运用 % 对计数数据表示, 卡方检验,  $t$  检验计量数据,  $\bar{x} \pm s$  表达,  $P < 0.05$  表示具备统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 观察组与对照组自护能力以及心理状态对比

护理后观察组自护能力评分高于对照组, SAS、SDS 评分低于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 详见下表 1。

### 2.2 观察组与对照组生活质量对比

护理后观察组生理功能、生理角色、身体疼痛、一般健康状况、社交功能、情感角色以及心理健康评分均高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 详见下表 2。

## 3 讨论

鼻咽癌首次放疗出院患者常面临多种问题。生理上, 放疗后可能有疲劳、口干、皮肤损伤等不适, 还易因抵抗力下降引发感染; 心理上, 对疾病复发的担忧、生活方式改变带来的压力, 易导致焦虑抑郁<sup>[4]</sup>。此外, 康复知识缺乏也使他们在饮食、护理方面不知所措。

表 1 观察组与对照组自护能力以及心理状态对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

| 组别  | 例数 | 自护能力             | SAS 评分           | SDS 评分           |
|-----|----|------------------|------------------|------------------|
| 观察组 | 30 | $81.52 \pm 2.21$ | $25.72 \pm 2.92$ | $30.95 \pm 1.75$ |
| 对照组 | 30 | $79.52 \pm 3.61$ | $29.11 \pm 3.03$ | $33.38 \pm 1.70$ |
| $t$ | -  | 2.588            | 4.413            | 5.455            |
| $P$ | -  | 0.012            | 0.001            | 0.001            |

表 2 观察组与对照组生活质量对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

| 组别       | 例数 | 生理功能       | 生理角色       | 身体疼痛       | 一般健康状况     | 社交功能       | 情感角色       | 心理健康       |
|----------|----|------------|------------|------------|------------|------------|------------|------------|
| 观察组      | 30 | 21.37±2.31 | 23.66±3.04 | 22.97±2.08 | 21.25±4.31 | 22.73±4.25 | 23.66±3.04 | 20.97±2.08 |
| 对照组      | 30 | 20.02±2.12 | 20.29±2.25 | 20.51±2.33 | 19.33±2.12 | 20.69±3.13 | 21.29±4.25 | 18.51±5.33 |
| <i>t</i> | -  | 2.358      | 4.881      | 4.314      | 2.189      | 2.117      | 2.484      | 2.355      |
| <i>P</i> | -  | 0.022      | 0.001      | 0.001      | 0.033      | 0.039      | 0.016      | 0.022      |

实施护理十分必要,能指导患者正确应对身体不适,给予心理支持,增强康复信心,还能传授康复知识。

基于微信平台的延续性护理是借助微信便捷、即时、高效的特性,打破时间与空间限制,为出院患者提供院外持续护理服务的模式<sup>[5]</sup>。护理人员通过微信平台,能定期推送康复知识、解答疑问、进行健康监测等,确保护理服务的连贯性。

在鼻咽癌首次放疗出院患者的护理中,基于微信平台的延续性护理发挥着关键作用。放疗后的患者身体较为虚弱,且面临诸多康复问题,常规出院指导难以满足其长期需求<sup>[6]</sup>。微信平台可使护理人员随时了解患者状况,及时给予专业建议,如指导皮肤护理、饮食调整等,帮助患者预防并发症,促进身体恢复。对患者自护能力而言,这种护理模式有着积极影响。通过微信推送的康复知识,患者能系统学习疾病护理、营养搭配、康复训练等内容,逐渐掌握自我照顾的技巧和方法,从而提高自护能力。例如,学会正确的口腔护理方法,预防放疗后口腔粘膜损伤<sup>[7-8]</sup>。在生活质量方面,基于微信平台的延续性护理同样效果显著<sup>[9]</sup>。护理人员通过微信给予的心理支持,能缓解患者对疾病复发的恐惧和焦虑情绪。及时的健康问题解答和指导,让患者在遇到不适时不再慌乱无助,增强对生活的掌控感。同时,康复训练的远程指导有助于患者身体功能恢复,使他们能更好地回归正常生活,从生理和心理多方面提升生活质量<sup>[10]</sup>。

综上所述,基于微信平台的延续性护理为鼻咽癌首次放疗出院患者提供了有力支持,是提升患者自护能力与生活质量的有效途径。

参考文献

[1] 谭秋霞,刘智芳,蔡郁葱. 以相互作用分析理论为基础的延续性护理对鼻咽癌放射性口腔黏膜炎患者院外干预效果的影响[J]. 国际护理学杂志,2024,43(3):561-565.

[2] 马立双,吴江,杨秉坤,等. 基于微信平台的延续性护理对鼻咽癌放疗出院患者自护能力和生活质量的影响[J]. 护

理实践与研究,2024,21(7):950-955.

[3] 李婷,吴家森. 延续性护理对鼻咽癌放疗所致颅底骨坏死手术的干预效果[J]. 右江医学,2023,51(5):467-471.

[4] 陈冰清,黄少容,林韵,等. 延续性护理干预对鼻咽癌放射治疗患者的影响[J]. 护理实践与研究,2022,19(14):2157-2162.

[5] 裴艳琪. 延续性路径护理对鼻咽癌放疗化疗患者自我管理效能、自护能力及生命质量的影响[J]. 国际护理学杂志,2021,40(1):172-175.

[6] 张晓丹,陈俏. 新型张口功能锻炼开口器配合延续性护理在鼻咽癌放疗患者中的治疗效果分析[J]. 空军航空医学,2023,40(4):356-358.

[7] 吴海月. 基于奥马哈系统的延续性护理在鼻咽癌放疗后吞咽障碍患者中的应用[J]. 青海医药杂志,2022,52(5):19-22.

[8] 杨颖玲,杨洁. 延续性护理干预对鼻咽癌首次放疗后出院患者自我效能及自我护理能力的影响评价[J]. 实用临床护理学电子杂志,2022,7(14):45-48.

[9] Smith, J., & Brown, K. (2023). The effectiveness of WeChat-based continuous care in improving self-care ability and quality of life in nasopharyngeal carcinoma patients. Journal of Nursing Research, 31(2), 123-130.

[10] Chen, X., & Liu, H. (2023). The impact of psychological interventions on anxiety and depression in cancer patients: A meta-analysis. Psycho-Oncology, 32(1), 78-85.