

心力衰竭患者口渴感护理干预措施的研究进展

邱文洁, 王艳茹

内蒙古科技大学包头医学院 内蒙古包头

【摘要】口渴是心力衰竭患者的常见症状, 口渴造成困扰甚至对生活质量产生不利影响。目前国内外对于帮助心力衰竭患者缓解口渴的干预措施研究有限。本文综述了心力衰竭口渴感的评估工具和干预措施的主要研究进展, 以便我国形成系统的标准化护理干预措施提供参考, 提升护理的健康护理能力, 对“新医科”建设的“生命全周期、健康全过程的大健康”理念主动应答。

【关键词】口渴; 缓解口渴; 喷雾; 心衰口渴; 改善口渴; 心力衰竭口渴

【收稿日期】2023 年 1 月 18 日 **【出刊日期】**2023 年 2 月 3 日 **【DOI】**10.12208/j.cn.20230101

Research progress of nursing intervention measures for thirst in patients with heart failure

Wenjie Qiu, Yanru Wang

Baotou Medical College, Inner Mongolia University of Science and Technology Baotou, Inner Mongolia

【Abstract】 Thirst is a common and troublesome symptom in patients with heart failure, which has an adverse impact on the quality of life. So far, there are limited domestic and international studies on interventions to help relieve heart failure thirst. Thirsty heart failure is reviewed in this paper the assessment tools and the main research progress of interventions, so that the standardized nursing intervention measures to provide the reference to our formation system, promote the health care of nursing ability, the construction of "new medicine" of "life cycle, the whole process of health health" concept of active reply..

【Keywords】 relieve thirst; heart failure thirst; Thirst, spray; improve thirst

心力衰竭 (Heart Failure: HF) 现在被称为所有进行性心脏疾病的最终终点, 由于人口老龄化的增加和心血管治疗的改善, 其在社会上的流行率急剧增加。心力衰竭属于各类心脏疾病的严重表现, 研究显示: 70-80 岁年龄组的 HF 患病率为 10%和 20%^[1], 患病率与年龄的增长呈正相关。五分之一的稳定 HF 患者有持续口渴的困扰^[2], 口渴也是 HF 患者除了呼吸困难、疲劳和水肿等特有症状外的常见症状, 19%的 HF 患者在出院后 18 个月内持续口渴, 46%的 HF 患者认为口渴令他们烦恼并且没有有效的办法能减轻这种感觉。口渴是中重度 HF 患者最烦恼的症状之一, 气喘、乏力及口渴等症状是导致慢性 HF 患者生活质量降低的主要原因^[3]。心理衰竭患者的口渴感受的发生机制主要是: 患者体内神经内分泌激素调节功能紊乱, 由于有效的循环血容量降低, 关注水平降低, 使得患者的血管紧张素以及抗利尿激素分泌增多, 对其下丘脑渴觉中枢产生刺激, 从而引发口渴感。再对其进行干预的过程中, 由于利尿剂的使用、控制液体摄入的干预操作,

会使得患者口渴感程度加深。迄今为止关于患者口渴感的科学知识非常有限, 国内外专门针对 HF 患者口渴的干预研究甚少, 缺乏对 HF 患者口渴感有效干预措施的探索, 尚未建立针对 HF 患者口渴感的干预体系。因此, 本综述旨在总结干预 HF 患者口渴感措施的研究进展, 从而提升护理人员对 HF 口渴感的重视度, 为国内开展进一步干预研究提供参考。

1 HF 患者口渴感的评估工具

完整的评估口渴必须测量以下四个维度: 口渴痛苦 (口渴困扰程度)、口渴强度 (口渴感强烈程度)、口渴质量 (患者对自身口渴感的描述) 和口渴持续时间, 它们代表了病人的整体症状体验 (感知、评估和对口渴的反应)。有一系列的工具可以用来测量 HF 患者的口渴, 最常用的是单维度工具, 如视觉模拟量表 VAS 和数字评分量表 NRS, 它们测量单一的症状维度即口渴强度, 具有快速、方便、主观的优点。此外, 经研究得出有效评估 HF 患者口渴困扰的多维度工具仅有 TDS-HF, 且 2019 年邱文洁等将 TDS-HF 进行汉

化, 形成中文版心衰口渴痛苦量表 CTDS-HF^[4]。研究表明, CTDS-HF 的信效度良好, 能够较好地评估 HF 口渴的多个维度, 在中国国情、医疗、文化背景下应用于 HF 患者的口渴评估切实可行。

使用单维度工具如 VAS, 结合多维度工具 CTDS-HF, 能有助于 HF 患者更好地表示口渴体验、护士更好地了解患者的口渴感觉。

2 缓解 HF 患者口渴感的干预措施

2.1 嚼口香糖

国外的 S.M.Allida 博士等^[5]研究得出咀嚼口香糖可以降低 HF 患者的口渴水平, 口香糖为患者提供了明显的解渴。在 HF 口渴日益流行的情况下, 使用口香糖等创新策略是非常重要的, 口香糖是一种简单的管理策略, 成本低, 易于获取。但患有 HF 的患者主要是老年人, 缺齿、使用假牙和咀嚼功能下降是常见的, 咀嚼口香糖可能不适用于这个群体, 因此, 尽管临床有效, 缺乏患者接受仍然是实施的障碍。这也突出了探索使用另一种干预措施为患者提供更适合其个人偏好的多种策略来缓解 HF 口渴的重要性。

2.2 使用喷雾

国内外 HF 患者口渴感的干预措施研究中均没有使用喷雾缓解口渴的显示, 但在其他有口渴感的疾病如肾衰竭透析、ICU 气管插管、术后等患者中, 目前缓解口渴感最为广泛研究使用的方法是喷雾, 且应用效果良好。相比于漱口、棉球擦拭润唇等传统缓解口渴的方法, 喷雾剂更加简便有效。为开展 HF 口渴感的干预研究提供了参考依据。

(1) 温水喷雾

国内张琦等研究得出术后禁饮的 ICU 患者, 使用常温饮用水喷雾湿润能够更加有效地降低其口渴强度。此外, 许昭晖等研究得出心脏术后患者的口干症状通过温水口腔喷雾能够缓解。

(2) 冰水喷雾

国外研究得出无菌冰水喷雾可显著降低 ICU 患者的口渴和口干程度, 该方法简单、价格低廉, 可作为口渴患者的一种实践干预措施。张小雪等研究得出口腔冰水喷雾可以有效缓解经气管插管病人口渴症状, 提高病人舒适度, 其安全性、可行性较好。

(3) 中药喷雾剂

中药喷雾剂缓解口渴感的方法也被广泛研究使用, 研究显示乌梅喷雾剂能有效地降低血液透析病人的口渴程度^[6], 王东宇等研究显示余甘子喷雾剂安全、经济, 可以有效缓解鼻内镜患者术后病人口干、口渴

不适症状。朱明丽等研究得出 ICU 机械通气患者口渴症状可通过增液布津汤喷雾剂的使用得到缓解, 同时患者的舒适度与护理满意度也得到提升。李学珊等研究得出酸枣仁口腔喷雾剂对于全麻术后患者的口渴症状可达到有效缓解的作用。景锐等研究得出玄麦甘桔汤加喉头喷雾器可保持骨科术后患者口腔环境湿润, 明显缓解其口渴等不适症状。对于 HF 老年患者, 采用中药喷雾剂的方法缓解口渴相对而言更为温和, 且喷雾剂的使用量小, 不会额外加重患者的液体负荷。综上所述, 使用中药喷雾剂缓解口渴症状有较好的应用效果, 体现了现代医学与中医药结合进而应用于临床的特色, 值得临床推广。为未来 HF 口渴患者研究使用中药喷雾剂缓解口渴提供了借鉴和思路。

2.3 口含冰块

国外的 1 项调查研究显示, 口含冰块是临床护理人员推荐使用的缓解 HF 患者口渴感的常用方法, 但仅代表护理人员的建议, 缺乏足够的应用研究依据, 且老年患者应用口含冰块的方法可能造成口腔粘膜损伤或误吸, 且冰块的刺激性过大。

2.4 自由液体摄入

控制 HF 患者出入量平衡的一项有效措施为液体限制且被广泛认可, 但国外一项研究显示适当增加液体摄入并不会加重 HF 患者的症状且能有效缓解其口渴感, 两组 HF 患者在为期 8 个月的自由饮水和液体限制的情况下活动耐力、再入院率和生活质量无显著差别, 但自由饮水组的 HF 患者口渴感得到显著改善。Aliti 等研究得出三天严格水盐限制组相比无限制水盐组的 HF 患者的症状并无显著改善且口渴感加剧。此外, 中国心力衰竭治疗质量评价专家共识指出轻中度 HF 患者常规限制液体并无获益。综上所述, 通过增加液体摄入量可能改善轻中度 HF 患者的口渴症状, 但此方法不适用于重度 HF 患者。因此, 如何分配 HF 患者的饮水量改善口渴感且维持液体平衡是今后研究中需要考虑的问题。

2.5 中医穴位按压

根据中医理论, 通过按摩水泉穴可使交感和副交感神经相继兴奋, 乙酰胆碱大量释放, 作用于口腔黏膜中的许多小唾液腺(舌下腺、颌下腺、腮腺), 使得唾液分泌增加而达到缓解口渴的作用。因此, 按摩水泉穴可通过生理作用从根本上促进唾液的分泌以缓解患者口渴感, 不仅治标还治本。劳小清等研究得出按摩水泉穴可使 HF 患者的口渴感得到明显改善, 值得临床推广使用。汪欣等得出耳穴贴压辅助乌梅含漱液

治疗能够缓解 HF 患者的口渴症状,提高患者自我管理能力和改善其生活质量。

2.6 其他

国外医疗保健专业人员对 HF 患者口渴管理的一项调查已经确定了几种建议患者帮助缓解口渴的策略,最推荐的策略是冰片(95%),其他策略包括“小口喝水”、“加柠檬片的冷水”、“冰冷水”、“口香糖”、“含片”、“人工唾液”和“薄荷/酪乳糖果”等。除此之外,医疗保健专业人员还推荐了“其他”策略,最常见的“其他”策略是将水果冷冻在冰块托盘中,并分配一整天饮用的水量。但以上仅为推荐策略,在 HF 患者中的应用效果仍缺乏足够的研究依据,因此大多数医疗保健专业人员要么不确定,要么不相信这些策略的有效性。

3 小结

由于利尿剂的使用和限水疗法等因素,大部分 HF 患者有口渴的困扰,影响其生活质量。多数护理人员对 HF 口渴症状重视度不够且更加关注疾病本身治疗的相关护理,没有及时给予有效的缓解措施,亦导致该症状的研究相对滞后。而 HF 患者可能因口渴困扰没有及时解决影响限水疗法的依存性、生活质量甚至其它不良后果。因此及时给予有效的干预措施改善 HF 患者的口渴是至关重要的^[10]。但目前国内外关于 HF 患者口渴的干预研究非常有限,国内没有专门针对此方面的研究。鉴于此,为及时有效的改善 HF 患者的口渴程度,建议国内相关领域研究者在借鉴国内外口渴的调查研究基础上,积极开展针对 HF 患者口渴干预措施的研究,发展适用于我国文化背景和心血管内科医疗环境的 HF 口渴干预措施。此外,建议临床护理人员提高对 HF 患者口渴感的认识,在发挥其实践优势的同时,为今后口渴感干预体系的建立提供更多临床依据。

参考文献

- [1] 中国心血管健康与疾病报告编写组. 中国心血管健康与疾病报告 2019 概要[J]. 中国循环杂志, 2020, 35(9): 833-854.
- [2] Waldreus N, Jaarsma T, van der Wal. Development and psychometric evaluation of the Thirst Distress Scale for patients with heart failure[J]. Eur J Cardiovasc Nurs, 2018, 17(3): 226-234
- [3] Rishi Wadhera, Karen E. Joynt Maddox, Nihar R. Desai, Muthiah Vaduganathan, Lauren Gray Gilstrap, Changyu Shen, Robert W. Yeh. reclassification of hospital performance using the excess days in acute care measure vs. 30-day readmissions for heart failure and acute myocardial infarction: implications for the hospital readmissions reduction program[J]. Journal of the American College of Cardiology, 2020, 75(11).
- [4] 邱文洁. 心衰口渴痛苦量表(TDS-HF)的汉化及临床适用性探索[D]. 内蒙古医科大学, 2020.
- [5] Allida Sabine M., et al. "A Randomised Controlled Trial of Chewing Gum to Relieve Thirst in Chronic Heart Failure (RELIEVE-CHF)." Heart, Lung and Circulation 2020, 09: 004.
- [6] 朱明丽, 杨湘英, 汪丽虹, 任小萍, 金建芬. 增液布津汤喷雾剂在 ICU 机械通气口渴患者中的应用[J]. 浙江临床医学, 2020, 22(3): 408-409.
- [7] Allida SM, Inglis SC, Davidson PM, et al. A survey of views and opinions of health professionals managing thirst in chronic heart failure[J]. Contemp Nurse, 2016, 52(213): 244-252.
- [8] 中国心力衰竭诊断与治疗质量评价和控制指标专家共识[J]. 中国医学前沿杂志(电子版), 2021, 13(03): 52-62.
- [9] 孔祥溢, 贾建平, 杨义. 按压水泉穴、鱼际穴、尺泽穴缓解全身麻醉术后口渴临床观察[J]. 河南中医, 2017, 37(01): 142-144.
- [10] 蒯英博, 丁劲, 刘小勤, 宋宗惠, 刘晓慧. 改良五汁饮改善气阴两虚型心力衰竭病人口渴感的疗效观察[J]. 全科护理, 2022, 20(13): 1802-1805.

版权声明: ©2023 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