

4S 呼吸康复护理联合延续性护理在慢阻肺患者中应用

戚嘉宇, 董秦玲, 程金铃

安徽医科大学第一附属医院 安徽合肥

【摘要】目的 将 4S 呼吸康复护理联合延续性护理用于慢阻肺 (COPD) 患者中, 对其应用价值进行分析。**方法** 回顾性选取 2025 年 1 月-2025 年 12 月本科室收治的 80 例 COPD 患者临床资料, 将行常规护理的 40 例患者纳入对照组, 将实施 4S 呼吸康复护理联合延续性护理的 40 例患者纳入观察组, 对两组干预结果进行比较。**结果** 干预前, 两组症状、疾病影响、活动能力 3 项评分比较, 不具显著差异 ($P>0.05$), 干预后, 观察组各评分更低 ($P<0.05$); 干预前, 两组 CAT、GQOLI-74 评分及 6MWD 比较, 不具显著差异 ($P>0.05$), 干预后, 观察组 CAT 评分更低, GQOLI-74 评分及 6MWD 更高 ($P<0.05$); 两组护理满意度比较, 观察组 97.50% 更高 ($P<0.05$)。**结论** 对 COPD 患者来说, 应用 4S 呼吸康复护理联合延续性护理可有效减轻疾病严重程度, 提高生活质量及运动耐受, 还可提高患者护理满意度, 具有较高应用价值。

【关键词】 慢阻肺; 4S 呼吸康复护理; 延续性护理

【收稿日期】 2026 年 6 月 8 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 1 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260375

Application of 4S respiratory rehabilitation nursing combined with continuity nursing in patients with chronic obstructive pulmonary disease

Jiayu Qi, Qinling Dong, Jinling Cheng

The First Affiliated Hospital of Anhui Medical University, Hefei, Anhui

【Abstract】Objective To analyze the application value of 4S respiratory rehabilitation nursing combined with continuity nursing in patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD). **Methods** A retrospective review of clinical data from 80 COPD patients admitted to our department from January to December 2025 was conducted. Forty patients who received routine nursing were assigned to the control group, and forty patients who received 4S respiratory rehabilitation nursing combined with continuity nursing were assigned to the observation group. The intervention outcomes of the two groups were compared. **Results** Before intervention, there was no significant difference in symptom scores, disease impact scores, and activity capacity scores between the two groups ($P>0.05$). After intervention, the observation group had significantly lower scores in these three aspects ($P<0.05$). Before intervention, there was no significant difference in CAT scores, GQOLI-74 scores, and 6MWD between the two groups ($P>0.05$). After intervention, the observation group had significantly lower CAT scores, higher GQOLI-74 scores, and higher 6MWD ($P<0.05$). The nursing satisfaction rate of the observation group (97.50%) was significantly higher than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** For patients with COPD, the application of 4S respiratory rehabilitation nursing combined with continuity nursing can effectively reduce disease severity, improve quality of life and exercise tolerance, and enhance patient nursing satisfaction, thus demonstrating high application value.

【Keywords】 Chronic obstructive pulmonary disease; 4S respiratory rehabilitation nursing; Continuity nursing

慢阻肺 (COPD) 是一种以气流受限的临床常见肺部疾病, 具有进行性发展、易复发等特点, 临床多表现为咳嗽、咳痰、呼吸困难等症状, 随病情进展可严重损害患者肺功能, 甚至危及生命安全^[1]。目前临床对本病多采用药物治疗, 包括抗生素、支气管扩张剂等, 治疗

期间配合适当的护理模式对提高疗效、改善患者生活质量有积极作用。4S 呼吸康复护理指由有效、简单、安全、节约四种康复原则组成的新型康复护理模式, 其具有较好普适性, 可使患者更好接受, 提高训练依从性, 根据上述原则指导患者开展循序渐进的呼吸康复

训练对改善患者呼吸功能有重要意义^[2-3]。延续性护理可确保患者出院后仍能得到专业的医护人员指导, 可对其病情、康复训练进程等进行动态化监测, 并规范其锻炼及用药等自我管理行为, 督促其建立良好生活方式, 从而改善疾病预后^[4-5]。基于此, 本文将上述护理联合用于本院收治的 COPD 患者中, 报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

回顾性选取 2025 年 1 月-2025 年 12 月本科室收治的 80 例 COPD 患者临床资料, 将行常规护理的 40 例患者纳入对照组, 将实施 4S 呼吸康复护理联合延续性护理的 40 例患者纳入观察组。纳入标准: (1) 均符合《慢性阻塞性肺疾病诊治指南》中 COPD 诊断标准; (2) 意识清晰、神志无异常, 具备生活自理及沟通能力; (3) 临床资料均完善。排除标准: (1) 不会使用电话、微信等智能终端者; (2) 精神、认知等功能异常, 无法与医护人员正常交流或配合康复锻炼者; (3) 无法接受随访或中途失访者。

1.2 方法

对照组行常规护理, 观察组行 4S 呼吸康复护理联合延续性护理, 方法如下:

4S 呼吸康复护理: 根据 4S 呼吸康复原则制定训练方案。①桥式运动: 取仰卧位, 嘱患者屈曲双腿, 将双脚平踏于床面, 之后指导患者进行抬臀、伸髋训练, 保持臀部与床面距离 15cm, 坚持 5s 后躺平, 反复上述训练 15~20 次/d。②呼吸训练: 嘱患者取站姿或坐立位, 双手分别置于前胸、上腹两个部位, 嘱患者经鼻缓慢吸气保持 5s, 尽可能降低膈肌, 左手维持不动同时缓慢抬起右手, 避免胸廓运动。随后经口呼气, 维持 5s, 保持腹肌收缩, 以右手推压后胸背恢复膈肌。15min/次, 2~3 次/d。③拉伸坐起训练: 取仰卧位, 嘱患者用

双手拉住床边缘, 以上肢力量拉起腰背部, 确保上半边躯体离开床面, 维持 5s~10s 后缓慢躺平, 反复训练 15~20 次。

延续性护理: ①成立延续性护理小组, 成员包括主治医师、护士长、经验丰富的护士, 护士长为小组长, 定期组织成员进行关于 4S 呼吸康复训练、延续性护理的相关内容培训学习, 确保所有人员考核成功, 能够熟练掌握应用随访工具方能上岗。②出院前小组成员对患者资料进行收集, 包括性别、年龄、疾病史、治疗方案、出院带药、家庭住址、联系方式等, 建立患者健康档案, 便于后续开展延续性护理方案。③加强对患者的住院指导, 嘱其遵医嘱用药, 坚持 4S 呼吸康复锻炼, 建立良好生活习惯, 定期入院复诊, 出现异常及时入院就诊。④对患者进行定期电话随访, 出院 1 个月内每周电话随访 1 次。

1.3 观察指标

(1) 于干预前后应用圣乔治呼吸问卷 (SGRQ) 对两组评价。

(2) 于干预前后应用慢阻肺疾病评估测试 (CAT)、6min 步行距离 (6MWD)、生活质量综合评定问卷 (GQOLI-74) 对两组评价, CAT 共 8 个问题。

(3) 向两组发放满意度调查问卷, 计算两组护理满意度。

1.4 统计学方法

研究分析软件为 SPSS23.0, 计数和计量资料用 χ^2 和 t 检验, 以%和 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 若 ($P < 0.05$) 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组一般资料比较

两组年龄、性别、病程等一般资料比较, 不具显著差异 ($P > 0.05$), 见表 1。

表 1 两组一般资料比较

项目	观察组	对照组	t/χ^2	P
年龄 (岁)	62.35±4.18	62.48±4.31	0.137	0.891
性别 (例)	男 23 (57.50)	24 (60.00)	0.052	0.820
	女 17 (42.50)	16 (40.00)	-	-
病程 (年)	6.52±1.17	6.61±1.25	0.332	0.740
严重程度 (例)	轻度 12 (30.00)	13 (32.50)	0.269	0.874
	中度 17 (42.50)	18 (45.00)	-	-
	重度 11 (27.50)	9 (22.50)	-	-

2.2 两组 SGRQ 量表评分比较

干预前, 两组症状、疾病影响、活动能力 3 项评分

比较, 不具显著差异 ($P > 0.05$), 干预后, 两组各项评分均较干预前明显降低, 组间比较, 观察组各评分更低

($P<0.05$)。

2.3 两组 CAT、GQOLI-74 评分及 6MWD 比较

干预前, 两组 CAT、GQOLI-74 评分及 6MWD 比较, 不具显著差异 ($P>0.05$), 干预后, 观察组 CAT 评

分更低, GQOLI-74 评分及 6MWD 更高 ($P<0.05$)。

2.4 两组护理满意度比较

两组护理满意度比较, 观察组 97.50% 更高 ($P<0.05$), 见表 2。

表 2 两组护理满意度比较[n, (%)]

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	40	21 (52.50)	18 (45.00)	1 (2.50)	39 (97.50)
对照组	40	15 (37.50)	19 (47.50)	6 (15.00)	34 (85.00)
χ^2	-	-	-	-	9.785
P	-	-	-	-	0.002

3 讨论

COPD 为临床常见的肺部疾病, 其在疾病进展过程中可出现气道重塑、黏液阻塞、肺泡破坏等病变, 导致患者出现进行性、持续性气流受限, 从而对患者肺功能造成损害, 降低运动耐力及生活质量^[6]。传统护理多重视疾病治疗, 虽然有一定肺康复护理内容, 但缺乏系统性、科学性, 且对患者随访力度不足, 使得康复护理效果欠佳, 临床应积极探寻更加科学合理的康复护理方案。

呼吸康复对提高患者机能、改善呼吸功能有重要作用, 可促进患者尽快恢复出院, 降低再入院风险, 改善生活质量, 帮助其回归正常生活^[7]。4S 呼吸康复护理是以安全、简单、有效等原则指导患者开展一系列易上手的呼吸训练, 指导患者进行桥式运动可对患者躯干肌肉进行训练, 指导进行拉伸起坐训练可对上肢肌肉进行训练, 指导患者进行空中踏车、呼吸训练可对下肢肌肉、呼吸肌进行训练, 可避免肢体关节僵硬, 改善呼吸肌疲劳, 逐步提高患者呼吸肌肌力, 改善肺通换气功能, 促使患者运动耐力逐步增加, 从而改善肺功能^[8]。

通过本次对患者病历资料进行回顾性分析发现, 观察组干预后 SGRQ、CAT 评分较对照组低, GQOLI-74 评分及 6MWD、护理满意度较对照组高, 提示上述护理联合应用可改善患者呼吸功能, 减轻疾病严重程度, 提高生活质量及运动耐受, 改善护理满意度。究其原因因为 4S 呼吸康复护理根据患者实际情况制定安全高效的训练方案, 包括桥式运动、呼吸训练等, 可对患者膈肌收缩力进行改善, 提高气道通畅性, 进一步改善肺活量, 促使肺功能及呼吸功能有效恢复, 缓解症状及病情。

综上所述, 对 COPD 患者来说, 应用 4S 呼吸康复护理联合延续性护理可有效减轻疾病严重程度, 提高生活质量及运动耐受, 还可提高患者护理满意度, 具有较高应用价值。

参考文献

[1] 廖玉珍. 个性化护理结合延续性护理干预对慢性阻塞性肺疾病呼吸衰竭患者肺功能及生活质量的作用[J]. 中国防痨杂志, 2024, 46(2):268-270.

[2] 黄珊, 黎淑芬, 谷巧艳, 黄琴, 庞清华. 4S 呼吸康复护理联合延续性护理在慢阻肺患者中的效果观察[J]. 临床护理进展, 2024, 3(10):137-138.

[3] 王慧, 马璐. 4S 呼吸康复护理联合延续性护理在慢阻肺患者中应用[J]. 安徽医学, 2023, 22(5):80-82.

[4] 阿曼古丽·斯迪克, 帕提古丽·奥斯曼, 赵智梅, 等. 延续护理模式联合肺康复在慢阻肺居家无创通气患者中的应用[J]. 智慧健康, 2024, 10(30):150-153.

[5] 陈春露, 范花女, 黄桂芳. 呼吸功能强化训练联合延续护理在慢性阻塞性肺疾病患者中的应用效果[J]. 医疗装备, 2025, 38(22):148-150, 154.

[6] 张斌, 李伊, 刘梅霞, 等. 居家呼吸康复对中度慢性阻塞性肺疾病患者的作用研究[J]. 中国康复医学杂志, 2025, 40(2):217-222.

[7] 张坤, 孙慧. 4S 呼吸康复护理联合个性化系统护理干预对老年慢性阻塞性肺疾病患者肺功能及生活质量的影响[J]. 河南医学研究, 2025, 34(14):2665-2668.

[8] 何克真, 罗雪芬, 张萍. 4S 呼吸康复护理联合延续性护理在慢阻肺患者中应用[J]. 临床护理进展, 2024, 3(8):251-252.

版权声明: ©2026 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/>

