

门诊口腔黏膜白斑患者健康宣教与定期随访护理研究

游涵雪¹, 杨洁炜²

¹ 中山市口腔医院 广东中山
² 中山市公立医院管理中心 广东中山

【摘要】目的 分析门诊口腔黏膜白斑患者健康宣教与定期随访护理效果。**方法** 选择 2024 年 6 月份至 2025 年 5 月份收治的 80 例口腔黏膜白斑患者进行研究, 随机分成对照组和实验组, 每组 40 例患者, 对照组常规治疗和口头宣教, 实验组为系统化宣教联合定期随访, 对比两组患者对疾病相关知识的掌握度, 判断患者的行为依从性以及患者生活质量。**结果** 两组患者开展不同的干预措施后, 实验组患者对疾病相关知识的掌握度更高 ($P < 0.05$), 判断患者行为依从性, 实验组更佳, ($P < 0.05$), 评估生活质量, 实验组更高 ($P < 0.05$)。**结论** 针对于门诊口腔黏膜白斑患者开展系统性的健康宣教的同时, 并进行定期随访管理, 可以提升患者对疾病的认知水平, 提高患者的行为依从性, 促进患者生活质量的进一步提升。

【关键词】 门诊口腔黏膜白斑; 健康宣教; 定期随访; 护理干预

【收稿日期】 2026 年 1 月 10 日

【出刊日期】 2026 年 2 月 4 日

【DOI】 10.12208/j.jmmn.20260105

Study on health education and regular follow-up care of patients with oral leukoplakia

Hanxue You¹, Jiewei Yang²

¹ Zhongshan Stomatological Hospital, Zhongshan, Guangdong

² Zhongshan Municipal Public Hospital Management Center, Zhongshan, Guangdong

【Abstract】 Objective To evaluate the effectiveness of health education and regular follow-up care for outpatients with oral leukoplakia. **Methods** A total of 80 patients with oral leukoplakia admitted between June 2024 and May 2025 were randomly divided into a control group (40 patients) and an experimental group (40 patients). The control group received standard treatment combined with oral education, while the experimental group received systematic health education with regular follow-up care. The study compared disease knowledge acquisition, behavioral compliance, and quality of life between the two groups. **Results** After implementing different interventions, the experimental group demonstrated significantly higher disease knowledge acquisition ($P < 0.05$), better behavioral compliance ($P < 0.05$), and improved quality of life ($P < 0.05$). **Conclusion** Systematic health education combined with regular follow-up management for outpatients with oral leukoplakia can enhance disease awareness, improve behavioral compliance, and further elevate patients' quality of life.

【Keywords】 Outpatient oral leukoplakia; Health education; Regular follow-up; Nursing

口腔黏膜白斑(OLK)是一种以口腔黏膜上白色斑块为主要表现, 且不易刮去也不被诊断为其他任何定义的疾病的损害, 属于一种癌前病变。该病的发病率在 2%-3%之间, 但若患者吸烟或者咀嚼槟榔时, 可以达到 8%及以上。该病的恶化率较高, 对患者的健康造成了较大的影响。当前针对于 OLK 的管理主要指导患者戒烟、戒酒、戒槟榔或者调节锐利牙尖, 同时为患者提供药物指导, 手术切除等, 但单纯的治疗存在一定的不足之处^[1]。OLK 的发病考虑与患者不良的生活习惯关系密切, 患者对疾病的认知存在不足之处, 无法有效的改

善自身的高危行为, 而且治疗效果受到影响, 复发率也较高。OLK 属于慢性疾病, 需要建立长期的管理方案, 患者在门诊就诊过程中, 开展一次性的诊疗模式, 无法实现后续的监督和管理, 患者的随访率下降, 病情变化无法及时发现, 影响患者预后。健康教育, 可以帮助患者建立正确的疾病观念和行为习惯, 系统性的健康宣教, 可以让患者充分的了解 OLK 的性质、危害和自我管理能力。定期随访可以满足患者的后续需求。本文就门诊口腔黏膜白斑患者健康宣教与定期随访护理的效果进行讨论, 现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

参与本次研究患者的数量为 80 例, 时间为 2024 年 6 月份至 2025 年 5 月份, 平均分成对照组和实验组, 每组 40 例, 对照组患者年龄 34-69 岁之间, 平均年龄为 51.55 ± 2.71 岁, 男性 21 例, 女性 19 例, 实验组患者年龄 33-70 岁, 平均年龄 52.36 ± 2.77 岁, 男性 20 例, 女性 20 例。分析我院在此期间所有进行患者的各项资料, 差异性不大, $P > 0.05$ 。

纳入标准: 患者自愿参与研究; 符合 OLK 的诊断标准; 意识清晰, 沟通、阅读、理解能力正常;

排除标准: 确诊为口腔癌或者其他恶性肿瘤的患者; 严重的心、肝、肾等系统性疾病或者精神疾病的患者; 妊娠或者哺乳期的患者; 无法完成随访的患者。

1.2 方法

对照组常规管理, 完善患者的日常诊断以及治疗, 为患者提供用药指导, 并告知患者疾病的发生、发展, 提醒患者戒烟、戒酒, 保持良好的口腔卫生, 提醒患者定期复查, 告知患者消除局部的刺激^[2]。

实验组为系统性的宣教, 建立结构化随访管理, 具体包括: (1) 系统性的健康宣教, 患者就诊时, 责任护理人员为患者开展一对一的宣教, 让患者了解什么是 OLK, 癌前病变的特点, 提升患者的重视度。(2) 让患者了解吸烟、饮酒、咀嚼槟榔对口腔造成的影响, 强化患者认知水平^[3]。(3) 开展饮食管理, 提醒患者居家期间建立健康的饮食习惯, 不吃过热、过辣或者腌制类的食物, 多吃一些新鲜的水果以及食物, 以减少对口腔造成的刺激, 日常开展口腔管理, 指导患者正确刷牙, 合理的使用牙线, 为患者提供戒烟以及戒酒计划,

并鼓励家属给予监督, 提升戒烟以及戒酒的成功率^[4]。

(4) 指导患者自我检查口腔黏膜的颜色和质地变化, 若出现异常时及时就医。(5) 为患者发放健康知识手册, 手册内容应通俗易懂, 并配备图文, 标记重点的内容, 有利于患者反复的查阅和观看, 增加患者印象, 提升患者认知度, 有利于患者得到家属的支持^[5-6]。(6) 播放动画视频, 通过生动的形象来演示疾病的发生、发展, 疾病的核心内容, 强化患者的记忆能力, 提高患者对相关知识的掌握度。(7) 建立随访管理, 干预一个月、三个月后, 为患者提供随访, 了解患者的自觉症状, 疼痛、粗糙感有无改变, 了解患者的行为改变, 口腔卫生情况。同时解答患者提出的问题, 若患者出现戒断反应时, 为患者提供个性化的指导, 给予足够的心理支持。提醒患者定期复查, 并预防下次随访管理, 随访过程中, 控制好时间, 并记录^[7]。

1.3 实验指标

1.3.1 了解患者的健康行为依从性和患者的疾病认知水平。

1.3.2 对比患者的生活质量。

1.4 统计学方法

文中计量数据使用 n 表示, 检验通过 χ^2 。本文所涉及的数据均通过 SPSS21.0 软件进行统计分析, $P < 0.05$ 具有统计学意义。可以进行研究。

2 结果

2.1 对照组患者干预后疾病认知评分为 19.33 ± 3.15 分; 行为依从性评分为 70.45 ± 8.94 分; 实验组患者干预后疾病认知评分为 28.45 ± 1.82 分; 行为依从性评分为 88.72 ± 5.61 分; 干预后, 实验组更佳, $P < 0.05$ 。

2.2 干预后, 实验组患者的生活质量更佳, $P < 0.05$ 。

表 1 分析两组患者的生活质量 ($\bar{x} \pm s$, 分)

项目	对照组		实验组		t	P
	干预前	干预后	干预前	干预后		
生理功能	64.35 ± 3.12	76.49 ± 9.21	64.79 ± 3.45	85.49 ± 9.42	0.428/5.624	$>0.05 / <0.05$
生理职能	63.48 ± 2.64	77.49 ± 8.26	63.79 ± 2.81	81.64 ± 5.24	0.314/4.927	$>0.05 / <0.05$
身体疼痛	45.62 ± 3.42	73.41 ± 5.72	45.28 ± 3.24	79.42 ± 5.62	0.628/10.692	$>0.05 / <0.05$
总体健康	48.78 ± 2.72	63.79 ± 5.41	48.67 ± 2.71	77.69 ± 5.01	0.514/8.628	$>0.05 / <0.05$
活力	49.56 ± 3.42	78.82 ± 3.62	49.52 ± 3.56	83.42 ± 6.42	0.327/7.423	$>0.05 / <0.05$
社会功能	46.71 ± 5.72	74.12 ± 5.71	46.82 ± 5.71	86.32 ± 5.41	0.692/8.193	$>0.05 / <0.05$
情感职能	43.78 ± 2.41	79.69 ± 5.42	43.82 ± 3.05	77.59 ± 8.72	0.795/6.425	$>0.05 / <0.05$
精神健康	46.92 ± 3.28	73.69 ± 6.14	46.75 ± 3.41	81.92 ± 4.58	0.628/9.512	$>0.05 / <0.05$

3 讨论

口腔黏膜白斑作为一种常见的、多发的口腔专科疾病, 在发病严重时会出现癌变。在口腔黏膜白斑表上

皮增生、肉芽肿或者溃疡疼痛等均有着较大的影响。完善患者的健康宣教, 可以提升患者的认知水平, 降低患者出现癌变的风险^[8]。

通过本次研究可以看出, 在为患者提供系统且多角度的宣教和持续性的随访管理, 让患者了解 OLK 的病因、危害、预防等相关知识的掌握度, 满足了患者的护理需求。患者了解相关知识, 患者可以深刻的了解吸烟、饮酒等日常不良的生活习惯对口腔黏膜白斑的影响, 患者改变不良行为的内部动机被激发。完善患者的随访管理, 实现了患者居家期间的持续监督和管理, 在随访过程中为患者提供持续性的支持, 解答患者提出的问题, 解决患者的困难, 减轻了患者改变不良行为当中的阻力, 继而患者的戒烟、戒酒以及口腔卫生管理上的依从性进一步提升^[9]。

分析患者的生活质量, OLK 作为一种癌前病变, 会导致患者出现生理上的不适, 癌变的可能会加重患者的心理负担以及社交焦虑。对比患者的生活质量, 实验组患者更高, 说明良好的宣教, 可以提升患者的认知水平, 患者得到了更为科学且理性的指导, 减少了因为未知而出现的焦虑和恐惧, 为患者提供了足够的情感支持, 患者获得信息的渠道增加, 缓解了患者的内心焦虑, 提升了患者的生活质量, 继而患者对疾病的治疗依从性进一步提升, 建立了正向循环^[10]。

本次研究尚存在一定的局限性, 通过为患者提供三个月的随访管理后, 未对患者的复发率以及恶变率进行评估, 而且研究为单中心, 样本量相对较少, 若外推结果可能存在不足, 未来需要进一步的扩大样本量, 并建立多中心的研究, 实施随访管理, 以提升随访质量。

综上所述, 与常规的门诊护理相比, 对于口腔黏膜白斑的患者开展系统性的健康宣教以及结构的随访管理, 作为一种全面的管理方案, 可以有效的提升患者的认知水平, 使得患者建立健康的行为, 更好的控制疾病的发展, 提升其生活质量, 降低患者出现恶变的风险, 而且该管理可以更好的提升患者的接受度, 在门诊更为适用, 值得提倡。

参考文献

- [1] 刘瑶,任爽,任倩,吕敏,付洁,王红健,孙正,关晓兵.口腔黏膜脱落细胞数量对口腔癌风险指数预测准确性的影响

[J].北京口腔医学,2023,31(3):185-189.

- [2] 汪容,黄蓉,湛超军,王培琳,陈瑞扬,刘晨路.口腔白斑病的治疗研究进展[J].现代口腔医学杂志,2023,37(1):31-36.
- [3] 朱可可,王也彤,周彦志,赵瑾,谭劲,周蓉.基于文献计量学的口腔黏膜下纤维性变研究现状和热点分析[J].实用临床医药杂志,2023,27(14):13-18.
- [4] 李丹,王春立,杨芹,陈芳娇,武莹.预防放化疗患儿口腔黏膜炎最佳证据审查指标的制定及障碍因素分析[J].中国医药导报,2025,22(2):186-191.
- [5] 萧福元,赵炜哲,王非,桂卓嘉,袁晟.食用槟榔对口腔黏膜健康影响的现况研究[J].实用预防医学,2014,21(2):155-159.
- [6] 熊英,曾勇.焦点解决模式在激光治疗口腔黏膜白斑中的应用效果观察[J].激光杂志,2020,41(9):229-233.
- [7] 王焕,郭素萍,钱玉霞.回授法在化疗患者口腔黏膜炎防护中的应用[J].齐鲁护理杂志,2018,24(3):65-67.
- [8] 崔静,陈瑞扬.中老年口腔白斑患者恐惧疾病进展与生活质量的相关性研究[J].北京口腔医学,2020,28(5):288-290.
- [9] Lombardi N ,Arduino G P ,Lampiano M , et al.Authors' Reply: "Surgical Treatment Compared With 'Wait and See' in Patients Affected by Oral Leukoplakia to Prevent Oral Cancer: Preliminary Data From a Multicenter Randomized Controlled Trial".[J].Oral diseases,2024,31(7):2346-2347.
- [10] A F ,G M .Comparison of efficacy of topical application of bleomycin with adjuvant antioxidants vs. Topical curcumin oral gel with adjuvant antioxidants in the treatment of oral leukoplakia[J].Journal of Indian Academy of Oral Medicine and Radiology,2022,34(4):409-413.

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/>



OPEN ACCESS