

多形式健康教育模式在泌尿外科患者术后康复中的应用效果研究

万晓琼, 张丽莉, 朱秋仪, 王 怡, 盛雨慧, 居婷婷

上海市中西医结合医院 上海

【摘要】目的 研究多形式健康教育模式在泌尿外科患者术后康复中的应用效果。**方法** 将 2024 年 7 月-2025 年 7 月接收的 76 例泌尿外科手术患者纳入研究, 随机分为试验组与对比组, 每组 38 例。对比组实施一般术后康复护理, 试验组在此基础上实施多形式健康教育模式, 比较两组效果。**结果** 试验组遵医行为指数显著高于对比组 ($P<0.05$); 试验组康复指标优于对比组 ($P<0.05$)。**结论** 多形式健康教育模式在泌尿外科患者术后康复中的应用效果满意, 可加速术后康复。

【关键词】 泌尿外科; 术后; 康复; 健康教育; 多形式

【收稿日期】 2026 年 5 月 10 日

【出刊日期】 2026 年 6 月 8 日

【DOI】 10.12208/j.ijcr.20260305

Study on the application effect of multi-form health education model in the postoperative rehabilitation of urology patients

Xiaoqiong Wan, Lili Zhang, Qiuyi Zhu, Yi Wang, Yuhui Sheng, Tingting Ju

Shanghai Municipal Hospital of Integrated Traditional and Western Medicine, Shanghai

【Abstract】Objective To study the application effect of multi-form health education model in the postoperative rehabilitation of urology patients. **Methods** 76 urology surgery patients admitted from July 2024 to July 2025 were included in the study and randomly divided into the experimental group and the control group, with 38 cases in each group. The control group received general postoperative rehabilitation care, while the experimental group implemented the multi-form health education model on this basis. The effects of the two groups were compared. **Results** The compliance behavior index of the experimental group was higher than that of the control group ($P < 0.05$); the rehabilitation indicators of the experimental group were better than those of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The application effect of the multi-form health education model in the postoperative rehabilitation of urology patients is satisfactory, and it can accelerate postoperative rehabilitation.

【Keywords】 Urology; Postoperative; Rehabilitation; Health Education; Multi-form

目前,随着加速康复外科理念的推广,加速康复作为术后护理核心目标,如何推动患者在短时间实现机体康复成为重点^[1]。但术后康复受到多种因素影响,不仅包括医护人员的各项操作质量,也包括患者自身的自护能力。健康教育作为一项基本的护理内容,通过宣传疾病与护理知识,可提高患者的自护能力,但患者属于非专业的医护人员,难以在短时间内对教育内容进行理解、吸收。研究发现,多形式健康教育模式能够提高临床康复质量,但较少有研究将其用于泌尿外科术后康复^[2]。对此,研究多形式健康教育模式在泌尿外科患者术后康复中的应用效果。

1 对象和方法

1.1 对象

将 2024 年 7 月-2025 年 7 月接收的 76 例泌尿外科手术患者纳入研究,随机分为试验组与对比组,每组 38 例。对比组中男性 24 例,女性 14 例,年龄 32-67 岁,均值 (48.73 ± 4.23) 岁,泌尿外科疾病类型:肾结石 15 例,输尿管结石 10 例,膀胱结石 8 例,其他 5 例;试验组中男性 25 例,女性 13 例,年龄 34-68 岁,均值 (48.84 ± 4.26) 岁,泌尿外科疾病类型:肾结石 16 例,输尿管结石 8 例,膀胱结石 9 例,其他 5 例。比较两组泌尿外科手术患者的基本信息,无统计学意义 ($P>0.05$)。

纳入标准:①经影像学检查和临床症状观察,确诊为泌尿外科疾病;②采用泌尿外科手术治疗;③年龄<85 岁;④对研究知情并同意。

排除标准: ①合并凝血功能障碍; ②感染急性期患者; ③认知障碍; ④重要器官功能不全; ⑤癌症晚期; ⑥高龄, 手术风险高; ⑦语言、听力功能障碍, 无法正常交流。

1.2 方法

1.2.1 对比组

对比组实施一般术后康复护理, 术后常规监测各项生命指标, 严密观察排尿情况, 记录尿量、尿液、排尿频率等, 对异常情况及时上报。开展疼痛科学管理, 给予多模式镇痛, 非必要情况下不应用镇痛药, 必要时应用镇痛药后, 观察疼痛减轻和相关不良反应发生情况。注意切口清洁维护, 对各导管密切监测, 积极控制感染, 重视体温监测。对患者及家属进行基础健康宣教, 告知泌尿外科术后需注意的问题, 叮嘱饮食上不要过于急躁恢复至普食, 术后严格遵照医嘱, 短期内禁食或饮用流食, 中后期以半流食和清淡饮食为主。指导做好自我管理, 术后及时下床活动, 活动和卧床时防止导管压迫、弯折, 出院后 3 个月禁止高强度运动。

1.2.2 试验组

试验组在此基础上实施多形式健康教育模式: (1) 术后 1-2d 健康教育: 术后 1-2d 内, 指导患者尽量卧床休息, 加强切口保护, 不要随意翻动身体, 以免导致切口出血, 或因为牵拉切口而引发疼痛。提醒家属在陪护期间重点观察患者的临床表现, 包括难受程度、呕吐、发热情况, 一旦发现异常, 及时汇报给医护人员。现阶段下, 部分患者处于正在苏醒期, 没有做到彻底清醒, 将健康教育形式设置为口头讲解, 简单告知术后 1-2d 制动, 疼痛属于常见泌尿外科手术现象, 在可以忍受的情况下可不应用镇痛药, 讲解镇痛药的副作用。(2) 术后中期健康教育: 在术后中期, 该阶段患者已经处于彻底清醒状态, 给予针对性泌尿外科疾病及手术治疗、术后康复知识讲解, 健康教育形式设置为口头、视频、宣传册等多种形式, 帮助患者掌握必要的术后康复技能。在口头讲解中, 一对一面对面告知术后饮食宜清淡、易消化, 建议食用米粥、鱼汤、玉米糊等食物, 在促进机体恢复的过程中防止便秘发生。指导患者下床活动, 在科室走廊简单活动, 避免切口粘连, 促进各项机能康复。在视频讲解中, 播放关于自身疾病和手术治疗方案的相关视频, 或指导患者、家属关注医院微信公众号、抖音号, 在官方账号上搜索与自身疾病有关的视频, 通过观看视频了解疾病知识。在网上下载关于术后康复的知识讲解视频, 引导患者或家属观看, 提醒按照视频中要求的内容做好术后自我管理。在宣传册讲解中, 将

科室内部宣传册、画报等一切可以利用的资料作为讲解材料, 让患者和家属一边听口头讲解, 一边借助资料加深印象, 促进理解。(3) 出院前健康教育: 出院前 1d 再次对患者和家属进行健康教育, 重点以口头方式告知出院后的注意事项, 提醒出院后做到劳逸结合, 既要保持每日活动量, 又要注意多休息, 不能过于劳累, 尤其是中老年患者。对合并慢性病的患者, 指导坚持用药, 家庭中准备相应的血压、血糖测量仪器, 及时监测指标。家庭生活中严格按照医嘱进食、用药, 禁止擅自停药或减少药量, 同时在规定时间内到院复查。为避免疾病复发, 明确告知疾病相关危险因素, 提醒在生活中有意识规避危险因素, 如结石患者应该少吃高嘌呤食物, 多喝水, 不要憋尿, 当感觉到尿意, 应立即解决。在持续关注医院微信公众号、抖音号基础上, 在患者出院后继续在账号上发送关于泌尿外科术后康复和院外管理相关的文章或视频, 出院前提醒患者和家属及时观看, 不断强化自我管理技能。

1.3 观察指标

比较两组遵医行为指数、康复指标: (1) 遵医行为指数: 用遵医行为问卷调查表评估患者术后遵医行为, 共 20 个问题, 每个问题 0-5 分, 总分 0-100 分, 85-100 分为完全遵医, 60-84 分为基本遵医, 0-59 分为不遵医, 遵医行为指数 = (完全遵医 + 基本遵医) 例数 / 总例数 $\times 100\%$ [3]。(2) 康复指标: 包括术后卧床时长、下地活动时长、疼痛时长、住院天数。

1.4 统计学分析

用统计学软件 SPSS21.0 进行数据处理, 符合正态分布的计量资料用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 组间比较用独立样本 t 验证, 计数资料用 (%) 表示, 组间比较用独立样本 χ^2 验证, $P < 0.05$ 为差异明显, 有统计学意义。

2 结果

2.1 两组遵医行为指数比较

试验组 ($n=38$) 中完全遵医 14 例 (36.84%), 基本遵医 21 例 (55.26%), 不遵医 3 例 (7.89%), 遵医行为指数为 92.11% (35/38); 对比组 ($n=38$) 中完全遵医 10 例 (26.32%), 基本遵医 20 例 (52.63%), 不遵医 8 例 (21.05%), 遵医行为指数为 78.95% (30/38), 试验组遵医行为指数高于对比组 ($\chi^2 = 6.997$, $P = 0.008$)。

2.2 两组康复指标比较

试验组 ($n=38$) 的术后卧床时长为 (11.25 ± 4.16) h, 下地活动时长为 (9.26 ± 1.43) h, 疼痛时长为 (3.69 ± 0.13) h, 住院天数为 (5.24 ± 0.36) 天; 对比组

($n=38$)的术后卧床时长为(15.73 ± 5.18)h, 下地活动时长为(7.51 ± 0.87)h, 疼痛时长为(5.20 ± 0.37)h, 住院天数为(7.88 ± 1.15)天。试验组术后卧床时长、疼痛时长、住院天数短于对照组($t=4.157, 23.735, 13.505$, P 均 <0.001), 下地活动时长高于对照组($t=6.445$, $P<0.001$)。

3 讨论

泌尿外科手术量近年来逐渐增加, 在腹腔镜等微创技术的推动下, 越来越多患者优先选择手术治疗泌尿外科疾病, 消除对传统开腹手术的恐惧感, 对外科技术更信赖^[4]。微创手术本身能够加速泌尿外科术后康复, 切口长度明显缩短, 直接减轻手术疼痛和降低感染风险。但良好的术后康复效果强调医护人员与患者双方的紧密配合, 只是医护人员单向服务, 而患者不配合也会影响术后康复^[5]。患者保持积极向上的治疗态度和掌握一定疾病管理技能, 联合医护人员的诊疗措施, 有助于加速术后康复。健康教育对改善泌尿外科术后患者心理状态存在积极影响^[6]。

此次研究结果显示, 试验组遵医行为指数高于对照组, 康复指标均优于对照组, 说明多形式健康教育模式在泌尿外科术后康复患者中能够提高遵医行为, 加速临床康复。分析原因为一般术后康复护理中的健康教育内容比较简单, 没有重视健康教育在促进术后康复方面的重要作用, 患者缺乏丰富的疾病及术后护理知识, 只能依靠医护人员提供护理服务, 且护理过程中存在不配合情况, 出院后由于没有专人管理, 在饮食、运动方面有不健康行为, 进而阻碍康复。多形式健康教育模式的优点在于以下两点: 一是重视健康教育对泌尿外科术后康复产生的积极影响, 经过重点围绕健康教育采取干预措施, 不仅在院内进行一对一的疾病和术后护理知识讲解, 同时在院外持续保持健康知识宣传, 使患者了解到更多疾病管理知识, 在提升认知水平的前提下, 愿意主动配合, 严格遵照医嘱, 自主减少错误行为, 养成自我约束能力。二是采用多种形式的健康教育方式, 联合口头、视频、文章、宣传册等多种方式, 避免患者在枯燥的文字讲解中降低自我管理积极性,

增加主动了解的兴趣。在多种形式教育下, 特别是视频和文章推送, 借助新媒体渠道, 弥补一般健康教育中只能在院内开展的缺陷, 院外同样给予相关知识宣传, 将宣传内容集中在术后康复范围内, 让患者能够精准知道哪些行为不利于术后康复, 提高自我护理能力, 自主改变不健康的生活方式, 为术后康复提供有利条件。

综上所述, 多形式健康教育模式用于泌尿外科术后患者可促进术后快速康复, 提高遵医行为指数, 在严格遵照医嘱基础上, 缩短术后卧床、疼痛及住院时间, 合理管理自我行为。

参考文献

- [1] 彭琳, 昌子艳. 快速康复理念结合病房整体护理对泌尿外科接受尿道微创手术的输尿管结石老年患者术后恢复的影响[J]. 中国当代医药, 2023, 30(35): 192-196.
- [2] 刘小丫, 孙娟. 呼吸训练联合多形式健康教育改善 COPD 合并呼吸衰竭患者临床康复质量及心理状态研究[J]. 河北医药, 2024, 46(07): 1037-1040.
- [3] 蔡荟萃, 陈燕, 王燕, 等. 多形式健康教育模式联合简易呼吸功能锻炼对老年肺癌放疗病人癌因性疲乏及遵医行为的影响[J]. 实用老年医学, 2024, 38(09): 968-972.
- [4] 黄庆彬, 叶启燕. 加速康复外科理念联合心理护理对泌尿外科手术患者术后康复质量、睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10(01): 114-116.
- [5] 俞小英, 徐艳, 林琴, 等. 基于精准护理理念的泌尿外科患者术后康复效果研究[J]. 基层医学论坛, 2025, 29(23): 120-122.
- [6] 徐亚楠, 吴颖, 杨萌, 等. 情景式健康教育对泌尿外科术后患者睡眠质量与心理状态的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2024, 30(06): 38-40.

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