

多元化健康教育在慢性乙型肝炎护理中的应用价值及对生活质量的影响

齐 钗, 魏晓敏, 胡守紫*

海军军医大学第三附属医院 上海

【摘要】目的 观察健康教育在慢性乙型肝炎护理中的应用价值及对生活质量的影响。**方法** 选取我院慢性乙型肝炎患者 66 例 (2019 年 3 月至 2020 年 5 月), 随机分为常规护理的对照组 (33 例) 及在对照组基础上给予多元化健康教育干预的观察组 (33 例), 对比两组护理效果。**结果** 与对照组相比, 观察组生活质量评分、健康知识认知度评分高, $P < 0.05$ 。研究组患者健康行为平均得分明显高于对照组患者平均分, ($P < 0.05$)。与对照组比较, 研究组护理满意度 (服务态度、服务技术、服务效率、服务质量、时间管理) 更高 ($P < 0.05$)。**结论** 在慢性乙型肝炎护理中应用健康教育, 能提高患者健康知识认知度和健康行为平均得分, 进而提升患者生活质量和护理满意度, 值得借鉴。

【关键词】 健康教育; 慢性乙型肝炎; 生活质量; 应用价值

【收稿日期】 2025 年 3 月 15 日

【出刊日期】 2025 年 4 月 14 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20250142

Application value of diversified health education in chronic hepatitis by nursing and its impact on quality of life

Chai Qi, Xiaomin Wei, Shouzi Hu*

The Third Affiliated Hospital of Naval Medical University, Shanghai

【Abstract】 Objective To observe the application value of health education in chronic hepatitis B nursing and its impact on the quality of life. **Methods** Sixty - six chronic hepatitis B patients in our hospital from March 2019 to May 2020 were selected. They were randomly divided into a control group (33 cases) receiving routine nursing and an observation group (33 cases) receiving diversified health education intervention based on the control group. The nursing effects of the two groups were compared. **Results** Compared with the control group, the scores of quality of life and health knowledge awareness in the observation group were higher ($P < 0.05$). The average score of healthy behaviors of patients in the observation group was significantly higher than that of patients in the control group ($P < 0.05$). Compared with the control group, the nursing satisfaction (service attitude, service skills, service efficiency, service quality, time management) of the observation group was higher ($P < 0.05$). **Conclusion** Applying health education in chronic hepatitis B nursing can improve patients' health knowledge awareness and the average score of healthy behaviors, thereby enhancing patients' quality of life and nursing satisfaction. This approach is worthy of reference.

【Keywords】 Health education; Chronic hepatitis B; Quality of life; Application value

1 前言

乙型肝炎是一种传染性疾病, 进展较慢且具有反复发作的特点。慢性乙型肝炎在我国较为常见, 如果患者得不到及时治疗, 就会导致病情加重, 发展为肝硬化甚至肝癌, 最终危及生命安全^[1]。在该病临床治疗中, 常采用护肝及抗病毒药物治疗, 有学者认为, 治疗的同时加强临床护理干预对治疗效果的提高意义重大。慢

性乙型肝炎疾病存在特殊性, 相比于其他方面, 患者健康知识的掌握是非常重要的, 因此, 必须加强患者健康教育工作^[2]。本研究选取我院慢性乙型肝炎患者 66 例, 观察健康教育在临床应用的价值及对生活质量的影响。

2 资料与方法

2.1 一般资料

2019 年 3 月至 2020 年 5 月, 选取我院慢性乙型

*通讯作者: 胡守紫

肝炎患者 66 例, 随机分为 2 组, 各 33 例。对照组男 18 例, 女 15 例, 年龄 24 至 74 (49.37 ± 5.28) 岁, 病程 2 至 14 (8.36 ± 2.18) 年, 观察组男 17 例, 女 16 例, 年龄 25 至 75 (50.63 ± 5.56) 岁, 病程 2 至 13 (8.11 ± 2.72) 年。一般资料对比, $P > 0.05$ 。

2.2 方法

对照组患者给予常规基础护理, 具体内容如下: 首先, 叮嘱患者遵医嘱用药, 严格按医生规定的剂量和时间服药, 不能擅自增减药量或停药。牢记服药疗程, 像核苷(酸)类似物通常需长期服用, 随意停药易致病情复发或加重。若服药期间出现不适, 如恶心、呕吐、头晕等, 及时告知医生, 不要自行处理。其次, 给予基础指导, 包括①生活习惯: 保证充足睡眠, 每晚尽量睡够 7-8 小时, 避免熬夜。日常适度运动, 如散步、打太极拳, 以不感到疲劳为宜。②饮食: 保持均衡饮食, 多吃蔬菜水果、全谷物; 减少油腻、辛辣、刺激性食物摄入, 戒烟戒酒。③复查: 按照医生要求定期复查肝功能、乙型肝炎病毒载量、肝脏超声等项目, 以便及时发现病情变化。未建立健康教育网络平台和未能参加健康教育讲座等。

观察组患者在对照组基础上给予多元化健康教育, 具体内容如下: ①了解患者基本信息, 建立健康档案, 评估患者综合情况, 在整个护理过程中及时更新健康方案信息, 将患者新出现的问题及时体现于其中。根据患者一般情况、遵医行为等制定健康教育计划。由于慢性乙型肝炎存在其自身特点, 必须对患者制定个性化的饮食方案, 根据患者的病情、身体状况和饮食习惯, 为其提供合理的饮食建议, 如增加蔬菜、水果摄入, 减少油腻、辛辣食物。为患者规划适合的运动计划, 如建议病情稳定的患者每周进行 150 分钟左右的中等强度有氧运动, 像快走、慢跑等, 并提醒运动时的注意事项。督促患者养成良好的生活习惯, 如戒烟戒酒、规律作息, 告知患者不良生活习惯对肝脏的损害。②药物治疗为慢性乙型肝炎主要治疗方式, 进而需加强用药健康教育。首先向患者讲解药物种类、剂量、用法等, 部分患者会由于年龄较大、记忆力减退等不能遵医嘱用药, 因此, 可将用药方法写于纸条上并提醒患者用药。③建立健康教育网络平台, 如微信群, 可在平台上不定时发放相关视频指导, 护患可在群中交流, 患者可分享优质经验, 护理人员则进一步强调遵医嘱用药的重要性。④开展健康教育讲座, 向患者说明口服抗病毒药物注意事项^[4]。

2.3 观察指标

(1) 患者生活质量评定采取以躯体功能、心理功

能、物质生活以及社会功能为主的生活质量综合评定表, 患者的生活质量水平与评分成正比, 评分越高说明患者的生活质量越好。(2) 健康知识认知度评分: 总分 100 分, 评分高即健康知识了解程度高。(3) 由(饮食健康行为、规律服药行为、健康生活方式)这几方面比较分析两组患者健康行为进行评分。(4) 比较两组护理满意度, 采用本院制定的满意度调查问卷进行评估, Cronbach's $\alpha = 0.869$, 包括服务态度、服务技术、服务效率、服务质量、时间管理等, 分值分别为 0~10 分, 分值与满意度呈正比。

2.4 统计学方法

所有结果的统计学分析使用 SPSS30.0 软件进行, 使用均数 \pm 标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表示符合正态分布的计量资料, 使用独立样本 (t) 检验进行组间比较; 使用中位数(最小值-最大值)表示偏态分布的计量资料, 使用秩和检验进行组间比较; 使用重复测量方差分析进行多组间、多个时间点的计量资料比较; 使用 (χ^2) 检验进行计数资料率(%)和不良反应发生率的比较, 设定当 ($P < 0.05$) 时, 认为有统计学差异。

3 结果

3.1 生活质量对比

观察组社会功能(86.43 ± 2.15)分, 心理功能(87.54 ± 2.37)分, 物质生活(87.82 ± 3.34)分, 躯体功能(86.73 ± 2.54)分, 均高于对照组, $P < 0.05$ 。

3.2 健康知识认知度对比

观察组健康知识认知度(93.85 ± 3.84)分, 高于对照组, $P < 0.05$ 。

3.3 健康行为评分对比

本次研究发现, 研究组患者健康行为平均得分明显高于对照组患者平均分, $P < 0.05$ 。

3.4 护理满意度对比

与对照组比较, 观察组护理满意度(服务态度、服务技术、服务效率、服务质量、时间管理)更高($P < 0.05$)。

4 讨论

慢性乙型肝炎患者一旦确诊就必须进行有效治疗, 控制病情发展, 避免引发严重后果。据调查显示, 很多乙型肝炎患者对疾病了解程度较低, 并且存在生活习惯不佳、用药不合理等情况, 进而降低疾病治疗效果^[3]。基于此, 采取科学有效的护理干预措施成为改善患者预后的重要手段。通过实施全面、系统的护理干预, 能够显著提高患者对疾病的认知水平, 帮助他们充分了解疾病的相关知识, 认识到不良生活习惯和不合理用药的危害。进而促使患者主动改变不良生活方式, 规范

用药行为,减少这些不良因素对病情的负面影响,积极有效地控制病情进展。

本次研究发现,与对照组相比,观察组生活质量评分、健康知识认知度评分高, $P < 0.05$ 。研究组患者健康行为平均得分明显高于对照组患者平均分, ($P < 0.05$)。与对照组比较,研究组护理满意度(服务态度、服务技术、服务效率、服务质量、时间管理)更高 ($P < 0.05$)。为了确保健康教育能够达到最佳效果,在实施前全面了解患者的个体差异至关重要。护理人员需要深入了解患者的文化程度,因为文化程度不同,患者对健康知识的接受能力和理解程度也会有所差异。同时,掌握患者的性格特征也不容忽视,性格开朗的患者可能更适合集体健康教育,而性格内向的患者可能更倾向于一对一的沟通方式^[5-6]。基于这些全面的了解,护理人员可以选择最适合患者的健康教育方式。通过面对面交流,护理人员能够与患者建立起直接、有效的沟通渠道,及时捕捉患者的疑问和困惑,并给予针对性的解答;一对一讲解则更加个性化,能够根据患者的具体情况,详细、深入地讲解疾病知识和护理要点,帮助患者解决实际问题,使其在整个治疗过程中都能得到及时、有效的帮助与指导,从而更好地配合治疗和护理工作,提高治疗效果和生活质量。

5 结论

在慢性乙型肝炎的治疗与管理中,健康教育扮演着极为关键的角色,是提升患者健康水平与治疗效果的重要干预手段。对于慢性乙型肝炎患者而言,有效的健康教育是促进其医疗行为改善的有力举措。一方面,它能加深患者对慢性乙型肝炎的认知,帮助患者掌握健康的生活方式,诸如合理膳食,遵循低脂、高蛋白、高维生素的饮食原则,远离烟酒;规律作息,保证充足睡眠,避免熬夜;适度运动,选择散步、太极拳等有氧运动,增强机体免疫力。另一方面,还能引导患者养成健康行为,提升自我护理能力,使患者尽可能避免一些可能加重病情的诱发因素,如滥用药物、过度劳累、情绪波动等,从而提高治疗效果。同时,健康教育在协调护患关系上也发挥着积极作用。通过耐心、细致地向患者普及疾病知识、治疗方案及护理要点,护理人员能够提高患者对护理工作的认同感和对护理人员的信任感,进而提高患者的遵医行为,确保各项治疗和护理措施得以顺利实施^[7-10]。值得注意的是,在健康教育过程中,若护理人员遇到自身也不清楚的问题,需秉持积极负责的态度,主动寻求其他帮助,如及时联系医师、查阅专业资料或向资深同事请教等,深入了解相关问题,从

而更好地满足患者的健康教育需求,为患者提供更全面、优质的健康服务。

综上所述,在慢性乙型肝炎护理中应用多元化健康教育基于网络平台、健康教育讲座和药物指导的不同特异性,能提高患者健康知识认知度和健康行为平均得分,进而提升患者生活质量和护理满意度,值得借鉴。

参考文献

- [1] 刘光芹,张晶晶.健康行为互动模式对慢性乙型肝炎患者遵医行为及自我效能的影响[J].医学临床研究,2019,36(12):2436-2438.
- [2] 时艳丽,王焕枝,刘红.优势内容递增健康教育法对慢性乙型肝炎患者抗病毒治疗依从性的影响[J].实用肝脏病杂志,2018,23(05):797-798.
- [3] 陈兆霞,许巧珍.多元化健康教育对慢性乙型肝炎抗病毒治疗患者知行水平及自我管理能力的影晌[J].医学临床研究,2019,36(01):137-139.
- [4] 王虹.药物抗病毒治疗慢乙肝的最新研究进展[J].黑龙江医学,2021,45(13):87-89
- [5] 阮隽.聚焦解决模式对慢性乙型肝炎患者疾病认知水平及自我护理能力的影响[J].实用医院临床杂志,2018,15(04):237-239.
- [6] 刘瑜萍,张丹红,田超.针对性护理干预对慢性乙型肝炎合并糖尿病患者的应用疗效评价[J].糖尿病新世界,2020,23(09):94-95.
- [7] 蔡园春,林玲.综合护理干预在慢性乙型肝炎合并糖尿病患者中的应用效果研究[J].名医,2020,20(13):157-158.
- [8] 林丽霞,邱荣仙,唐淑芬,汤明珠,郑燕香,刘金花.优质护理用于慢性乙型肝炎合并2型糖尿病患者的效果观察[J].糖尿病新世界,2019,22(08):104-105.
- [9] 曹艳英,李炳英,余素芳,李盛,张苑榆.系统健康教育对慢性乙型肝炎患者抗病毒治疗依从性及睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2021,8(04):56-57.
- [10] 赵红艳.健康教育在乙型肝炎护理中的应用效果[J].中国医药指南,2021,19(8):213.

版权声明: ©2025 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