

健康教育干预应用于慢性胃炎护理效果的研究进展

陈文慧, 陈泓锦*

中国人民解放军联勤保障部队第九六〇医院 山东济南

【摘要】慢性胃炎属于临床中常见的一种疾病,在各种原因的影响下,患者胃黏膜伴有慢性非萎缩性炎症性疾病,由于没有特定的疾病临床表现,大多数患者伴有胃上部肿胀和疼痛、泛酸、嗝气和食欲下降。由于该病程较长,患者需进行长期居家休养康复,大部分患者缺乏足够的自我管理能力和出院准备度较低,从而导致不良后果。健康教育旨在提供科学、合理的康复计划,更好地满足患者护理需求,提高整体生活质量,因此探讨护理干预措施对该疾病具有极其重要的意义。本文综述了健康教育干预应用于慢性胃炎护理效果的研究进展,以提升患者预后并促进其恢复。

【关键词】健康教育干预;慢性胃炎;护理效果;研究进展

【收稿日期】2025 年 9 月 18 日

【出刊日期】2025 年 10 月 17 日

【DOI】10.12208/j.jnmn.20250514

Research progress on the application of health education intervention in the nursing effect of chronic gastritis

Wenhui Chen, Hongjin Chen*

960th Hospital of the Joint Logistics Support Force of the Chinese People's Liberation Army, Jinan, Shandong

【Abstract】Chronic gastritis is a common disease in clinical practice. Under the influence of various reasons, patients' gastric mucosa is accompanied by chronic non atrophic inflammatory diseases. Due to the lack of specific clinical manifestations of the disease, most patients are accompanied by upper gastric swelling and pain, acid reflux, belching, and decreased appetite. Due to the long course of the disease, patients need to undergo long-term home rest and rehabilitation. Most patients lack sufficient self-management ability and have low preparation for discharge, resulting in adverse consequences. Health education aims to provide scientific and reasonable rehabilitation plans, better meet the nursing needs of patients, and improve overall quality of life. Therefore, exploring nursing intervention measures for this disease is of great significance. This article reviews the research progress on the application of health education intervention in the care of chronic gastritis, in order to improve patient prognosis and promote their recovery.

【Keywords】Health education intervention; Chronic gastritis; Nursing effectiveness; Research progress

慢性胃炎是一种持续存在的胃黏膜炎症,其发生原因多种多样。这是一种常见的消化系统疾病,具有高发生率、反复发作和治愈缓慢等特点。慢性胃炎常见症状包括胃部膨胀、隐痛、身体乏力以及稀便。如果不进行治疗,该情况会逐渐恶化,并严重影响生活质量。临床主要通过西医对症治疗,可以在较为快速的时间内改善临床表现。然而,在停止治疗后,这些表现往往会再次出现,因此需要长期用药。在慢性胃炎病程时间长的负面影响下,会导致患者的生活质量和身心健康

显著下降,患者在症状管理、日常生活、信息需求、社会支持、心理情绪和亲密关系等方面有许多未满足的需求^[1]。健康教育可以帮助患者康复并提高他们的生活质量,了解患者的护理需求是继续护理的基础。本文即阐述了健康教育干预应用于慢性胃炎护理效果的研究进展,报告如下。

1 健康教育在慢性胃炎患者中的需求现状

1.1 健康教育简述

健康教育以声音、图像、视频和其他形式的结合可

*通讯作者: 陈泓锦

以提高患者的健康知识意识,避免因缺乏健康知识而产生的负面心理影响。通过视觉学习制定循证有效的出院准备干预措施,以提高患者的出院准备状态,使患者能够从医院到家庭的平稳过渡,有利于患者最终的康复,有望使患者从中受益,让患者进一步了解病情相关知识,以此提高其自护能力^[2]。

1.2 护理需求现状

慢性胃炎患者的预后与多种因素有关,如年龄、病理、临床治疗方案、治疗敏感性以及患者自身心理因素。传统观点认为,慢性胃炎病程持续时间长,但最近的临床研究表明,在慢性胃炎患者接受了健康教育后,可提高患者依从性,改善其心理障碍情况^[3]。因此,我们需要建立患者对病情控制的信任,积极寻求治疗。

2 健康教育在慢性胃炎患者中的需求类型

2.1 社会支持需求

为慢性胃炎患者提供健康教育可以鼓励他们积极采用生活方式,并确保他们的生活方式达到最佳状态。对于部分患者的年龄较大,需要孩子对其进行经济赡养,家庭支持也是社会支持的主要因素。大多数慢性胃炎患者需要社会支持,进一步的家庭支持更有效。因此,在健康教育中,有必要不断向患者提供社会支持的情况,积极支持他们,加强对社会支持系统的解释,确保患者对护理和康复的信心不断增强。

2.2 家庭护理需求

慢性胃炎患者需要长期的家庭护理,对他们的护理干预和相关护理能力的了解决定了预后患者的健康状况,患者需要花时间和精力进行预后护理,改善自己的健康现状。一项研究发现,慢性胃炎伴心理障碍患者的护理需求在持续增加,因此,医务人员必须在患者的不同阶段提供足够的健康教育知识,以满足他们的护理需求^[4]。

2.3 心理护理需求

就医压力、生活习惯的改变和饮食行为的限制都会增加慢性胃炎患者的心理障碍,由于病情的特殊性,治疗期饮食与生活习惯需注意多方面,身体不适度较高,患者经常会感到自身病情十分严重,害怕病情更加严重化,很容易导致焦虑抑郁的心理。所以,为慢性胃炎患者提供健康教育是非常重要和必要的。

2.4 信息认知需求

患者和家属在疾病的不同阶段有不同的信息要求和重点内容,表明医护人员必须在疾病的各个阶段为患者提供不同的信息方式和渠道,提高专业技能以满足患者信息需求。

3 健康教育在慢性胃炎患者中的应用方法

3.1 组建小组

建立一个由护士长领导的护理小组,由专科护士、主治医师、营养师和康复医生组成,为每位患者建立个人档案,并对患者的状况和(或)个人状况进行详细评估,详细记录患者在住院期间的各种行为特征,为后续的远程和家庭监控保留患者及其家人的联系信息。同时加强护士责任心,护士在工作之中,需要对患者感同身受,工作责任心要强,对患者生病后的不自信状态要进行鼓励,对病情情况不能随便摆谈,就算和主治医生讨论患者治疗情况,也要在办公室内交流,而不是当着患者面直接讨论。

3.2 心理健康教育

3.2.1 视频宣教

患者刚入院接受医护人员自我介绍,即积极告知患者医务人员资料,使患者能够快速识别这些人,并避免因其医务人员身份不明而感到孤独。护士在与患者沟通的过程中,要保持积极的心态,使患者能够快速适应医院环境,最大限度地消除不确定性,形成稳定可靠的心理感受,把患者感受放在第一位。随后详细解释了视频宣教的目的和重要性;教患者扫描二维码并下载相关视频,要求患者及其家属花时间学习并提高对健康教育的理解^[5]。护士可以在健康管理过程中与患者沟通,了解患者的心理状况,根据患者的性格、教育水平、家庭情况等具体情况管理健康教育。第一次观看将由负责的护士陪同,患者可以随时提问;责任护士每天了解患者的健康知识掌握状况,并对不理解或误解的地方进行改进。

3.2.2 心理护理

慢性胃炎患者常常会经历各种程度的焦虑、抑郁等负面情绪。这些情绪状态可能会对临床治疗中患者的依从性产生不利影响。为了缓解这些负面情绪,护理人员在实践中应积极地与患者进行沟通。密切关注患者心理和情感健康状况,并提供必要的支持和鼓励。此外,护理人员应该与患者家属建立更好的沟通渠道,并寻求他们的积极支持。还需要加强安全预防措施以避免事故发生,并通过分享成功恢复案例来增强患者的治疗信心。

3.2.3 信念树立

采用结构导向、短期和认知导向的心理治疗。护士专注于患者的负面情绪,积极与患者沟通,接受他们的情绪,并尝试与他们互动。对于导致患者负面情绪的各种原因,进行各种形式的心理咨询,帮助患者了解

负面情绪对康复和手术预后的危险和负面影响^[6]。对于焦躁患者有必要将注意力转移到疾病本身以外的东西上,每天可以播放音乐,阅读报纸杂志等,使她们身心平静;对于那些处于心理抑郁的病人,建议家庭成员抽出时间陪伴患者,增加家庭支持,并为患者创造一个合适平静的心理环境。更多地关注患者,用语言促进她们心理健康,积极支持和沟通患者,为患者树立积极信念。

3.2.4 情绪理念培训

护理人员向患者介绍 ABC 情绪理论,帮助他们理解不同的情绪是因为每个人对同一件事有不同的解释。如果我们能保持一种开放和接受的态度,我们就不会被情绪所控制。教导患者重新选择生活评估,将所学知识应用到日常生活中,如正确刷牙、吃饭等,在日常生活中培养正念意识。

3.3 日常康复健康教育

3.3.1 环境护理

环境护理即患者休养的环境需要格外注意,例如在病房管理中需要提供温湿度适宜、舒适宁静的环境,以及一些可供患者阅读的书籍和杂志。医院的设计应该尽可能柔和,以减轻患者的排斥感。

3.3.2 饮食护理

对于慢性胃炎病情严重的患者,应该保持禁食状态 24h,可以选择摄入富含维生素和热量的液体营养品,并且要限制高蛋白质和高钠含量的食物。为了避免不适感,建议避免摄入刺激性辛辣、坚硬或粗糙的食物。此外,在进餐时要注意少食多餐、细嚼慢咽原则。同时,在禁食期间应尽量避免吸烟、饮酒以及刺激性饮料如咖啡和浓茶等。研究显示^[7],慢性胃炎患者可以饮用液体营养物质,例如米汤,前提是其心率和血压保持稳定,并且没有恶心、呕吐等症状,每餐不超过 100ml。对于合并出血患者,在禁食期间应避免喝牛奶以防腹胀。在大约 4—6 天止血后,主要以米汤为基础的流质饮食,并适量摄入肉汤。每顿饭控制在 100—150mL 之间,并确保及时补充水分和电解质。情况稳定且出血停止,可以逐渐引入半流质食物如蒸鸡蛋、面条、芝麻酱和稀薄的米粥,每次摄入量在 150—200ml,但要避免甜食。待患者无不舒适后可逐渐增加饮食量,过渡至普食。

3.4 出院前健康教育

出院前健康教育首先强调了保持均衡饮食的重要性,从而明显提高患者遵循医嘱的行为。此外,在出院指导中建议遵守规律作息时间表,并采取乐观积极心态;这些措施有助于养成良好生活习惯,预防病情再次复发。患者出院前由护理人员联合科室医生制定出院

放松计划,将上述音乐疗法、正确减压训练法的实施方法与注意事项告知患者家属,并将情绪疏导方法与注意事项制作成文档,连同放松训练方法流程打印纸质版,将文档与纸质版都交予患者家属,并告知其下次复查病情时需将计划带过来,以便医护人员知晓训练进程,根据患者状态进行更换方法。

4 健康教育在慢性胃炎患者中的研究进展

周春晔^[8]在研究中对 100 例慢性胃炎患者进行分组后,分别采用了健康教育与一般教育,结果显示,观察组患者的健康认知、满意度、症状消失时间与自护能力均优于对照组,可说明健康教育对患者的康复与身心健康具有重要影响效果。本次研究也总结了慢性胃炎患者接受健康教育后可以提高患者的生活质量,增强患者克服疾病的信心和决心,在治疗过程中,高质量的护理不仅可以加快患者的恢复时间,而且可以确保治疗有效率,这对提高患者预后非常重要。这一观点与上述研究观点一致。

5 结语

慢性胃炎是消化内科中常见的严重而复杂的疾病,早期诊断和及时治疗对于有效管理患者至关重要。健康教育可以降低患者对就医环境所产生的紧张感,对医院抗拒力减少,患者可以保持良好的心理状态并接受有效的治疗,提高依从性,可有效促进患者康复,并帮助优化治疗效果。

参考文献

- [1] 梁佳,杨洁,龚雪亮,等.基于健康行为改变整合理论的护理干预在慢性胃炎患者中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2025,10(5):130-133.
- [2] 赵曼.健康教育联合整体化护理模式在老年慢性支气管炎患者护理中的应用效果研究[J].中国科技期刊数据库医药,2025(2):072-075.
- [3] 杨楠,张晨晨,丁勤.健康教育干预应用于慢性胃炎患者护理中的效果[J].当代医药论丛,2024,22(23):175-177.
- [4] 王莉.健康教育与心理护理联合干预对慢性支气管炎合并肺部感染患者遵医行为及情绪的影响研究[J].中国科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2025(2):117-121.
- [5] 施春花.健康教育干预在慢性胃炎护理中的临床应用效果分析[J].中国科技期刊数据库医药,2024(12):200-203.
- [6] 肖何女.健康教育干预对慢性胃炎患者自我护理效能及生活质量的临床效果研究[J].中国科技期刊数据库医

药,2024(8):074-077.

效果[J].中国科技期刊数据库 医药,2024(2):0155-0158.

- [7] 刘璐,梁玉玲,龚慧霞,等.健康教育干预在慢性胃炎护理中的临床应用效果[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2024(3):0100-0103.

- [8] 周春晔.研究健康教育干预应用于慢性胃炎护理的临床

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