

血液透析患者营养支持与饮食管理的护理干预效果分析

庞微微

中国人民解放军陆军特色医学中心血液透析中心 重庆

【摘要】 分析血液透析患者在营养支持与饮食管理中实施护理干预的效果，通过回顾相关研究和临床实践，探讨护理干预在改善患者营养状况、提高生活质量及降低并发症方面的积极作用。研究结果显示，科学系统的护理干预能够有效提升患者的营养摄入水平，增强其自我管理能力和对整体健康产生积极影响。因此，加强护理干预在血液透析患者营养管理中的应用具有重要意义。

【关键词】 血液透析；营养支持；饮食管理

【收稿日期】 2025 年 7 月 24 日

【出刊日期】 2025 年 8 月 20 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250412

Analysis of the nursing intervention effect of nutritional support and dietary management for hemodialysis patients

Weiwei Pang

Hemodialysis Center, Army Characteristic Medical Center of the Chinese People's Liberation Army, Chongqing

【Abstract】 This study analyzes the effectiveness of nursing interventions in nutritional support and dietary management for hemodialysis patients. By reviewing relevant research and clinical practice, it explores the positive role of nursing interventions in improving patients' nutritional status, enhancing their quality of life, and reducing complications. The research results show that scientific and systematic nursing interventions can effectively improve patients' nutritional intake levels, enhance their self-management abilities, and have a positive impact on overall health. Therefore, strengthening nursing intervention in the nutritional management of hemodialysis patients is of great significance.

【Keywords】 Hemodialysis; Nutritional support; Diet management

引言

随着终末期肾病患者数量的增加，血液透析成为维持生命的重要手段。然而，营养不良是该群体常见的并发症之一，严重影响其生存质量和预后。合理的营养支持与饮食管理是改善患者营养状态的关键措施，而护理干预在其中发挥着不可或缺的作用。本文通过对护理干预效果的系统分析，为优化血液透析患者的营养管理提供理论依据和实践参考。

1 护理干预在营养支持中的作用

1.1 个性化营养指导提升患者依从性

护理干预在营养支持中发挥着至关重要的作用，其中个性化营养指导是提高患者依从性的关键手段。血液透析患者由于肾功能受损，常伴有蛋白质丢失、代谢紊乱及食欲减退等问题，因此需要根据个体情况制定科学合理的饮食方案。护理人员通过评估患者的营养状况、生活习惯和疾病特点，结合医学指南与临床经

验，为患者提供个性化的饮食建议，如控制蛋白质摄入量、调节水分和电解质平衡等。这种针对性的干预不仅有助于改善患者的营养状态，还能增强其对治疗的信心和配合度。此外，护理人员通过定期随访和面对面沟通，能够及时发现患者在饮食执行过程中遇到的问题，并给予相应的调整和指导，从而有效提升患者的依从性和治疗效果^[1]。

1.2 心理支持促进患者营养管理的长期坚持

除了提供具体的营养指导，护理干预还应注重对患者的心理支持，以促进其在营养管理中的长期坚持。血液透析患者往往面临身体虚弱、生活受限以及心理压力较大的问题，容易产生焦虑、抑郁等情绪，进而影响其饮食行为和营养摄入。护理人员通过开展心理疏导、鼓励患者表达情感、建立良好的护患关系等方式，帮助患者树立积极的治疗态度，增强其自我管理能力和依从性。同时，护理人员还可以引导患者家属参与营养管理过

作者简介：庞微微（1992-）女，汉族，四川遂宁人，本科，职称：主管护师，研究方向：血液透析的相关护理。

程,形成家庭支持系统,进一步巩固患者的饮食习惯。心理支持不仅有助于改善患者的情绪状态,还能增强其对营养干预的认同感和主动性,从而实现更持久的营养管理效果,提高整体生活质量。

2 血液透析患者的营养问题

2.1 蛋白质与能量摄入不足影响营养状态

血液透析患者普遍存在蛋白质和能量摄入不足的问题,这是导致营养不良的主要原因之一。由于肾功能衰竭,患者常伴有食欲减退、恶心呕吐等消化系统症状,使得进食量减少,进而影响营养摄入。此外,透析过程中蛋白质的丢失也增加了患者的蛋白质需求,但许多患者因担心高蛋白饮食加重肾脏负担而自行限制蛋白质摄入,进一步加剧了营养不良的风险。能量摄入不足不仅会导致体重下降和肌肉萎缩,还可能影响免疫功能,增加感染和并发症的发生率。同时,长期的能量和蛋白质摄入不足还会导致负氮平衡,影响组织修复和身体机能,使患者整体健康状况恶化。因此,如何在保证安全的前提下合理补充蛋白质和能量,是血液透析患者营养管理中亟需关注的问题^[2]。

2.2 电解质与水分代谢紊乱影响饮食管理

血液透析患者由于肾功能受损,常出现电解质失衡和水分代谢异常,这对饮食管理提出了更高的要求。钠、钾、磷等电解质的调节能力下降,使得患者在日常生活中必须严格控制这些物质的摄入,否则可能导致高血压、心律失常、高钾血症等严重并发症。同时,水分排泄功能受限,患者需要限制液体摄入,以避免水肿和心脏负担加重。然而,这种严格的饮食限制往往让患者感到不适,甚至产生厌食情绪,进一步影响营养摄入。此外,部分患者因对饮食限制的不理解或缺乏有效指导,容易出现饮食不当,如过量摄入含钾食物或饮水过多,从而加重病情。因此,电解质与水分代谢紊乱不仅增加了饮食管理的复杂性,也对患者的营养状况和生活质量产生了深远影响。

3 血液透析患者营养支持与饮食管理的护理干预方法及效果

3.1 营养评估与个体化干预方案的制定

在血液透析患者的营养支持与饮食管理中,科学的营养评估是实施有效护理干预的基础。护理人员需通过多种指标对患者进行全面评估,包括体重、BMI、血清白蛋白、前白蛋白、肌酐等生化指标,以及患者主观报告的食欲、进食情况和生活质量等。通过对这些数据的综合分析,可以准确判断患者的营养状况,识别是否存在蛋白质-能量营养不良或微量营养素缺乏等问

题。在此基础上,护理人员应结合患者的病情、年龄、性别、活动能力及个人饮食习惯,制定个性化的营养干预方案。例如,对于蛋白质摄入不足的患者,可建议增加优质蛋白的摄入;而对于水分控制严格的患者,则需提供低钠、低钾的饮食指导。通过系统性的营养评估和个体化干预,能够提高护理干预的针对性和有效性,从而改善患者的营养状态^[3]。

3.2 饮食教育与健康宣教的作用

饮食教育是血液透析患者营养支持中不可或缺的一环,护理人员在其中承担着重要的引导和教育职责。由于许多患者对疾病及饮食管理缺乏足够的了解,容易因误解或忽视而影响营养摄入,进而加重病情。因此,护理人员应通过系统、持续的健康宣教,帮助患者建立科学的饮食观念。在实际操作中,护理人员需要详细讲解透析期间的饮食原则,包括蛋白质、水分、钠、钾、磷等关键营养素的摄入限制,以及如何选择适宜的食物。同时,应根据患者的个体差异,采用通俗易懂的语言进行沟通,避免使用过多专业术语,以提高患者的理解和接受度。此外,护理人员还可借助图文资料、视频教程、互动问答等多种形式,增强患者的参与感和学习兴趣,使其在轻松的氛围中掌握必要的营养知识。通过持续的饮食教育,不仅能够提升患者对自身疾病的认识,还能激发其主动参与营养管理的积极性,从而显著提高整体护理效果和治疗依从性^[4]。

3.3 心理支持与情绪管理的重要性

血液透析患者长期面临身体不适和生活压力,容易产生焦虑、抑郁等负面情绪,这些心理问题不仅影响其生活质量,还会直接干扰正常的饮食行为和营养状况。因此,在营养支持过程中,护理人员必须重视心理支持与情绪管理的作用。护理人员应主动关注患者的心理状态,通过耐心倾听、积极沟通等方式,帮助患者表达内心感受,缓解心理压力。同时,应鼓励患者树立积极乐观的生活态度,增强其面对疾病的信心和勇气。在日常护理中,护理人员可以通过建立良好的信任关系,给予患者情感上的支持和鼓励,使其在面对饮食限制时保持稳定的心态。此外,护理人员还可以联合心理咨询师开展专业的心理干预,如认知行为疗法、放松训练、团体心理辅导等,帮助患者改善情绪状态,提升心理健康水平。良好的心理支持不仅能提高患者的依从性和满意度,还能促进其在营养管理中的主动性与持久性,为实现长期健康管理目标奠定坚实基础。

3.4 家庭支持与社会资源的整合

家庭支持在血液透析患者的营养管理中起着至关

重要的作用,由于患者长期接受治疗,饮食管理不仅涉及医学指导,还需要家庭成员的理解与配合。护理人员应主动与患者家属沟通,帮助他们了解疾病特点及营养需求,使他们在日常生活中能够为患者提供科学、合理的饮食支持。例如,通过讲解蛋白质、水分和电解质的摄入标准,让家属掌握如何选择适合的食物,并避免高钾、高磷等不利于病情的食物。此外,家庭的支持还能有效缓解患者的心理压力,增强其对治疗的信心和依从性。同时,护理人员还应积极引导家属参与患者的健康管理过程,使其成为患者营养干预的重要参与者。除了家庭支持,护理人员还应协助患者获取社会资源,如社区营养咨询、康复支持小组、公益组织等,以拓宽其获取健康信息和专业指导的渠道。通过整合家庭和社会资源,形成多维度的支持网络,不仅能提升患者的营养管理效果,还能增强其自我管理能力和其长期健康管理奠定坚实基础^[5]。

3.5 定期随访与动态监测的必要性

为了确保营养支持与饮食管理的有效性和持续性,护理人员应建立完善的定期随访机制,对患者的营养状况进行动态监测。通过定期测量体重、BMI、血清白蛋白、前白蛋白等指标,可以及时发现患者是否存在营养不良或营养失衡的情况,并据此调整营养干预方案。同时,护理人员还需关注患者的实际饮食执行情况,了解其是否按照既定的饮食计划进行进食,以及是否存在饮食习惯改变或不适应反应。这种持续性的随访不仅有助于掌握患者营养状态的变化趋势,还能增强患者对护理工作的信任感和配合度,提高其自我管理的积极性。此外,随着信息化技术的发展,护理人员可以借助电子健康档案、远程随访平台等工具,实现对患者的高效管理和数据追踪,从而提升随访的准确性和便捷性。通过系统化的随访和监测,护理人员能够更早发现问题并采取干预措施,避免营养不良进一步恶化,保障患者的整体健康水平和生活质量^[6]。

3.6 多学科协作的协同作用

血液透析患者的营养支持是一项涉及多个专业领域的系统工程,仅靠单一学科的努力难以达到理想效果,因此多学科协作显得尤为重要。护理人员在其中不仅承担着执行和协调的职责,还需与医生、营养师、康复师等密切配合,共同制定科学合理的营养干预方案。例如,在确定蛋白质摄入量时,护理人员需与营养师充分沟通,确保既满足患者的营养需求,又避免加重肾脏负担;在处理并发症时,还需与医生保持紧密联系,根据患者病情变化及时调整营养方案。这种跨学科的合

作能够实现信息共享、资源整合,使营养干预更加精准和高效。同时,多学科团队的协作还能为患者提供更全面的支持,包括心理疏导、康复训练等方面,从而全面提升患者的健康水平和生活质量。

3.7 长期坚持与行为改变的促进

营养支持与饮食管理的效果往往取决于患者的长期坚持,因此护理人员在其中扮演着推动患者行为改变的重要角色。血液透析患者由于病情复杂、治疗周期长,容易在饮食管理上产生懈怠或反复。护理人员需要通过持续的教育和引导,帮助患者建立科学的饮食观念,并逐步形成稳定的饮食习惯。例如,可以通过设立阶段性目标,如每周记录饮食情况、逐步增加蛋白质摄入量等,增强患者的参与感和成就感。同时,护理人员应注重正向激励,如通过表扬、奖励等方式提升患者的积极性,使其在日常生活中主动遵循营养指导。此外,护理人员还需关注患者在实际生活中的困难,如经济压力、烹饪技能不足等,提供相应的解决方案,如推荐简单易做的营养食谱、协助联系社区资源等,从而提高患者执行营养计划的可行性^[7]。

3.8 营养支持与饮食管理的个性化与持续优化

在血液透析患者的营养支持与饮食管理中,个性化不仅是护理干预的核心原则,也是提升治疗效果的关键所在。每位患者因年龄、病情严重程度、并发症情况、生活习惯及文化背景的不同,其营养需求和饮食适应能力也存在显著差异。因此,护理人员应根据患者的具体情况进行动态调整,确保营养方案的科学性与适用性。护理人员应建立个性化的营养档案,详细记录患者的体重变化、生化指标、饮食偏好、进食困难及心理状态等信息,并结合每次随访的结果进行综合评估。通过这种持续跟踪的方式,能够及时发现营养状况的变化趋势,从而对原有的营养干预方案进行有针对性的优化^[8]。

4 结束语

综上所述,护理干预在血液透析患者的营养支持与饮食管理中具有显著效果。通过个性化指导、心理支持、家庭参与等多方面措施,可有效改善患者的营养状况和生活质量。未来应进一步加强护理干预的规范化与系统化,推动多学科协作,以实现更优质的患者健康管理。

参考文献

- [1] 李晓瑞.血液透析患者怎样做好饮食管理[J].人人健康,2024,(35):90-91.

- [2] 陈科威,葛玉英,魏伟,等.基于赋能理论的维持性血液透析患者饮食管理模式构建及应用[J].中华全科医学,2024,22(12):2071-2074+2133.
- [3] 俞维飞,陈燕林,朱海晓,等.血液透析患者低磷饮食健康信念与自我管理水平的相关性分析[J].现代实用医学,2024,36(10):1372-1374.
- [4] 李卉卉.营养支持疗法在终末期肾病血液透析患者护理中的应用[J].黑龙江中医药,2024,53(02):231-232.
- [5] 吴华贞,郑丽花,吴德花,等.营养管理知识体验式授予法结合专人饮食管理在维持性血液透析患者中的应用[J].医疗装备,2023,36(10):118-120.
- [6] 吴桃峰,蒋玲,沈平,等.维持性血液透析患者透析期间饮食管理循证实践及效果评价[J].中国护理管理,2023,23(03):374-379.
- [7] 曲艳,王艳梅.维持性血液透析病人饮食营养知行信的研究进展[J].循证护理,2023,9(04):666-669.
- [8] 黄旭东.不同血管通路对维持性血液透析患者心理状况、透析充分性及并发症的影响[D].安徽医科大学,2024.

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