

基于认知行为干预联合放松训练在纤维支气管镜灌药治疗支气管扩张症护理的应用效果

黄凰 袁雨婷

南通大学附属医院 江苏 南通 226000

【摘要】目的：探讨认知行为干预联合放松训练在纤维支气管镜灌药治疗支气管扩张症护理中的临床应用效果。**方法：**选取2018年5月至2021年5月本院呼吸内科收治的80例支气管扩张患者进行纤维支气管镜灌药患者为研究对象，并依据随机数表法将其分成对照组和观察组，每组40例，对照组采用常规护理干预；观察组采用认知行为干预联合放松训练护理干预，用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)测评心理状况，用生活质量测定量表(QLQ-C30)统计生活质量评分。**结果：**治疗后，观察组患者的心理状态评分明显低于对照组，差异显著($P<0.05$)；治疗后，观察组患者的分值明显高于对照组($P<0.05$)；**结论：**所有支气管扩张患者在进行纤维支气管镜灌药治疗后，再开展认知行为干预和放松训练可显著提高治疗效果。

【关键词】支气管扩张症；认知行为干预；放松训练

【中图分类号】R5

【文献标识码】B

【文章编号】1674-1412(2021)23-0021-01

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2018年5月至2021年5月本院呼吸内科收治的80例支气管扩张患者进行纤维支气管镜灌药患者为研究对象，并依据随机数表法将其分成对照组和观察组，每组40例，其中对照组患者中男性22例，女性18例，年龄为31~66岁，均龄(44.28±12.13)岁，患病时长为5~15周，平均患病时长为(9.68±3.42)周；观察组患者中男性21例，女性19例，年龄为30~67岁，均龄(43.69±12.11)岁；两组患者一般资料均无显著差异($P>0.05$)，具有可比性。

1.2 方法

给予对照组采用常规护理干预，护理内容主要包括预防窒息、预防感染、病情监测等基础护理。

给予观察组患者认知行为干预联合放松训练护理干预，具体内容如下：(1)帮助患者树立治疗自信心：护理人员主动与患者交流，了解患者对支气管扩张症的认知程度，若患者对该疾病存在疑虑，需详细向患者讲述病情原理及可能发生的并发症，让患者正确认识疾病；向患者讲述成功案例，帮助患者建立治疗信心，并认真倾听患者内心疑虑，发挥专业技术水平与患者建立友好关系，提高治疗依从性。(2)冥想放松训练：指导患者安静地躺在病床上进入冥想状态，保持心情愉悦，护理人员可通过语言或非语言方式将患者的注意力分散，确保治疗顺利开展。(3)术后展开室内放松训练：让患者找到舒服的姿势随意摆放身体，将手心朝上，缓慢闭上双眼，跟着护理人员的语言，调整呼吸，每次练习时间为10~15min，每日练习2次，护理人员在患者训练期间观察患者穿刺位置是否发生渗漏或出血。

1.3 观察指标

(1)观察两组患者护理干预前后的心理状态，通过焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)观察患者的焦虑、抑郁程度。共20个项目，每个项目评分分为1~4级，总分为80分，分值越高表示患者的焦虑、抑郁心理越严重。(2)观察两组患者治疗前后生活质量，通过生活质量测定量表(QLQ-C30)进行统计，共分为五个维度，如躯体、角色、社会、认知、情绪，分值越高表示患者的生活质量越好。

1.4 统计学方法

采用SPSS 19.0统计学软件对该数据进行核对和对比，计量资料采用($\bar{x}\pm s$)进行 t 检验；计数资料采用[n(%)]表示，进行 χ^2 检验； $P<0.05$ 表示数据对比结果差异显著，具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者治疗前、后心理状态比较

治疗前，两组患者的SAS和SDS评分均无显著差异($P>0.05$)，治疗后，两组患者的心理状态评分均得到明显改善，尤其是观察组患者的心理状态评分明显低于对照组，差异显著

($P<0.05$)，如表1所示。

表1 两组患者治疗前后心理状态比较 ($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	n	时间	SAS	SDS
观察组	40	治疗前	66.72±9.63	65.31±7.49
		治疗后	42.74±7.63*	40.75±9.61*
对照组	40	治疗前	66.65±8.34	63.91±7.12
		治疗后	52.65±8.34#	53.91±5.12#

注：与治疗前相比，# $P<0.05$ ，治疗后，与对照组相比* $P<0.05$

2.2 两组患者治疗前、后QLQ-C30评分比较

治疗前，两组患者的生活质量评分对比无显著差异($P>0.05$)，治疗后，两组患者的生活质量得到明显提升，观察组患者的分值明显高于对照组，差异显著($P<0.05$)，如表2所示。

表2 两组患者治疗前、后QLQ-C30评分比较 [($\bar{x}\pm s$), 分]

组别	n	时间	躯体	角色	情感	认知	社会
观察组	40	治疗前	60.86 ±12.56	56.61 ±6.38	62.4 ±5.24	58.15 ±6.95	50.44 ±4.76
		治疗后	74.44 ±15.31	69.25 ±8.18	77.53 ±6.88	69.39 ±8.27	65.94 ±6.21
对照组	40	治疗前	60.46 ±11.28	55.87 ±7.02	62.05 ±4.95	57.82 ±6.73	49.98 ±4.29
		治疗后	68.59 ±12.07	65.31 ±8.25	70.38 ±6.02	65.08 ±7.95	59.28 ±5.88

3 讨论

支气管扩张症的治疗，主要为了减轻咳嗽、咳痰和咯血，关键在于引流排痰，通过纤维支气管镜灌药方式可将患者呼吸道中的分泌物排除，同时还具有良好的杀菌浓度，药物起效较快，可缩短治疗周期，减轻经济负担，但由于用药期间患者产生不适感，对预后和今后生活质量造成很大影响。为此，对患者进行纤维支气管镜灌药治疗时其优质的护理干预可有效改善预后，提高患者生活质量，降低不良反应。^[1]

其中，临床中认知行为干预的应用较为广泛，对改善患者焦虑、抑郁心理效果显著，患者通过实施认知系统干预，提高患者对心理活动的掌控，进而达到恢复心理健康的目的。另外，通过放松训练还有很好的抗应激效果，让患者在全身心放松的状态下进行控制训练，对恢复身心健康帮助较大^[2]。

综上所述，所有支气管扩张患者在进行纤维支气管镜灌药治疗后，再开展认知行为干预和放松训练可显著提高治疗效果，尤其是患者的肺功能改善情况非常明显，焦虑、抑郁评分均降低，临床可持续推广使用。

参考文献

- [1] 张伶. 综合护理干预在ICU患者行床边纤维支气管镜吸痰术中的应用效果[J]. 医疗装备, 2019, 32(8):154-155.
- [2] 张倩. 综合护理干预在小儿支气管哮喘治疗中的应用效果分析[J]. 中国医药指南, 2020, 18(4):281-282.