

饮食日记干预在炎症性肠病患者饮食管理中的应用

冯 梅

安徽医科大学附属宿州医院(安徽省苏州市立医院) 安徽 宿州 234000

【摘要】目的:探究饮食日记用于炎症性肠病患者日常饮食管理中效果。**方法:**64例炎症性肠病患者为样本,时间2020年2月至2021年2月,随机分组,A组饮食日记干预,B组常规饮食干预。**结果:**A组炎症性肠病患者各项生活质量量表(IBDQ)评分高于B组,差异有统计学意义($P<0.05$)。**结论:**炎症性肠病患者采取饮食日记干预,可规范患者日常饮食,提升患者生活质量。

【关键词】炎症性肠病;饮食管理;饮食日记

【中图分类号】R473.5

【文献标识码】A

【文章编号】2096-1685(2021)31-0101-01

炎症性肠病病程较长,属于免疫失调性病变,在消化内科疾病中发病风险较高。相关学者认为,炎症性肠病与环境、感染、免疫及遗传等多种因素关系密切,且肠道发生炎性病变后,可导致患者营养不良,尤其低龄炎症性肠病者,甚至可限制身体发育,还会增加感染风险^[1]。因此,对炎症性肠病患者开展饮食管理,调节机体营养状态,对患者预后具有积极作用。本文选取64例炎症性病变患者作为样本,探究饮食日记干预应用价值,报告如下。

1 资料和方法

1.1 资料

炎症性病变样本就诊时间2020年2月至2021年2月,入选样本共计64例,随机分组。A组,17例男、15例女,年龄23~58岁,均值(33.74±2.71)岁,病程均值(34.24±11.47)月;B组,18例男、14例女,年龄22~58岁,均值(33.79±2.69)岁,病程均值(34.27±2.65)月。分析64例炎症性病变患者基线资料,差异无统计学意义($P>0.05$)。

1.2 方法

A组饮食日记干预:(1)炎症性病变知识宣教:普及饮食干预对炎症性病变预后积极意义,利用座谈会、健康手册、手机视频等方式普及营养供应重要性,同时普及肠道疾病饮食禁忌,告知健康烹饪方案,帮助患者科学选择食物。完成宣教后,为患者发放饮食日记模板,指导患者规划日常饮食,并每日记录饮食日记。(2)本研究入选饮食日记模板为本院自拟模板,内容如下:患者每日进食时间、每餐食物种类、进食重量,每日饮水容积,以及每餐食物烹饪方案等。此外,饮食日记下方标注每日胃肠道反应情况,包括腹胀、腹痛、腹泻情况,同时观察大便颜色、性状等。注意记录饮食日记时,还需明确每餐进食时间,将进食时间间隔作为评估食物对消化道刺激性依据。此外,饮食日记上还需注明每日用药情况及当日心理状态变化。(3)出院随访:对出院1周内炎症性病变患者进行电话访问,督促患者科学饮食,并嘱咐患者按时填写饮食日记。

B组常规饮食干预:加强与炎症性病变患者交流,完成疾病知识宣教,提升患者对炎症性病变认知,同时开展常规饮食指导。

1.3 统计学研究

炎症性肠病患者相关数据均由SPSS 21.0完成,%、($\bar{x}\pm s$)记录炎症性肠病患者计数、计量指标, χ^2 、 t 检验。 $P<0.05$,有统计差异。

2 结果

炎症性肠病患者生活质量评估包括肠道症状、全身症状、情感功能及社会功能几项,A组各项评分均高于B组,差异有统

计学意义($P<0.05$)。如表1。

表1 两组炎症性肠病患者生活质量评分分析表(分, $\bar{x}\pm s$)

组别名称	肠道症状	全身症状	情感功能	社会功能	总分
A组(n=32)	58.14±4.21	24.08±3.21	58.14±3.14	24.96±2.74	164.79±7.54
B组(n=32)	47.41±4.18	19.67±2.97	53.23±3.21	22.04±2.65	144.52±6.38
t	10.2312	5.7044	6.1855	4.3333	11.6092
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

炎症性肠病临床发病风险逐年提升。相关文献报道,科学饮食管理可提升炎症性结肠病治疗效果,如控制患者每日摄入脂肪、动物蛋白及糖类等,增加高纤维食物使用量,可有效防控炎症性肠病^[2]。近年来,饮食日记管理模式逐渐应用于临床,指导炎症性肠病患者记录每日饮食,制定个性化进食计划,有利于规范患者日常饮食。此外,记录饮食日记前对患者进行宣教,可明确饮食管理重要性及对炎症性肠病积极影响。结合本研究分析,对炎症性肠病患者开展饮食日记管理,可在纠正患者不良饮食规律同时提升医务人员责任感,为临床饮食管理提供资料,同时责任护士利用专业知识引导患者规划饮食,有利于提升患者生活质量。此外,本院自拟饮食日记除记录日常饮食及不良反应外,同时记录患者日常用药情况以及心理状态变化。一旦患者出现胃肠道反应,主治医师可通过饮食日记快速分析患者病情,帮助患者确定难以耐受食物,进而调节饮食计划,缩短炎症性肠病病程^[3]。结合本文数据分析,A组炎症性肠病患者肠道症状(58.14±4.21)分、全身症状(24.08±3.21)分、情感功能(58.14±3.14)分及社会功能(24.96±2.74)分等生活质量评分均高于B组,差异有统计学意义($P<0.05$)。结果提示饮食日记护理模式具备推广价值。

综上所述,炎症性肠病患者采取饮食日记模式规范日常饮食,可督促患者遵医嘱进食,同时可让医师了解患者难以耐受的食物,进而调节日常饮食计划,促进疾病转归,提升患者生活质量。

参考文献

- [1] 郭珍珠. 饮食管理对炎症性肠病的营养支持治疗的应用效果分析[J]. 中医药管理杂志, 2019, 027(009):175-176.
- [2] 周金娟. 饮食管理对炎症性肠病营养支持治疗的应用效果分析[J]. 中国社区医师, 2020, v.36;No.811(13):143-144.
- [3] 王莹, 朱善敏, 周立敏, 等. 饮食与炎症性肠病关系的研究进展[J]. 家庭医药, 2019, 000(007):379-380.