

肺康复护理对 COPD 稳定期患者肺功能及生活质量的影响探析

吕许娟 屈海芬 杨波兰 慧

宁夏回族自治区第四人民医院 宁夏 银川 750021

【摘要】目的：对 COPD 稳定期患者应用肺康复护理，并分析其对患者肺功能和生活质量的影响。**方法：**选取 2019 年 1 月至 2021 年 1 月期间在我院治疗的 120 例 COPD 稳定期患者为研究对象，将患者分为两组（对照组和观察组）。对照组患者（ $n=60$ ）接受常规护理；观察组患者（ $n=60$ ）接受肺康复护理。**结果：**治疗后，观察组患者的 FEV1、FEV1/FVC 均明显高于对照组，SF-36 量表评分明显高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论：**对 COPD 稳定期患者应用肺康复护理可提高患者肺功能，改善其生活质量，值得推广。

【关键词】COPD；肺康复；肺功能

【中图分类号】R473.5

【文献标识码】A

【文章编号】1674-9321(2021)04-0060-01

慢性阻塞性肺疾病（COPD）是一种常见的肺部炎症疾病，除喘息、咳嗽、呼吸困难等症状外，患者还可能出现全身多系统并发症，例如骨质疏松、外周肌肉萎缩、食欲缺乏、精神抑郁等。据调查显示，90%左右的患者在后期可发展为慢性肺源性心脏病，患者生活质量较差^[1]。目前，临床上对 COPD 尚无特效治疗方案，仍以临床症状控制为主，在进入稳定期后，主要采取生活方式干预及肺康复训练。针对这种情况，本文将对 COPD 稳定期患者应用肺康复护理，并分析其对患者肺功能和生活质量的影响，现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2019 年 1 月~2021 年 1 月期间在我院治疗的 120 例 COPD 稳定期患者为研究对象。按照随机的分组原则，将患者分为两组（观察组和对照组）。其中，观察组 60 例，男 35 例、女 25 例，年龄（ 64.49 ± 6.77 ）岁，COPD 病史（ 7.07 ± 2.06 ）年，COPD 严重程度：轻度 33 例，中度 27 例。对照组 60 例，男 32 例、女 28 例，年龄（ 65.02 ± 6.89 ）岁，COPD 病史（ 6.99 ± 2.14 ）年，COPD 严重程度：轻度 34 例，中度 26 例。两组患者上述资料无显著差异（ $P > 0.05$ ）。

1.2 方法

两组患者均按照《COPD 诊治指南（2020 年修订版）》接受常规西药治疗，对照组患者接受常规护理。

观察组患者接受肺康复护理，具体方法：（1）心理护理：分析患者不良情绪的诱发因素，了解患者的家庭状况、文化水平、经济情况、社会关系，给予针对性护理；与患者及家属建立有效沟通，解答患者及家属疑问，尽量消除其内心的顾虑；通过制作宣传册、小组讲课、视频等多种方式，宣传 COPD 发因、病机、治疗方案、心理状态对病情的影响、心理调节方法、肺康复训练的开展目的及意义，帮助患者建立康复信心。（2）肺康复训练：由护理人员指导患者进行缩唇呼气、腹式呼吸、深呼吸训练；循序渐进地指导患者进行床上主动运动、坐椅移动训练、围床活动、病区走廊内行走训练、四肢锻炼、呼吸操锻炼。（3）出院后，指导患者坚持肺康复锻炼，由家属督促，定期复诊。

1.3 评价标准

对比两组患者的肺功能指标 [一秒用力呼气容积（FEV1）、FEV1 / 肺活量（FVC）] 变化及生活质量评分 [健康状况调查表（SF-36）]。

1.4 统计学方法

计量资料用（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，采取 t 检验，数据利用 SPSS22.0 处理。 $P < 0.05$ 表示差异，有统计学意义。

2 结果

治疗后，观察组患者的 FEV1、FEV1/FVC 均明显高于对照组，SF-36 量表评分明显高于对照组（ $P < 0.05$ ），见下表。

两组患者的肺功能指标变化及生活质量对比（ $n=60, \bar{x} \pm s$ ）

组别	FEV1 (L)		FEV1/FVC (%)		SF-36 量表 (分)	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
观察组	1.05 ± 0.07	1.48 ± 0.22	43.33 ± 4.07	62.97 ± 4.77	355.56 ± 44.08	595.59 ± 54.50
对照组	1.03 ± 0.06	1.21 ± 0.18	42.89 ± 5.56	54.17 ± 5.05	356.67 ± 43.39	501.01 ± 53.33
t	1.680	7.358	0.495	9.813	0.139	9.608
P	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

COPD 是一种反复发作、迁延不愈的呼吸系统疾病，会损伤肺功能，引起呼吸困难、咳嗽等表现。随着 COPD 患者肺功能的进行性衰退，可导致其临床症状加重，严重影响其正常工作、生活，且患者多伴有明显的负面情感，生活质量较差^[2]。在以往的临床治疗中，主要以症状控制为主，对心理及康复护理不够重视，导致临床效果不理想。

近年来，随着医学模式的转变，心理、康复护理也越来越受到重视，尤其是对于 COPD 稳定期患者，该时期患者病变稳定，进展缓慢，采取科学的肺康复护理有利于改善其预后，减少病情反复。因此，本文对 COPD 稳定期患者应用肺康复护理，并从心理护理、肺功能训练两个方面入手，一方面加强对患者的心理支持，引导其积极配合康复心理；另一方面，指导患者进行适宜的

呼吸训练、四肢锻炼及耐力训练，促进其肺功能的恢复。在本次研究中，经治疗后，观察组患者的 FEV1、FEV1/FVC 均明显高于对照组，SF-36 量表评分明显高于对照组（ $P < 0.05$ ），可见实施肺康复护理后，患者肺功能指标显著改善，且生活质量有所提高，也证实了其应用价值。

综上所述，对 COPD 稳定期患者应用肺康复护理可提高患者肺功能，改善其生活质量，值得推广。

参考文献

- [1] 黄翠荣. 肺康复护理对 COPD 稳定期患者肺功能的影响 [J]. 中国继续医学教育, 2020,12(17):177-179.
- [2] 张杰. 连续性协同护理在改善稳定期 COPD 患者肺康复训练效果中的应用 [J]. 国际护理学杂志, 2019,38(12):1780-1783.