

睡前加餐营养干预在乙型肝炎肝硬化患者饮食护理中的实施效果

柳丽娜, 胡丽荣, 王敏, 王彩虹*
包头市第三医院, 内蒙古包头 014040

【摘要】目的: 分析乙型肝炎肝硬化患者接受睡前加餐营养护理干预的临床效果。**方法:** 随机截取我院 2020 年 1 月 -2022 年 5 月期间接收的乙型肝炎肝硬化患者 76 例, 使用颜色球抽取法将其平均分为对照组和研究组, 每组 38 例。对照组患者接受常规护理, 研究组接受睡前加餐营养干预, 对比两组患者的护理效果和满意度。**结果:** 通过对比两组的实验结果, 对照组的护理满意度是 84.21%, 研究组是 97.37%; 对比两组人血白蛋白、前白蛋白、转铁蛋白含量, 研究组显著优于对照组; 另外, 比较两组患者干预后上消化道出血、自发性腹膜炎、肝性脑病的发生情况, 对照组的并发症发生率为 5.26%, 研究组为 21.05%, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论:** 乙型肝炎肝硬化患者接受睡前加餐营养护理干预的临床疗效显著, 可以切实提高患者对护理服务的满意程度, 建立良好的护患关系, 提升患者的治疗和护理依从性; 另外, 还能够有效提高血清营养学指标, 提升患者生活品质, 降低并发症的发生, 确保患者临床治疗的安全性, 具有较高的临床推广价值。

【关键词】 乙型肝炎肝硬化; 睡前加餐营养护理; 护理效果

【中图分类号】 R473.5 **【文献标识码】** A **【DOI】** 10.12325/j.issn.1672-5336.2022.11.032

The effect of nutrition intervention before bedtime in diet nursing of patients with hepatitis B cirrhosis

【Abstract】 Objective: To analyze the clinical effect of nutritional nursing intervention in patients with hepatitis B cirrhosis receiving a meal before bed. Methods: Randomly intercepted 76 patients with hepatitis B cirrhosis received in our hospital from January 2020 to May 2022, and divided them into the control group and the study group by the color ball extraction method, with 38 cases in each group. The patients in the control group received routine nursing care, and the patients in the research group received nutritional intervention with meals before going to bed. The nursing effect and satisfaction of the two groups of patients were compared. Results: By comparing the experimental results of the two groups, the nursing satisfaction of the control group was 84.21%, and that of the research group was 97.37%; comparing the serum albumin, prealbumin, and transferrin content of the two groups, the research group was significantly better than the control group; In addition, the incidence of upper gastrointestinal hemorrhage, spontaneous peritonitis, and hepatic encephalopathy was compared between the two groups after intervention. The incidence of complications in the control group was 5.26% and that in the study group was 21.05%, and the differences were statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion: The clinical efficacy of nutritional nursing intervention with meals before bedtime for patients with hepatitis B cirrhosis is significant, which can effectively improve patients' satisfaction with nursing services, establish a good nurse-patient relationship, and improve patients' treatment and nursing compliance; in addition, It can also effectively improve serum nutritional indicators, improve the quality of life of patients, reduce the occurrence of complications, ensure the safety of clinical treatment of patients, and has high clinical promotion value.

【Key words】 hepatitis B liver cirrhosis; nutrition nursing before bedtime; nursing effect

肝硬化是临床中较为常见的一种慢性肝病, 而引发此疾病的一个主要因素就是乙型肝炎病毒。世界上有 3.5 亿左右人携带此病毒, 我国携带乙型肝炎病毒的人占据世界总数的大约 1/3, 当中有 20% 到 30% 的人发展为肝硬化, 其中又有 2% 到 5% 患者会发展为肝癌, 严重威胁到了广大患者的生命安全。临床上, 肝硬化属于一种多见

的慢性进行性肝病, 通过多种或是一种病因长时间、反复作用而引起的弥漫性肝损伤。国内大部分患者是肝炎后肝硬化, 少数是血吸虫性以及酒精性的肝硬化。初期因为肝脏代偿功能相对完善没有显著表现, 后续主要临床症状为门脉高压及肝功能损伤, 同时多组织受累, 末期常发生肝性脑病、继发感染、腹水等严重并发症^[1]。

作者简介: 柳丽娜 (1984.11—), 女, 汉族, 内蒙古包头市, 本科, 主管护理师, 主要从事护理工作。

* 通讯作者: 王彩虹 (1980.07—), 女, 汉族, 内蒙古巴彦淖尔市, 硕士研究生, 副主任医师, 研究方向: 呼吸、传染病、结核病等方向。

所以,在乙型肝炎后肝硬化患者采取积极治疗的同时提供专业化护理服务,有十分重要的临床意义。

1 一般资料和实验方法

1.1 资料

随机截取我院2020年1月-2022年5月期间接收的乙型肝炎肝硬化患者76例,使用颜色球抽取法将其平均分为对照组和研究组,每组38例。本次实验已通过院内伦理委员会的批准认证。研究组男19例,女19例;年龄34~36岁,平均(35.71±0.36)岁;病程5~7月,平均(6.63±0.16)月;对照组男20例,女18例;年龄35~37岁,平均(36.17±0.28)岁;病程6~8月,平均(7.33±0.25)月;对比两组患者的一般资料,差异无统计学意义($P > 0.05$)。纳入标准:与中华医学会肝病学会提出的诊断标准相符;入院时间大于或等于3天;患者知情并自愿进行临床实验,且签署实验同意书。排除标准:无法经口饮食的患者;存在认知功能障碍;半途退出实验和失访的患者。

1.2 方法

给对照组患者使用常规护理方式,其中包括饮食、用药、心理疏导等方面。

研究组在对照组的基础上应用睡前加餐营养干预。具体如下:(1)建立专门的护理小组。推选出一名组长,由肝病专科工作 ≥ 5 年、护师或以上职称的护理人员组成小组成员。(2)给小组成员进行护理知识技能的培训,培训包括主要有营养情况评估、睡前加餐需求、食物和热量的换算、对患者的健康宣教、监督管理和出院随访等。完成培训后考核,确保所有人员合格。(3)健康知识宣教。患者住院当天,由护理人员给患者介绍本实验的目的和方式,告知睡前加餐的需求,还有食物的用量和选用,直到患者完全了解。指导患者学会换算常见食物的热量。发放健康手册,给患者认真讲解手册内容。告知患者营养评估和出院随访的重要性,使其能够主动配合。(4)睡前加餐干预。帮助患者养成健康的饮食习惯,少食多餐,防止过饱或过饥。白天饮食间隔在3~6小时内,确保每天4~6餐,包含睡前加餐。睡前加餐热量应小于200卡路里,主要摄入碳水化合物。应选用患者易获取且不增加他人麻烦的食物,通常在晚上9点左右加餐,防止夜晚空腹时间太长。应主要摄入能量为836.4KJ且富含碳水化合物的食物,针对患者的饮食喜好提供下面3种:(1)藕粉50克;(2)大约12克重量的低糖饼干4块;(3)单个重量为22克的低糖面包两个半。患者住院和出院后的睡前加餐。在患者住院过程中,由小组成员每天查看其准备的加餐食物是否达标,叮嘱患者按照规定合理加餐;另外,科学指导其他时间的饮食,结合健康科学的食谱表,根据患者的实际情况对其饮食进行合理指导。

夜班护理人员督促患者睡前加餐的实行情况,形成习惯,从而加强患者出院后的自觉性。患者住院阶段由护理小组建立微信群,把符合纳入标准的患者和家属拉入微信群里,随访过程中由护理人员晚上7点到8点将加餐提醒发送至微信群,每星期进行一次电话随访,对有特殊需求的患者进行针对性随访,掌握其进餐状况;另外加强和家属的交流,鼓励其积极监督和辅助患者每天进行睡前加餐,将家庭支持渗透到整个护理过程,提升患者睡前加餐的积极性。

1.3 观察指标

1.3.1 护理满意度

采用本院自制的护理调查问卷记录患者住院期间的满意程度,由专业人员进行综合评估。护理满意度分为非常满意、满意和不满意三个指标。分值为0-100分,分数越高表示患者越满意。护理满意度=(非常满意+满意)/总例数*100%^[2]。

1.3.2 血清营养学指标

检测两组患者接受护理干预后入血白蛋白、前白蛋白、转铁蛋白的含量,并由专业人员进行分析对比。

1.3.3 并发症发生情况

比较两组患者的干预后上消化道出血自发性腹膜炎肝性脑病等并发症的发生情况,由专业医务人员进行统计学分析。并发症发生率=(上消化道出血+自发性腹膜炎+肝性脑病)/总例数*100%。

1.4 统计学处理

采用SPSS20.00软件对本次实验数据进行分析,计量资料用 $\bar{x} \pm s$ 表示,行t检验,计数资料用百分比表示,采用 χ^2 检验,当 $P < 0.05$ 时,差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理满意度

研究组的护理满意度显著优于对照组($P < 0.05$),见表1:

2.2 血清营养学指标

研究组的血清营养学指标明显高于对照组($P < 0.05$),见表2:

2.3 并发症发生率

研究组的并发症发生率明显低于对照组($P < 0.05$),见表3:

3 讨论

乙型肝炎肝硬化是现阶段临床中较为常见的慢性进行性肝病,好发于21~50岁的人群,在全部肝硬化患者中占据约85%,并且常见于男性群体。肝硬化患者往往存在日渐消瘦、食欲不佳等状况,致使其营养情况不良,而身体长时间处于高代谢、高分解的状态,也会使营养不良的状况进一步加剧,从而很大程度上提升肝性脑病、

表1 两组护理满意度的比较 (n, %)

组别	n	非常满意	满意	不满意	满意度
研究组	38	16	21	1	97.37%
对照组	38	9	23	6	84.21%
χ^2	/	/	/	/	3.934
P	/	/	/	/	0.047

表2 两组血清营养学指标的比较 [n ($\bar{x} \pm s$)]

组别	n	人血白蛋白	前白蛋白	转铁蛋白
研究组	38	40.98 ± 1.21	0.37 ± 0.11	3.04 ± 0.35
对照组	38	31.24 ± 2.15	0.19 ± 0.13	1.99 ± 0.24
χ^2	/	24.337	6.516	15.252
t	/	0.000	0.000	0.000

表3 两组并发症发生率的比较 (n, %)

组别	n	上消化道出血	肝性脑病	自发性腹膜炎	发生率
研究组	38	1	0	1	5.26%
对照组	38	4	1	3	21.05%
χ^2	/	/	/	/	4.146
p	/	/	/	/	0.042

肝肾综合征等并发症的发生率,因此,给乙型肝炎肝硬化患者尽早提供营养干预具有至关重要的意义。

肝硬化患者营养不足的主要因素包括消化不良、食物摄入少、高分解代谢情况等,临床表现主要是蛋白质和能量营养不良。蛋白质-能量营养不良显著提高了出现肝肾综合征、腹水、食管静脉曲张破裂出血等并发症的概率。有关临床研究显示^[3],肝硬化后无法有效储备糖原,通过一次夜间禁食之后,可能会引起能量代谢失衡,分解代谢比合成代谢要高。在对肝硬化患者进行营养干预时,睡前加餐是必不可少的组成部分,利用睡前摄入碳水化合物较高的食物,可以切实改善患者的营养状态,给临床治疗获得满意效果提供有力保障。但是这一护理干预目前并未引起高度重视,在临床和护理领域的研究都较少,致使此护理干预模式在具体运用中还存在相应的不足^[4]。相关营养专家都建议肝硬化患者调整摄入饮食习惯,保证少食多餐,每天摄入4~6餐,包含睡前加餐。另外有研究显示,肝硬化患者睡前摄入适量的碳水化合物,给予身体夜间能量来源,减少脂肪及蛋白质的氧化分解,可以切实改善呼吸,提升糖氧化率,抑制了空腹状态对机体蛋白质的分解,进而在较大程度上改善能量代谢以及氮平衡状态,促进患者生存质量的提升^[5-7]。

本次实验中,给研究组患者入院开始提供标准化的睡前加餐,直到出院当天当做研究周期,在这一过程中对患者落实睡前加餐的行为进行持续监督管理,实验结果显示,研究组患者的人血白蛋白、前白蛋白、转铁蛋白含量显著优于基础组,护理满意度也高于基础组,并且并发症发生率明显低于基础组,表示给肝硬化患者提供睡前加餐营养干预,可以切实提高患者的血清营养学指标和护理满意度,降低并发症的出现,确保患者临床

治疗的安全性,加强患者生存质量^[8-9]。

总而言之,将睡前加餐营养干预运用于乙型肝炎肝硬化患者的饮食护理当中,可以积极有效地改善其营养情况,改善肝功能,提升护理满意程度,建立和谐的护患关系,提高患者治疗和护理依从性,可以在临床中进行推广。

参考文献:

- [1] 吴彩霞,刘艳.睡前加餐营养干预在乙型肝炎肝硬化患者饮食护理中的效果评价[J].基层医学论坛,2020,24(33):4790-4792.
- [2] 贾艳艳.微信平台延伸护理对乙型肝炎肝硬化患者院外遵医行为及生命质量的影响[J].中国民康医学,2020,32(17):146-148.
- [3] 陈婵玲,赖佩娜,刘敏纯,杨琼珊.乙型肝炎肝硬化患者采取护理干预的效果及患者依从性影响[J].中国医药科学,2019,9(17):114-116.
- [4] 吴川丽,薛兰霞.饮食疗法联合心理干预对肝炎后肝硬化患者营养状况及预后的影响[J].医学临床研究,2018,8(35):1562-1564.
- [5] 李大婷.个体化饮食护理在肝硬化患者护理中的应用效果分析[J].医药前沿,2021,5(11):14.
- [6] 李晓艳.肝癌患者家属饮食管理现状及健康教育需求调查[J].中国实用护理杂志,2017,1(17):205.
- [7] 金珠明.饮食护理干预对肝脏疾病患者营养状况的影响[J].中华预防医学杂志,2016,08(18):82.
- [8] 于丹.优质护理服务在乙型肝炎后肝硬化伴上消化道出血中的效果分析[J].中国医药指南,2020,18(03):260-261.
- [9] 栾晓春.优质护理干预在乙型肝炎肝硬化合并糖尿病患者中的应用[J].中国医药指南,2020,18(01):250-251.