维普资讯 http://www.cqvip.com

局解手术学杂志 2008年第17卷第3期
J Regional Anat & Operative Surg, 2008, Vol. 17, No. 3

消化性溃疡患者的健康宣教

张立英 （佳木斯中心医院二部，黑龙江 佳木斯 154002）

［关键词］胃溃疡；十二指肠溃疡；健康宣传
［中图分类号］R573.1 ［文献标识码］B ［文章编号］1672-5042(2008)03-0201-01

消化性溃疡主要指发生于胃和十二指肠粘膜的慢性溃疡，即胃溃疡和十二指肠溃疡[1]。笔者自2002年6月至2005年5月对50例接受健康宣教的患者进行调查研究，其结果显示他们对消化性溃疡病及相关知识认识程度有明显提高，现报告如下。

1 临床资料

本组消化性溃疡患者50例，男29例，女21例，年龄17～68岁。50例患者均经电子胃镜检查确诊，其中胃溃疡28例，十二指肠溃疡20例，其他类型溃疡2例。宣教主要分为住院期间的健康教育和出院前的健康教育。在进行教育前收集患者资料，重点评估患者对消化性溃疡病知识的认识情况。

2 健康宣教程序及内容

2.1 住院期间的健康宣教

2.1.1 疾病知识教育 由于消化性溃疡病是慢性病，病程较长，大多数患者长期处于病痛的恐惧中。因此，医护人员要向患者介绍溃疡病的病因、临床表现及特点、并发症、治疗方法、预防措施等，特别要向患者宣传良好的生活习惯在溃疡病的预防治疗中的重要性。

2.1.2 心理疏导 消化性溃疡病是典型的心身疾病之一。因此在治疗护理过程中，护理人员要取得患者信任，增加患者的安全感，并引导患者尽快适应角色的转变，使患者在最佳的心理状态下主动接受治疗，提高治愈率。

2.1.3 生活方式指导 吸烟是消化性溃疡病的诱因，是胃溃疡延迟愈合和复发的肯定因素，应劝导患者积极戒烟。不规则进食或暴饮暴食会影响胃分泌的节律性，应引导患者养成健康的饮食习惯。消化道溃疡患者应合理安排工作、学习及休息时间[2]。饭后30 min应安静休息。溃疡病急性发作合并出血时，应卧床休息，缓解期可进行适当的活动与锻炼，如散步等。

2.1.4 用药指导 向患者家属介绍用药时间和服药方法。保证患者能按时正确服药，并了解药物的副作用。

2.2 出院前指导

通过住院期健康宣教已经让患者了解溃疡发生与精神因素有着密切关系。因此，出院前指导患者生活要有一定规律，纠正不良生活习惯，勿暴饮暴食，戒烟，禁酒。溃疡病具有长期性、节律性、周期性疼痛的特点，了解疼痛的特点，一旦加重或复发，可以采取相应的措施，及时服药，缓解症状或就医。溃疡病的治疗是一个长期过程，患者须遵医嘱按时按量服药，不得自行改变剂量、间断服药或停药，服药方法要正确。出院后第1个月和第6个月到医院复查一次，如出现腹部疼痛、不适、恶心、呕血或黑便，应立即到医院就诊。

3 讨论

消化性溃疡病是发生于胃、十二指肠粘膜的慢性溃疡，胃酸和胃蛋白酶的消化作用是溃疡形成的基本因素，幽门螺旋杆菌感染是消化性溃疡发生和复发的主要因素[1]。消化性溃疡病好发于冬春季节，在寒冷的季节避免冷的刺激，注意上腹部的保暖。适当进行体育锻炼，增强体质，保持心情舒畅、情绪稳定，有利于降低该病的复发率[2-3]。

随着护理工作模式的转变，护理人员要充分认识健康教育的重要性，严格执行健康教育程序，提高健康教育工作者的素质，更新观念[4]。健康宣教时间主要在病人住院期间及出院前。在进行教育前收集患者资料，重点评估患者对消化性溃疡病和知识的认识情况。从本组患者对疾病知识方面的态度看，有2/3以上的患者认为对自身疾病相关知识、保健措施等专科疾病的知识教育很有必要。

首先，让患者自学有关资料，使患者主动掌握一些有关消化性溃疡病保健方面的知识；再利用录像宣传医学知识，提高患者学习兴趣，进一步加深患者对健康教育内容的理解。这个过程也是医护人员与病人互动的过程。医护人员要配合具体实例、实物、专题讲座等介绍有关疾病的预防知识，耐心解答患者提出的疑问，反复讲解，教会患者自我护理的知识与技术，使其充分认识到溃疡病及其并发症的危害，主动改变不良生活方式，积极配合治疗。通过健康宣教，本组患者对消化性溃疡病及相关知识的认识程度较教育前显著提高，证明了对溃疡病患者进行健康宣教是一种行之有效的方法。

［参考文献］

[1] 刘海莹，吕 辛，董学茹，等. 老年消化性溃疡病的心身健康状况调查及护理干预[J]. 护理学杂志，2001，16(7)：436－438.
[2] 于乐群. 老年性胃十二指肠溃疡急性穿孔60例诊治体会[J]. 局解手术学杂志，2005，14(3)：202－203.
[3] 崔美英. 消化性溃疡患者实施健康教育的体会[J]. 实用医技杂志，2006，13(21)：3911－3912.
[4] 李银雪，曲维香. 在整体护理中如何进行患者教育[J]. 中华护理杂志，1999，34(1)：54.

（编辑：朱志立）

［收稿日期］2008-02-07 ［修回日期］2008-04-06