

肺康复运动用于支气管扩张急性加重患者恢复期的效果评价

吴圆圆 阎京京 刘丽萍 马飞 张莹莹

西安交通大学第二附属医院

[摘要]近些年来支气管扩张急性加重患者数量处于连年上升的态势。这对于我国医疗体系的发展来说有着一定的影响,因此医疗机构必须尽可能地发挥自身的社会价值,引进新的治疗手段和服务管理思想,真正的提高自身的医疗能力,从而满足现代化发展对医疗体系的要求,本文主要针对肺部康复运动对于治疗支气管扩张急性加重患者的身体状况的效果展开分析。并且结合康复运动的实验效果提出护理模式的优化与升级思路,希望能够为患者身体恢复提供一定的帮助,也能够为医疗体系服务工作的优化与改革奠定基础。

[关键词]肺部康复运动;支气管扩张急性加重患者;促进恢复策略

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.11.820

一、支气管扩张疾病的危害

支气管扩张疾病主要指的是由于各种外在因素或者是身体内在因素而引起的,支气管病变所出现的病理性永久性扩张,这种疾病最常见的并发症就是伴有持续或者是反复性的咳嗽,而且病人每天要咳出大量的黏痰。该种临床表现会对患者的支气管和呼吸道造成较大的危害损伤。总体来说支气管扩张急性加重频率与患者的身体健康与生命健康有着直接的关系,不仅仅会诱发患者长时间剧烈的咳嗽,还有可能会导致患者的运动耐力和生活质量明显下降,一旦患者出现了急性运动,会导致发病的几率大幅度提升,甚至还有可能会诱发患者死亡的情况。

二、肺康复运动应用的必要性

总体来说必须要加强肺部康复运动,这样才能够有机的提高患者自身的运动耐力,从而从根源上改变患者的生活质量,使患者对医院的服务体系满意度更高,总体来说,目前医疗体系在进行肺部康复训练的过程中,大部分都是应用慢性阻塞性肺部疾病的康复方法,虽然这种疾病康复方法具有一定的效益和临床价值,但是对于支气管扩张急性加重患者来说,并没有广泛的进行应用,具体的治疗效果和临床价值尚不是十分明确。所以必须要立足现阶段的治疗方法进行优化与升级,将肺康复治疗手段纳入自身的康复计划之中,这样才能够真正地证明该项治疗手段的临床价值,为我国医疗体系的快速发展提供新的思路与方向。

三、资料与方法

(一) 研究对象

本次实验调查所选择的方法为跟踪调查法,在进行正式的实验调查之前,首先要确保建立正确的患者选择机制。本次参与实验的患者纳入标准应该是确诊为支气管扩张的患者,可以对其内部的病症定义为扩张,急性发作在并发的过程中,患者要伴随恶劣的咳嗽,整体的咳嗽量明显上升,甚至还有可能发生性质的变化等等。同时在告知患者及其患者家属的情况下,获得患者及患者家属的同意,并且要求其签订知情同意书,才能够开展后续实验工作。同时在收录患者的过程中,要提前对患者进行筛选,确认患者能够独立完成肺康复治疗,将具有其他严重疾病,例如不稳定性心绞痛或者心脑血管疾病,精神疾病,重要器官疾病的患者,排除在纳入范围之内签订知情同意书之后,没有极特殊情况患者不得退出本次实验调查,如果患者无法同意该项条款,则不纳入审核的范围。

(二) 实验方法

本次实验所选择的方法是随机对照实验法患者,在出现支气管扩张急性发作的过程中,相关的医护人员要第一时间对其进行治疗,采用的治疗方法为支气管扩张急性抗菌药物,在治疗14天之后将患者发配至肺部康复运动组或者是标准治疗组,根据患者的运动情况以及身体特征做好详细的记录,观察组与对照组的每组人数相同分配的方法为随机分配法,每组的人员性别都具有随机性,年龄大致相仿,并无其他影响实验的因素。肺康复运动组采用的治疗方法为医生指导下肺康复运动法,而标准治疗组所采用的治疗方法仅仅是常规性的康复治疗方法。

1. 治疗方案

所有的患者都需要在接受腺体检查之后,集中到统一的会议室由相关的主治医师对患者进行安全知识的教育和宣讲,尤其是要重点解释支气管扩张急性疾病发病的诱因以及在日常生活中可能会导致该种疾病加重的相应诱发因素,同时医护人员还要鼓励患者进行合理的运动,尤其是要完全的戒除香烟等等,可能会对支气管造成刺激的刺激性因素,这样才能够达到预防支气管扩张急性发作的最根本性目的。除了要进行疾病本身的宣讲之外,医护人员还需要对患者的心理情况和身体情况进行一个详细的了解,虽然经过身体检查之后,能够对患者的各项身体素质有着一定的了解,但是对于患者内心的想法并没有一个详细的认知,通过教育宣讲并且与患者进行沟通,能够了解患者对疾病的认识程度以及自身的控制力等等相应的心理因素,能够缓解患者内心的紧张感和压迫感,为后续治疗手段的推进打下一个良好的基础。肺康复运动组患者在接受了心理疏导和宣传教育之后,需要进行为期4周的肺康复运动方法。肺康复运动方法,主体以慢行运动为主,首先需要在250米的跑道,慢跑运动每周两次。在开始慢跑之前,患者首先要进行相应的热身工作,热身运动的时长约为15~30分钟,这样才能够充分的调动身体的机能,提高患者的心肺功能,这样患者在进行后续的基础运动时,才不会有较为难受的感官,完成热身运动之后要进行45分钟的基础运动,在运动过程中保持80%的氧量衡量活动强度。在基础运动完成之后,还要辅助15分钟到20分钟的放松运动,在这个过程中患者的心肺功能得以锻炼,心率慢慢地从高强度向着低强度方向过渡。总体来说,整个肺康复运动的全部过程都是在我医院的相关主治医师的监督指导下进行推进,一旦患者出现了不适应或者是身体状况都能够及时的进行调整和停止,并且给予相应的补救,性治疗能够使患者的身体健康得到有效的保障。而标准治疗组,所采用的治疗方法就是常规的护理方法,根据患者的身体状况给予相应的治疗,确保使用的药物和日常的饮食符合相关标准的要求。

2. 统计分析

本次实验跟踪调查所选择的统计方法是统计软件分析法,先将大量的数据资料进行动态化的收集和跟踪,然后采用正态性检测和方差性其性检测进行分析。若是数据最终的正态分布符合其差,那么可以表示本次实验具有差异无统计学意义。

四、结果

(一) 研究对象

在进行支气管扩张急性发作治疗的过程中,选择肺康复运动组为调查的节点,本次实验过程中有三名患者,因为不愿再进行肺康复运动而退出了本次实验,导致本次实验的精准性受到了一定的影响,但是仍处于可控范围,而标准性治疗组并无退出实验的患者,所以本次实验仍然具有科学性和完善性两组患者年龄性别和其他的一般情况,无统计学意义。

(二) 呼吸动力学指标

表1、两组患者 6MWT、SGQR评分的比较

指标	分组	时点				F值	P值
		T0	T2	T6	T10		
6MWT(米)	P组	385±49	433±66 [*]	490±79 ^{**}	440±68 [*]	11.314	<0.001
	C组	382±45	425±73 [*]	434±64 [*]	430±62 [*]	4.411	0.006
	t值	0.239	0.429	2.924	0.576		
	P值	0.812	0.670	0.005	0.567		
	SCQR评分	P组	57.4±11.6	48.5±11.0 [*]	36.2±9.9 ^{**}	46.6±11.1 [*]	17.147
	C组	59.8±10.5	46.5±11.2 [*]	49.7±11.8 [*]	48.3±10.7 [*]	8.426	<0.001
	t值	0.813	0.674	4.620	0.584		
	P值	0.420	0.504	<0.0001	0.562		

对患者的呼吸动力学指标进行跟踪调查不难发现在接受治疗的过程中，两组患者的肺部呼吸动力学指标都有着明显的改善，但是相比较之下，肺康复运动组的肺部呼吸动力学指标恢复情况明显优于标准治疗组的恢复情况，总体对比数据具有差异，无统计学意义。

五、讨论

本次实验调查的最终结果显示，经过了14天的抗菌药物治疗之后，两组患者的恢复情况都较为良好，肺部呼吸动力学指标都有着明显的提高，急性扩张发病的几率也在明显的下降，在这其中肺康复运动组的患者，经过了4周的康复运动之后，本身的身体素质以及运动性能都有着明显的提高与相对比的标准治疗组相比，治疗效果更加良好，标准治疗组的患者本身，虽然疾病有了极大的缓解，但是运动功能和身体素质并没有明显的变化，总体来说，肺康复运动能够在一定程度上恢复患者的肺部功能以及运动耐力。能够进一步的提高患者的生活，整体质量，再经过肺康复运动之后，经过周期性的数据记录，显示患者在进行为期45分钟的基础运动之后，感官也在逐步地转变，由最开始的难以接受最后表示刚刚处于运动的良好状态都无一不证明了肺康复，运动对于改善患者的生活质量来说有着明显的效果。值得注意的是肺康复运动结束后，4周肺康复运动组的数值全都恢复到肺康复运动前的水平与标准治疗组来说并没有明显的差异。由此可见，虽然进行肺康复运动能够快速恢复患者的肺部功能，进而提高患者的运动耐力和身体机能，但是如果患者没有长期的坚持运动，那么该种恢复效果并不是一个永久性的效果，而是无法长期持续的状态。

支气管扩张，患者长期受到喘息咳嗽粘痰的影响，导致自身的生活质量明显下降，所以在进行治疗的过程中，支气管扩张急性加重会导致原有的疾病加重，从而诱发极大的危险，因此医护人员应该针对患者出现呼吸困难等等问题，对患者进行针对性的治疗，有机的改变患者的生活质量，甚至还要对患者的心理情况

进行心理疏导，有效的缓解患者的心理压力，从而凝聚患者战胜病魔的信心，否则失去了治疗的信心，会导致患者的压力继续上升，从而引发焦虑抑郁等不良情绪。因此支气管扩张治疗的过程中，应该在确定疾病的时候，第一时间及阻止疾病的发展，维持现有的运动耐力和呼吸功能，进而减少急性发作的次数和频率。这是有效改善患者自身恢复情况以及康复情况的重中之重，也是维持患者身体机能的关键因素。

肺康复运动通过定制个性化的运动方法和运动计划，有机的调整患者的身体机能和运动耐力，使患者的身体和生活质量明显提高，在进行肺康复运动的时候，对患者进行随机的采访，可以采用调查问卷的方法发现患者对身体的满意程度也在不断地提高，除此以外，在研究肺康复运动，对支气管扩张稳定患者治疗的过程中，也明确表示肺康复运动能够有效地提高患者的运动耐力。总体来说，肺康复运动能够有效地调整患者的生理状态，而且十分的简便具有可操作性，成本相对低廉，在临床应用的过程中，临床价值极高，但是该种治疗效果无法长期的持续，是现如今医疗体系需要进一步突破的难题。

六、结束语

综上所述，虽然本次实验调查存在着一定的局限性受到临床实际问题的影响，所收纳的样本数量较小，无法进行大量实验的评估，而且持续的时间相对较为短暂，无法对生活质量的改善进行更多方面的论证，但是为期四周的肺康复运动，能够有效地提高患者的运动耐力，并且改善患者的生活质量。总体来说，虽然这种效果无法长期的持续，但是依旧能够证明非康复运动法在治疗支气管扩张急性加剧患者中的临床价值，所以应该继续进行大量的实验，以更大的实验样本和高质量的临床试验，为该种方法进行论证，从而使肺康复运动的价值充分的激发出来。

参考文献:

[1] 朱焯, 徐敏. 肺康复运动训练对非手术肺癌患者呼吸运动功能、中长期生活质量、生存状况及并发症的影响分析[J]. 实用心脑血管病杂志, 2021 (S2): 67-69.
 [2] 赖德清, 袁亚迪, 谢晓梅, 杨霞. 心肺康复运动训练对特发性肺间质纤维化患者心肺功能的影响研究[J]. 实用心脑血管病杂志, 2021 (10): 86-91.

(上接第1578页)

育的重要价值。法院教育在审理未成年人犯罪案件中具有重要意义。首先，法庭的教育内容是对判决的重要补充。特别是，审判长和审判员的法庭教育，包括对案件事实有更细致的了解，对量刑和其他办案措施有更详细的解释，可以很好地补充判决，帮助未成年被告人更好地理解判决内容，方便其认罪认罚。其次，法庭的教育活动体现了办案人员对未成年被告人的真诚关心。法院对检察官和法官的教育往往包括对犯罪原因的深入分析、对未成年被告人犯罪行为的感叹以及对未成年被告人弃恶从善的真诚祝愿。这些内容体现了办案人员对未成年被告人的善意，使严酷的审判活动充满了温暖和人文气息，有利于消除未成年被告人与办案人员之间的心理对抗，促进社会和谐。第三，法庭的教育活动有助于预防累犯。在法院教育中，通过对犯罪原因的分析，对犯罪危害的阐述，提出化腐朽为神奇的建议，可以帮助未成年被告人更加清楚地认识犯罪的原因和危害，更加理性地认识守法的重要性，成为遵纪守法的公民，从而起到预防其重新犯罪的作用。二要全面开展法院教育活动。在所有涉及青少年犯罪的案件中，都应进行法庭教育。因为每一起未成年人犯罪案件都有其特定的原因和特殊的情况，有不同的未成年被告人及其亲属和其他相关人员，有法院教育的内容和对象。对

法官进行法庭教育可能是重复的，但对涉及未成年人、其委托人和有关人员的案件则不是重复的。

结语:

如果在刑事司法活动的不同阶段和在不同环境下与少年犯连贯一致地开展教育活动，教育活动的效力就会大大提高。相反，如果对少年犯的教育活动在刑事司法活动的不同方面是不相关、不一致甚至相互矛盾的，就可能导致少年犯之间的混淆，甚至产生混淆，从而导致随后的教育活动缺乏效果，甚至产生相反的效果，抵消以前教育活动的积极效果。

参考文献:

[1] [英] 乔伊·帕尔默. 教育究竟是什么: 100位思想家论教育[M]. 任钟印译. 北京: 北京大学出版社, 2008: 7.
 [2] 邹碧华. 少年法庭的创设与探索[M]. 北京: 法律出版社, 2009: 78.
 [3] 贾馥茗. 人格教育学[M]. 南京: 江苏教育出版社, 2008: 1.

作者简介: 刘海威, 1970年8月生, 河南金色阳光律师事务所律师, 郑州市律师协会副会长。