

基于 5E 理念的康复护理对肺结核患者预后质量的影响

王智蓉

昆明市第三人民医院 云南 昆明 650041

【摘要】目的：分析讨论基于 5E 理念的康复护理对肺结核患者预后质量的影响。
方法：选择 2024 年 12 月至 2025 年 12 月作为实验起止时间，选择该期间收治肺结核患者 70 例作为观察对象，将 2024 年度收治患者 35 例作为对照组实施常规护理，将 2025 年度收治患者 35 例作为观察组实施基于 5E 理念的康复护理，收集相关指标，对比分析结果变化。
结果：相较于对照组，观察组患者依从性、肺功能指标、生活质量评分均优，对比两组数据 $P < 0.05$ 。
结论：肺结核患者治疗期间配合基于 5E 理念的康复护理可明显提高患者自我保健与康复意识，优化患者遵医嘱行为，提高肺功能康复效果，改善生活质量，显示积极长远应用价值，值得采纳。

【关键词】基于 5E 理念；康复护理；肺结核；预后质量

肺结核是临床常见肺部疾病，是指由于结核分枝杆菌侵袭肺部，经气管、支气管蔓延至血管症状，患者多伴随发热、乏力、食欲减退、呼吸系统症状，且具有一定传染性，严重损害肺部功能，甚至诱发呼吸衰竭，危及生命^[1]。目前临床主要通过抗结核治疗控制病情，但受躯体症状、病程、用药不良反应等因素影响，治疗效果难以达到理想标准。鉴于上述因素，下文将围绕基于 5E 理念的康复护理对肺结核患者预后质量的影响开展讨论，以期康复护理质量改进提供可靠支撑。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2024 年 12 月至 2025 年 12 月作为实验起止时间，选择该期间收治肺结核患者 70 例作为观察对象，将 2024 年度收治患者 35 例作为对照组，涉及年龄范围：48-70 岁，平均值：(60.21±3.25) 岁，男女例数=17 例/18 例；将 2025 年度收治患者 35 例作为观察组，涉及患者年龄范围：49-70 岁，平均值：(60.89±3.56) 岁，男女例数=18 例/17 例，基础资料 $P > 0.05$ 。

1.2 方法

两组患者均实施常规护理，向患者详细说明用药及相关不良反应，建议患者利用正确佩戴口罩、处理痰液，防止传播。

观察组患者在此基础上开展基于 5E 理念的康复护理, 步骤包含: 1) 积极鼓励, 主动与患者进行沟通交流, 鼓励患者倾诉内心真实想法与困扰, 采用鼓励性语言安慰患者, 并以经典治疗案例作为榜样鼓励患者学习, 结合音乐疗法、正念疗法开展情绪管理, 促进患者情绪平稳^[2]。2) 对症教育, 利用一对一宣教、图片视频讲解等多形式开展肺结核、抗肺结核治疗等相关知识宣教, 帮助患者全面了解用药的重要性, 学习用药不良反应、并发症特点、生活中注意事项以及处理方法, 促进患者掌握相关知识, 能够积极长期保持健康行为, 提高自我管理效果^[3]。3) 运动与日常工作建议, 指导患者按时进行呼吸训练, 如缩唇训练、腹式呼吸训练、胸式呼吸训练等, 待病情逐渐恢复后增加上下楼梯训练、抗阻力训练, 并指导患者独立完成日常生活, 如整理房间、穿衣、洗漱等, 逐渐回归正常生活。4) 评估与护理计划改进, 开展阶段性病情评估, 针对性分析患者心理、生理、病情康复效果, 根据患者需求调整康复护理方案, 持续提升护理质量^[4]。

1.3 观察指标

统计并分析两组患者依从性、肺功能情况（FEV1/FVC、PaO₂、PaCO₂）、生活质量评分（QOL-30 量表对患者身体健康、心理健康、社交支持、环境条件等方面进行整体评价），观察差异表现。

1.4 统计学分析

专业分析以 SPSS24.0 系统完成, 计量数据计均数 $\pm$ 标准差, 两组差别比照运用 t、 χ^2 检测, 计数运用 ($\bar{x} \pm s, \%$) 代替, $P < 0.05$ 则统计学研究成立。

2 结果

表 1 比较两肺功能指标、生活质量评分、依从性数据 ($\bar{x} \pm s$, n=35)

组别	FEV1/FVC (%)		PaO ₂ (mmHg)		PaCO ₂ (mmHg)		QOL-30 评分		依从性(%)
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	
观 察 组	63.53 ± 6.20	78.13 ± 7.42	62.40 ± 6.11	42.39 ± 5.13	67.75 ± 6.73	84.86 ± 7.20	63.58 ± 3.42	89.67 ± 3.56	33(94.29)
对 照 组	63.49 ± 6.16	69.351 ± 7.02	62.36 ± 6.09	59.26 ± 4.20	67.68 ± 6.59	72.09 ± 8.01	63.49 ± 3.50	70.24 ± 3.67	29(82.86)

P 值	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	<0.05
-----	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------	-------

3 讨论

随着肺结核的病情发展，出现胸部症状加重、结核分枝杆菌扩散症状，累及骨关节、脑部、胃肠等器官，对身体造成一定损伤，并增加治疗难度。

基于 5E 理念的康复护理是建立在常规护理基础上的一种新型护理服务措施，更加注重以人为本护理理念，关注患者生理、认知、康复锻炼、社会功能等多维度支持，从整体观出发，改善患者身体机能、服药依从性及生活行为，优化患者情绪状态，提升患者自我价值感、参与感，保障整体疗效，优化预后。在肺结核患者康复期间应用，利用积极情感支持缓解患者负面情绪，提升患者治疗信心，降低自我负担，为良好治疗依从性奠定基础。利用系统健康教育措施，使患者全面了解用药方法，能够主动防范风险因素，根据自身情况开展有氧运动，并主动参与生活技能学习中，进一步促进患者身体机能及肺功能的恢复。利用持续反馈措施及时调整康复护理方案，满足不同康复阶段患者需求，持续提升护理质量，保障康复效果。

总结：在肺结核患者中实施基于 5E 的康复护理措施显示积极长远应用价值，值得采纳。

参考文献

[1] 李方圆,张莉. 多学科协作肺康复护理在肺结核合并呼吸衰竭患者中的应用[J]. 中外医学研究, 2025, 23 (28):142-145.

[2] 刘滨艳,张丽霞. 前馈控制康复护理模式应用于肺结核患者的效果探析[J]. 现代医学与健康研究（电子版）, 2025, 9 (7):134-136.

[3] 杨新花. 呼吸运动康复护理对肺结核患者自护能力及肺功能的改善分析[J]. 智慧健康, 2024, 10 (1):233-236.

[4] 刘琴. 完全管理模式结合呼吸运动康复护理对老年肺结核患者治疗依从性及肺功能的影响分析[J]. 黑龙江医学, 2023, 47 (22):2771-2773, 2777.

