

基于循证的精细化护理结合Teach-Back健康教育在高原地区鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者中的应用

苗 惠, 张鸿云*, 曹燕太, 李慧慧

西宁市第二人民医院耳鼻喉科, 青海 西宁

收稿日期: 2025年5月25日; 录用日期: 2025年6月17日; 发布日期: 2025年6月26日

摘 要

目的: 观察基于循证的精细化护理方案结合Teach-back健康教育在高原地区鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者中的应用。方法: 选取本院耳鼻喉科2022年8月至2024年3月期间54例鼻内镜手术双侧鼻腔填塞患者为研究对象, 将其分为对照组27例和观察组27例, 对照组采用耳鼻喉科常规护理, 观察组采用基于循证的精细化护理结合Teach-back健康教育模式, 比较两组患者干预后患者术后不同时间的疼痛程度; 干预前后知信行情况的比较; 满意度的比较。结果: 观察组术后12 h、24 h、48 h, 观察组的NRS评分均低于对照组($P < 0.05$)。观察组患者认知水平、态度信念、行为管理明显好于对照组($P < 0.05$)。观察组满意度高于对照组($P < 0.05$)。结论: 提高了患者睡眠质量, 提高了康复护理配合度, 提高患者认知水平, 行为管理能力, 提高患者满意度。

关键词

精细化护理, Teach-Back健康教育, 鼻内镜术后, 双侧鼻腔填塞

Application of Evidence-Based Refined Nursing Combined with Teach-Back Health Education in Patients with Bilateral Nasal Packing after Endoscopic Sinus Surgery in Plateau Areas

Hui Miao, Hongyun Zhang*, Yantai Cao, Huihui Li

*通讯作者。

文章引用: 苗惠, 张鸿云, 曹燕太, 李慧慧. 基于循证的精细化护理结合 Teach-Back 健康教育在高原地区鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者中的应用[J]. 临床医学进展, 2025, 15(6): 1557-1561. DOI: 10.12677/acm.2025.1561887

Abstract

To observe the effect of evidence-based refined nursing combined with Teach-back health education in patients with bilateral nasal packing after endoscopic sinus surgery in plateau areas. **Methods:** A total of 54 patients who underwent bilateral nasal packing after endoscopic sinus surgery in the Department of Otolaryngology from August 2022 to March 2024 were selected as the study subjects. They were divided into a control group ($n = 27$) and an observation group ($n = 27$). The control group received routine otolaryngology nursing care, while the observation group received evidence-based refined nursing combined with Teach-back health education. The pain levels at different postoperative time points, knowledge-attitude-practice (KAP) scores before and after intervention, and satisfaction levels were compared between the two groups. **Results:** The Numeric Rating Scale (NRS) scores of the observation group at 12 h, 24 h, and 48 h postoperatively were significantly lower than those of the control group ($P < 0.05$). The cognitive level, attitude-belief, and behavior management of the observation group were significantly better than those of the control group ($P < 0.05$). The satisfaction level of the observation group was higher than that of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion:** The intervention improved patients' sleep quality, enhanced compliance with rehabilitation nursing, increased cognitive level and behavior management ability, and improved patient satisfaction.

Keywords

Refined Nursing, Teach-Back Health Education, Post-Endoscopic Sinus Surgery, Bilateral Nasal Packing

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

鼻腔承载着人体呼吸作用,是有氧空气进入人体的第一通道,若鼻腔堵塞后不仅导致患者呼吸不畅,心律不齐,影响其睡眠,焦虑,抑郁,还会影响患者的生命安危[1]。鼻腔填塞是鼻内镜手术之后鼻腔止血最常见的一种方法。但鼻腔填塞后疼痛感强烈,尤其以双侧鼻腔填塞为重,给患者带来极大的疼痛[2]。鼻内镜手术治疗虽能获得较好的治疗效果,但限于多种因素影响,术后还需辅以科学的护理干预,以促进机体康复[3]。基于循证的精细化护理,该护理模式以“精、准、细、严”为宗旨,获取科学、准确依据。Teach-back 健康教育是一种新型教育模式,其是指对受教者进行健康教育后,让受教者用自己的语言描述健康教育信息,对受教者未理解的信息,教育者再次强调,以确保受教者能够充分掌握信息[4]。理论上,基于循证的精细化护理方案结合 Teach-back 健康教育优于常规护理,能更好地提高患者睡眠质量,提高了康复护理配合度,提高患者认知水平,行为管理能力,提高患者满意度。基于此,本研究选取 54 例双侧鼻腔填塞患者为研究对象,旨在研究基于循证的精细化护理方案结合 Teach-back 健康教育在高原地区鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者中的应用,现将具体内容报道如下。

2. 资料与方法

2.1. 一般资料

选取 2022 年 8 月~2024 年 3 月, 对我院鼻内镜手术的术后双侧鼻腔填塞患者 54 例做为研究对象, 对照组男 18 例, 女 9 例; 观察组男 19 例, 女 8 例; 两组鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者一般资料差异无统计学意义($P > 0.05$), 具有可比性。

纳入标准: 入选患者为鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者。且满足: 1、知晓并同意使用该方法; 2、无任何并发症; 3、无严重心肺疾病、精神疾病等; 4、具有正常的沟通、理解能力; 5、临床资料完整。

排除标准: 1、治疗期间出现并发症患者。2、依从性差、中途退出此研究。

2.2. 护理方法

对照组: 采取常规护理。护理人员为患者讲解双侧鼻腔填塞术后注意事项饮食、卧位。

观察组: 采用基于循证的精细化护理方案结合 Teach-back 健康教育, 具体内容如下。基于循证的精细化护理方案: ① 提出循证问题: 如何解决术后睡眠障碍, 如何评估患者术后双侧鼻腔填塞引起的疼痛, 如何避免鼻腔填塞物抽取时患者晕厥的发生, 如何让患者规范执行鼻腔冲洗, 如何让患者规范使用鼻腔喷雾剂。② 查询相关资料, 以“鼻内镜术后、鼻腔冲洗、疼痛”等为关键词, 查找相关文献, 结合我院以往案例, 评价护理方式的可靠性、实用性, 对其进行总结分析。③ 制订规范的鼻内镜双侧鼻腔填塞患者术后 6 h、术后 24 h、术后 48 h、双侧鼻腔填塞物抽取前中后及出院时双侧鼻腔填塞护理方案。④ 要求护理人员掌握规范的护理方案。Teach-back 健康教育护理: (1) 成立教育小组。1 名主任、1 名护士长及 3 名主管护师、3 名护师组成, 护士长负责培训及考核等工作。(2) 护士长查阅相关指南及文献, 结合以循证为基础制定的精细化护理方案。此外, 责任护士对鼻内镜术后患者进行访问, 了解患者术后的实际需求后, 对 Teach-back 教育方案进行补充及更正。(3) 实施健康教育。Teach-back 健康教育共包括 4 轮, 分别在术后 6 h、术后 24 h、术后 48 h、双侧鼻腔填塞物抽取前中后及出院时实施, 每轮均包括教育、评估及纠正 3 个步骤。a) 教育方式: 教育, 与患者或其家属进行一对一交谈, 用通俗易懂的语言向其介绍鼻内镜术后双侧鼻腔相关知识。评估, 教育结束后, 通过提问的方式让患者表述本次的宣教内容, 以了解患者的理解及掌握程度。纠正, 当患者回答正确时, 给予肯定及鼓励; 当患者回答错误时, 给予纠正并仔细解释说明, 让其更好地了解宣教内容。b) 教育内容: 术后 6 h, 鼻内镜术后双侧鼻腔填塞相关知识、卧位疼痛护理、饮食护理; 术后 12 h、24 h、48 h 睡眠障碍护理、疼痛护理、饮食护理; 术后第三天, 晨起由值班护士完成鼻内镜术后双侧鼻腔填塞物取前的风险评估表, 避免抽取填塞物时患者发生晕厥; 出院时, 指导患者正确鼻腔冲洗, 正确使用鼻腔喷雾剂等。

2.3. 观察指标及评分标准

1) 两组患者术后不同时间的疼痛程度: 术后 12 h、24 h、48 h 采用面部表情疼痛评分表评价患者的疼痛程度, 总分 0~10 分, 7~10 分重度疼痛, 4~6 分中度疼痛, 1~3 分轻度疼痛, 0 分为无痛。分数越高表示症状越严重。

2) 两组患者知信行情况的比较, 采用自制知信行评价表评价患者的知信行情况, 包括对鼻内镜术后双侧鼻腔填塞相关知识认知水平、态度信念及行为管理 3 个方面, 认知水平包括 10 个题目, 采用 A/B 选项方式作答, 选择正确答案得 5 分, 错误答案不得分; 信念方面对双侧鼻腔填塞术后知识的态度, 病情恢复的焦虑, 抽取填塞物的恐惧的评估, 分为是 A/B 否两个选项, 选“是”不得分, 选“否”得 5 分; 行为方面包含鼻腔冲洗、正确鼻喷雾剂使用、正确擤鼻、正确鼻腔滴药、漱口、术后卧位、术后 6 h 下床

三部曲，选择“会”得5分，选择“不会”不得分，3个方面共计20道题，总分100分。

3) 两组患者满意度的比较：由问卷调查的方式询问患者护理满意度，分为满意、较满意、不满意3个标准。由患者根据自身感受评分。

2.4. 统计学处理

采用SPSS21.0统计学软件处理数据，计数资料用n表示，用 χ^2 检验，计量资料用 $\bar{x} \pm s$ 表示，用t检验，以 $P < 0.05$ 表示差异具有统计学意义。

3. 结果

3.1. 两组患者术后不同时间的疼痛程度

术后12 h、24 h、48 h，观察组的NRS评分均低于对照组，差异具有统计学意义($P < 0.05$)。见表1。

Table 1. Comparison of postoperative pain between the two patient groups at different time points

表 1. 两组患者术后不同时间的疼痛比较($n = 27$, $\bar{x} \pm s$)

组别	术后 12 h	术后 24 h	术后 48 h
观察组	1.13 $\pm$ 0.38	0.59 $\pm$ 0.17	0.25 $\pm$ 0.08
对照组	2.34 $\pm$ 0.51	1.84 $\pm$ 0.59	1.37 $\pm$ 0.41
χ^2	9.886	10.578	13.932
P	0.000	0.000	0.000

3.2. 两组患者干预前后知信行情况的比较

干预后，观察组认知水平、态度信念、行为管理评分均明显高于对照组，差异均有统计学意义($P < 0.05$)。见表2。

Table 2. Comparison of KAP (Knowledge, Attitude, Practice) between control group and observation group patients

表 2. 对照组和观察组患者知信行的情况比较($n = 27$, $\bar{x} \pm s$, 分)

组别	认知水平	态度信念	行为管理
观察组	8.05 $\pm$ 1.19	8.49 $\pm$ 1.04	8.27 $\pm$ 0.68
对照组	6.89 $\pm$ 1.36	6.83 $\pm$ 1.57	7.06 $\pm$ 1.13
χ^2	3.335	4.580	4.767
P	0.002	0.000	0.000

3.3. 两组患者满意度的比较

观察组护理满意度高于对照组，差异有统计学意义($P < 0.05$)。见表3。

Table 3. Comparison of patient satisfaction between control group and experimental group

表 3. 对照组和试验组患者满意度的比较

组别人数	满意	较满意	不满意	满意度(n%)
观察组 27	25	2	0	27 (100)
对照组 27	5	2	20	7 (25.9)
χ^2	31.765			
P	0.000			

4. 讨论

高原地区鼻内镜术后患者因低氧环境面临恢复缓慢和并发症风险增加等问题，常伴有头痛、头晕等不适，加重了身心负担[5]。本研究显示，循证精细化护理能有效缓解患者术后症状，减少并发症。通过精准监测和个体化护理计划，护理人员可及时解决患者问题，提升护理质量和效率，与相关研究结果一致 Teach-back 模式通过互动确保患者理解健康教育内容，提升依从性和自我管理能力，减轻疼痛和负性情绪。本研究中，患者掌握了鼻腔护理等技能，效果与黄丽颖研究相似[6]。研究结果表明，结合循证精细化管理和 Teach-back 健康教育的护理模式，在高原地区鼻内镜术后患者中效果显著，能有效缓解不适，提升护理质量，提高满意度，值得推广，以提升高原地区护理水平。然而，本研究样本量较小且来源于单一医院，随访时间短，未来研究需扩大样本量、延长随访时间，进一步验证效果。

综上所述，基于循证的精细化管理结合 Teach-back 健康教育为高原地区鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者提供了有效的护理方案，具有重要的临床意义和推广价值。

声 明

该病例报道已获得病人的知情同意。

参考文献

- [1] 王蕊. 鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者应用综合护理对其疼痛程度的影响研究[J]. 名医, 2019(10): 175.
- [2] 夏洁, 李云, 何蕾. 综合护理干预对鼻内镜术后双侧鼻腔填塞患者疼痛及满意度的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2016, 22(4): 72-74.
- [3] 高艳红. 护理干预对鼻内镜治疗慢性鼻窦炎鼻息肉康复速率的影响探讨[J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2022, 37(5): 148-149+141.
- [4] 黄丽颖. Teach-back 健康教育模式对老年高血压患者血压和睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2023, 10(3): 494-496.
- [5] 焦娜, 陈军. 基于循证理念的精细化护理对慢性鼻窦炎患者鼻内镜术后症状改善的作用研究[J]. 临床医学工程, 2023, 30(6): 823-824.
- [6] 何瑞菊. Teach-Back 健康教育模式对鼻内镜下等离子腺样体切除术患儿负性情绪及应对方式的影响[J]. 医疗装备, 2024, 37(21): 124-127.