**分析自我管理护理干预对肾移植术后患者自我管理及健康状况的影响**

摘要：目的 探析自我管理护理干预对肾移植术后患者自我管理及健康状况的影响。方法选取我院2018年5月1日-2019年5月1日收治的60例行肾移植术术后患者进行研究，按照随机分组的原则，将所有入选患者均分为观察组和对照组两组，每组各有30例患者，对照组患者行常规的护理方式，观察组在其基础上增加应用自我管理护理干预，对比两组患者的自我管理能力情况。结果 观察组患者的各项自我管理能力评分均显著高于对照组患者，差异具有统计学意义（p＜0.05）。结论 将自我管理护理干预应用于肾移植术后患者的护理中，可取得确切的护理效果，有助于提高患者的自我管理能力，推荐在今后的护理工作中推广应用。

关键词:自我管理；护理效果；肾移植术后

**前言**

近年来，随着医疗技术的快速发展和新型免疫抑制剂的不断出现，肾移植技术已经成为了临床中用于治疗终末期肾脏疾病的最有效的手段。由于肾移植术的特殊性，患者于术后需终身服用免疫抑制剂，但伴随而来的是免疫抑制剂所导致的多项并发症，对患者的生活质量造成了严重的影响，极大的改变了患者多项生活行为方式。同时，若患者缺乏足够的肾脏移植术后自我管理护理能力，则不仅易使并发症的发生风险增加，严重者甚至可能导致移植肾功能丧失，进而引发了严重后果。本文研究选取本院2018年5月1日-2019年5月1日收治的60肾移植术后患者，以探讨自我管理护理干预的应用效果，现将研究内容进行如下报告。

**1 资料与方法**

**1.1 一般资料**

选取我院2018年5月1日-2019年5月1日收治的60例肾移植术后患者进行研究，按照随机分组的原则，将其均分为观察组和对照组两组，每组各30例。观察组30例患者中，男17例，女13例，年龄21~63岁，平均年龄为（43.5±5.2）岁，病程为2~7年，平均病程为（4.3±0.5）年；对照组30例患者中，男19例，女11例，年龄18~73岁，平均年龄为（51.2±5.8）岁，病程为1~8年，平均病程为（4.5±0.7）年。两组患者的性别、年龄和病程等一般性临床资料的对比差异无统计学意义（p＞0.05）。

**1.2 方法**

对照组患者均采用常规护理，观察组患者在其基础上增加应用自我管理护理干预，主要内容包括：①知识自我管理：向患者进行有关肾移植术后注意事项的健康宣教，嘱患者明确肾移植术后自我管理的概念，提高患者对自我管理的重视和认识。②行为自我管理：对患者进行个性化的行为指导，包括注意休息、适度运动以及科学用药等，嘱患者注重保持口腔的卫生和清洁等，睡前可收听舒缓音乐、热水泡脚以及饮用热牛奶以提高睡眠质量。③症状自我管理：指导患者提高对术后不良反应的识别能力，并掌握简单科学的应对方法。养成良好的饮食生活习惯，当出现呕吐及恶心等不良反应时，可行少食多餐的饮食方式，当出现腹泻的症状时需适当的补充水电解质。④情绪自我管理：定期与患者进行沟通交流，掌握患者心理状况，及时缓解患者的不良负性情绪，可指导患者日常行散步、听音乐等方式以放松身心，强调患者家属的重要性，嘱其为患者营造温馨、关爱的人文缓解，给予患者心理上的支持和帮助。

**1.3 观察指标**

使用自我管理能力测量量表对两组患者的自我管理能力进行评估，主要包括自我管理概念、自我管理知识、自我管理技能及自我管理责任感等维度，各项总分均为100分，得分越高表明自我管理能力越优良。

**1.4 统计学处理**

采用SPSS19.0统计学软件分析处理数据，本次研究所得数据使用SPSS19.0统计学软件进行分析，计量资料使用（±s）表示，采用t检验，以p＜0.05为差异具有统计学意义。

**2 结果**

观察组各项自我管理能力指标均显著高于对照组，差异具有统计学意义（p＜0.05），见表1。

表1 两组患者自我管理能力对比（±s）

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 组别 | 例数 | 自我管理概念 | 自我管理知识 | 自我管理技能 | 自我管理责任感 |
| 观察组 | 30 | 96.34±2.33 | 95.52±3.21 | 97.46±3.61 | 98.21±1.22 |
| 对照组 | 30 | 83.12±2.14 | 84.18±3.74 | 88.21±4.03 | 89.12±3.93 |
| P值 | P＜0.05 | | | | |

**3 讨论**

近年来接受肾移植治疗的患者比例逐年增加，行肾移植术后的患者必须终身服用免疫抑制剂来减少肾移植的免疫反应，但其通常易给患者带来诸多不良并发症，同时患者也承受着极大的心理压力，严重影响了肾移植的效果和患者的生活质量。因此，在进行积极临床治疗的同时，更加需要注重护理方式，以保证肾移植术后患者的生活质量。本次研究中通过给予患者自我管理护理干预，重点调动了患者的主观能动性，提高了患者对疾病的自我管理和评估能力，并强化自我管理护理技能的学习，提高自我管理的意识和依从性，以提高肾移植术后的生活质量。本次研究中观察组患者的各项自我管理能力评分均显著高于对照组患者，差异具有统计学意义（p＜0.05）。

综上所述，给予肾移植术后患者自我管理护理干预，患者的自我管理能力得到了明显的改善，有助于提高其生活质量，推荐在今后的护理工作中推广使用。

**参考文献：**

[1]毛文娟,邹海欧.肾移植受者出院后自我管理状况调查分析[J].山西医药志,2013,42(9):523-525.

[2]霍瑛瑛.延续性护理在肾移植术后出院患者中的应用观察[J].中国药物与临床,2019,19(21):3825-3826.