

小儿营养不良的健康教育及保健指导分析

杨丽, 吴丽娟*

联勤保障部队第九七〇医院, 山东 烟台 264000

摘要: 目的: 探讨健康教育及保健指导在小儿营养不良中的应用价值, 为更好地解决与应对小儿营养不良问题, 为其提供有力的理论支持和实践指导。方法: 筛选本院2022年7月-2024年2月收治的92例小儿营养不良患者, 满足研究对比需求, 根据患者病号奇偶数分为实验组(46例)与对照组(46例)。对照组患者采取常规治疗, 实验组在常规治疗的基础上实施健康教育及保健指导, 对比其治疗有效率。结果: 实验组实施健康教育及保健指导后, 其显效与有效分别有23、19例。对照组显效与有效分别有13、20例。实验组治疗总有效率(91.30%)明显高于对照组(71.74%), $P < 0.05$ 。结论: 健康教育及保健指导在小儿营养不良应用中发挥着关键作用, 其可纠正患者及家属的错误思想, 提高其对疾病的重视性, 促进其治疗有效率, 为儿童的健康成长保驾护航。

关键词: 小儿营养不良; 健康教育; 保健指导

Health Education and Health Care Guidance Analysis of Pediatric Malnutrition

Yang Li, Wu Lijuan*

Joint Logistic Support Force 970th Hospital, Yantai, Shandong 264000

Abstract: Objective: To explore the application value of health education and health guidance in pediatric malnutrition, and to provide strong theoretical support and practical guidance for children to better solve and deal with the problem of malnutrition. Methods: 92 pediatric malnutrition patients admitted to our hospital from July 2022 to February 2024 were screened to meet the needs of study comparison and were divided into the experimental group (46 cases) and the control group (46 cases) according to the parity numbers of patients. Patients in the control group received conventional treatment, and the experimental group implemented health education and health care guidance on the basis of conventional treatment to compare the treatment efficiency. Results: After the implementation of health education and health care guidance, there were 23 cases and 19 cases respectively. The control group had 13 and 20 cases, respectively. The total response rate of the experimental group (91.30%) was significantly higher than that of the control group (71.74%), $P < 0.05$. Conclusion: Health education and health care guidance play a key role in the application of malnutrition in children, which can correct the wrong ideas of patients and their families, improve their importance to the disease, promote the efficiency of their treatment, and escort the healthy growth of children.

Keywords: children malnutrition; health education; health care guidance

在全球公共卫生领域中, 小儿营养不良已成为一个严峻、长期的挑战, 备受广大医者、患者等关注, 成为热门研究话题。儿童是祖国的花朵, 社会的未来与希望, 一旦出现营养不良不仅会影响机体的正常生长发育, 还将关系到整个社会的健康与繁荣。在人体健康成长的过程中, 机体的营养状态是至关重要的, 不良的生活习惯、不健康的饮食结构、错误的思想顾虑等等均可能造成小儿营养不良, 降低其生活质量。随着医学研究不断进步、人民健康理念不断更新, 小儿营养不良也逐渐从单一的营养补充扩展至综合性的健康教育、保健指导中, 对提高儿童机体健康水平具有重要意义。通过综合性、科学性、系统性的健康教育及保健指导, 可帮助儿童更好地养成健康的饮食习惯、生活方式等, 有利于预防或改善营养不良^[1-2]。本研究旨在探讨健康教育及保健指导在小儿营养不良中的应用价值, 将以本院2022年7月-2024年2月收治的92例小儿营养不良患者为例, 为更好地解决与应对小儿营养不良问题, 为其提供有力的理论支持和实践指导, 总结如下:

一、资料与方法

(一) 一般资料

筛选本院2022年7月-2024年2月收治的92例小儿营养不

良患者, 满足研究对比需求, 根据患者病号奇偶数分为实验组(46例)与对照组(46例)。实验组男性21例, 女性25例, 年龄3~11(6.27±1.73)岁; 对照组男性20例, 女性26例, 年龄3~12(6.35±1.75)岁; 本研究所选患者一般资料经数据分析确认为P

通讯作者简介: 吴丽娟(1979.01-)女, 汉族, 籍贯: 山东文登, 单位: 联勤保障部队第九七〇医院, 主管护师, 本科, 研究方向: 儿科及新生儿。

作者: 杨丽(1984.11-), 女, 汉族, 籍贯: 山东惠民, 现就职于: 联勤保障部队第九七〇医院, 护师, 本科, 研究方向: 新生儿儿科及新生儿护理。

> 0.05, 且取得伦理委员会审批同意。

(二) 纳排标准

纳入标准: (1) 出现脂肪消失、功能紊乱、抵抗力下降等症状; (2) 经临床表现、病理生理判断为小儿营养不良; (3) 家属对研究方案有详细的了解并签订知情同意书; 排除标准: (1) 生命风险较高, 患有先天性心脏病; (2) 机体状态较差, 患有遗传代谢性疾病; (3) 未签订知情同意书。

(三) 方法

对照组患者采取常规治疗, 实验组在常规治疗的基础上实施健康教育及保健指导, 内容如下:

1. 常规治疗

医护人员需检查患者的机体状态, 纠正其不良的饮食习惯, 帮助其养成科学、健康的饮食结构。指导患者多食用易消化的食物, 合理搭配主食与辅食, 注意果蔬补充, 少食辛辣、油腻食物。调整荤素搭配, 避免食用过量的肉类、蔬菜等等, 合理调整饮食平衡。严格控制脂肪、维生素等摄入量, 改掉挑食和厌食等习惯, 做到按时就餐, 文明就餐。

2. 健康教育及保健指导

(1) 健康教育: 医护人员可将小儿营养不良、营养结构、健康饮食方案等知识进行整理, 利用易懂、明了的语言与患者及其监护人进行宣教。在宣教过程中, 应当重点讲解营养不良对人体产生的威胁以及治疗预防措施, 纠正其错误思想, 提高其对该疾病的重视程度。鼓励患者及监护人积极发表个人的看法, 展示自己的学习成果。指导其不可随意听信他人的谗言, 胡乱食用偏方、保健品等等。(2) 保健指导: 遵照医嘱, 针对患者的实际情况进行用药指导。根据患者的年龄、体重等评估其用药剂量。在用药治疗过程中, 密切观察患者的机体变化, 一旦发现异常需立即处理。定期检查患者的口腔状态, 检查其是否存在口腔溃疡或口腔干燥等疾病, 实施针对性药物治疗。叮嘱患者做好口腔卫生, 注意饭后刷牙、漱口。部分患者容易受机体营养不良影响出现蛋白摄取不足、皮肤脂肪稀薄、皮肤弹性差等现象。医护人员应告知患者及其监护人注意个人卫生, 多进行清洁、擦身等工作, 保持皮肤干燥。(3) 生活指导: 医护人员需提前为患者准备好病房, 选择凉爽的区域, 定期进行清洁、通风等工作。不仅需要定期更换病床被褥等, 还需做好物品消毒, 特别是食具消毒工作。指导患者积极前往户外活动, 进行散步、早操等活动, 提高机体免疫力。患者进行大小便后, 可使用温水进行臀部清洁工作, 将其擦拭干净后即可使用油膏, 为其提供保护作用。若发现患者的臀部出现发红、灼痛等现象, 可使用黄柏煎水进行外洗并涂抹麻油, 为其提供清热化湿的作用。针对营养不良病情严重需卧床治疗的患者, 应定时对其进行翻身、按摩工作, 预防褥疮^[3]。

(四) 观察指标

医护人员需观察患者的机体营养状态, 检查其肌肉状态, 根据其营养状况进行疗效评定。显效: 肌肉萎缩完全消失, 饮食习惯、生活习惯良好, 营养不良情况消失; 有效: 肌肉萎缩得到改善, 饮食习惯、生活习惯正常, 营养不良情况得到好转; 无效:

肌肉萎缩未得到明显改善, 营养不良情况无好转, 甚至加重^[4]。

(五) 统计方法

本次研究我们遵循严格的方法论来确保数据分析的准确性和可靠性, 利用 SPSS 28.0 软件进行数据处理, 通过 [n (%)] 分析计量资料。为验证研究结果的稳健性和可靠性, 我们将采取 χ^2 检验, 依据 P 值数值判断其是否具有统计学意义。

二、结果

实验组实施健康教育及保健指导后, 其显效与有效分别有 23、19 例。对照组显效与有效分别有 13、20 例。实验组治疗总有效率 (91.30%) 明显高于对照组 (71.74%), $P < 0.05$ 。见表 1。

表 1 实验组与对照组患者治疗疗效对比 (n, %)

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
实验组	46	23	19	4	91.30%
对照组	46	13	20	13	71.74%
χ^2 值	-	-	-	-	4.618
P 值	-	-	-	-	0.031

三、讨论

小儿营养不良属于临床高发疾病, 其主要因长期摄食不足而引发机体营养不良的情况, 容易出现皮下脂肪逐渐消散、机体免疫力逐渐下降等现象, 对其生活造成困扰。小儿营养不良是影响儿童健康成长的重要因素, 其容易增加患病机率, 增加生命危险, 降低生活质量。小儿营养不良的患病因素可分为以下几点:

(1) 喂养不当: 母乳不足且未能及时添加辅食, 导致患者长期摄食不足, 无法满足机体所需的营养。人工喂养、食物质量无法达到标准, 例: 单一应用淀粉类食品喂哺。断奶突然, 无法立刻适应新食物。(2) 饮食习惯不良: 存在挑食、偏食等现象, 甚至不按时吃饭, 出现饮食不规律等情况;(3) 疾病因素: 受疾病影响, 食欲下降, 机体消化功能等受到不同程度的影响, 妨碍食物的正常消化与吸收^[5-6]; 对此, 家长应当提高对小儿营养不良的重视性与了解度, 提前做好预防措施, 降低疾病对患者造成的不良影响。小儿营养不良的预防措施可分为以下几点: (1) 落实母乳喂养。根据儿童的年龄增加适当调整其饮食方案。在年龄增长下, 在饮食结构中增加辅食, 采取先稀后干的方式喂养。(2) 积极带领儿童进行户外运动, 接受阳光的沐浴, 增强机体抵抗力, 提高身体素质, 降低患病机率。(3) 定期进行机体检查, 及时发现并解决^[7-8]。本研究为深入分析小儿营养不良问题, 将 92 例小儿营养不良患者进行分组治疗, 分别对其进行常规治疗、健康教育与保健指导。据其研究数据可得, 实验组治疗总有效率明显高于对照组。首先, 健康教育在小儿营养不良的预防与治疗中具有关键性作用, 其不仅可以提升家长和儿童对营养不良的认知, 还可使其更加了解营养不良对机体产生的危害, 提高对疾病的重视性。在健康教育的指导下, 家属可根据患者的实际情况为其制定科学的饮食方案, 确保孩子能够获得充足的营养, 降低疾

病对其机体产生的不良影响。保健指导在小儿营养不良的管理与治疗中依然具有不可忽视的作用。医护人员可通过专业的保健指导,帮助家长和儿童建立健康的生活方式,改善饮食习惯,增加运动量。保健指导不仅可以预防和缓解疾病,还可促进儿童的

体发育和智力发展,为其未来的健康成长奠定基础^[9-10]。

综上所述,健康教育及保健指导在小儿营养不良应用中发挥着关键作用,其可纠正患者及家属的错误思想,提高其对疾病的重视性,促进其治疗有效率,为儿童的健康成长保驾护航。

参考文献

- [1] 胡莲芳, 史丽, 马琳. 小儿营养不良实施保健与临床指导的效果观察 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2024, 44(5): 43-44.
- [2] 李善华. 小儿营养不良的健康教育与保健指导 [J]. 北方药学, 2011, 8(03): 124-125.
- [3] 余东宁. 小儿营养不良健康教育及保健方法指导 [J]. 当代医学, 2012, 18(17): 77-78.
- [4] 朱孝靖. 小儿营养不良保健指导方法对儿童睡眠质量及营养情况的影响分析 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2022, 17(16): 177-180.
- [5] 张慧, 邝文文. 小儿营养不良的保健方法与护理保健指导干预价值 [J]. 中国科技期刊数据库 医药, 2023, 2(24): 74-76.
- [6] 陈璐. 小儿营养不良保健指导方法对儿童睡眠质量及营养情况的影响 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2022, 2(5): 144-146.
- [7] 梁晓娜. 小儿营养不良健康教育与指导分析 [J]. 中国现代药物应用, 2014, 8(05): 230-231. DOI: 10.14164/j.cnki.cn11-5581/r.2014.05.005.
- [8] 胡金华. 喂养指导干预对学龄前肥胖儿童生长指标及家长保健知识知晓率的影响 [J]. 四川生理科学杂志, 2023, 45(5): 793-796.
- [9] 张国鑫. 小儿营养不良的健康教育及保健指导分析 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(55): 327+329.
- [10] 陆美芳. 小儿营养不良的健康教育与保健指导 [J]. 中国卫生产业, 2016, 13(36): 64-66. DOI: 10.16659/j.cnki.1672-5654.2016.36.064.