

【临床护理】

# 出院后护理干预对患者戒烟率的影响

马洪杰, 樊毫军, 焦宏彬, 谢景红

(中国人民武装警察部队总医院 呼吸科, 北京 100039)

**[摘要]** 目的 探讨出院后护理干预对患者戒烟率的影响。方法 164例呼吸系统疾病患者在住院期间戒烟后, 出院时随机分为护理干预组和非干预组, 干预组在出院后继续实施心理、生活、饮食、运动等护理干预, 非干预组不进行出院后护理干预, 统计1年后两组戒烟率。结果 1年后干预组82例中失访3例, 戒烟63例, 戒烟率80%; 非干预组失访5例, 戒烟29例, 戒烟率38%, 干预组戒烟率明显高于非干预组( $\chi^2=26.83, P<0.001$ )。结论 对出院后的患者继续进行护理干预, 能有效降低其出院后香烟的复吸率。

**[关键词]** 肺部疾病; 戒烟率; 护理干预

[中图分类号] R163; R473.5 [文献标识码] A [文章编号] 1008-9969(2006)02-0049-02

## The Effect of Post-discharge Nursing Intervention on Smoking-quitting Rate of Patients

MA Hong-jie, FAN Hao-jun, JIAO Hong-bin, XIE Jing-hong

(Dept. of Respiratory Diseases, the General Hospital of Chinese Armed Police, Beijing 100039, China)

**Abstract:** Objective To explore the effect of post-discharge nursing intervention on smoking-quitting rate of patients. Methods One hundred and sixty-four patients with respiratory diseases who quit smoking at hospitalization were equally randomized into two groups at discharge: nursing intervention group and non-nursing intervention group, the former receiving continually nursing intervention in mentality, daily life, diet and sports activities and the latter receiving no intervention. The smoking-quitting rates were compared between the groups for 1 year of follow-up. Results After one year, of the 82 cases in the nursing intervention group, 63 cases quit smoking and another 3 lost contact, with a rate of 80%, while in the other group, only 29 did quit smoking and another 5 lost contact, with a rate of 38%. Statistically the difference was significant ( $\chi^2=26.83, P<0.001$ ). Conclusion The continual nursing intervention is able to lower the rate of smoking-quitting after discharge.

**Key words:** pulmonary disease; rate of smoking-quitting; nursing intervention

吸烟是导致肺癌、慢性阻塞性肺病、缺血性心脏病等多种疾病的危险因素之一。目前全球约有11亿吸烟者, 每年约420万人死于与烟草相关的疾病, 烟草产品每年造成的疾病负担约2000亿美元, 预计2020年这一数字将达到世界疾病总负荷的10%。尽管社会广泛宣传吸烟的危害, 但吸烟人群中的戒烟率相当低, 我国吸烟者仅有3.6%戒烟成功, 如何实施有效的戒烟干预, 提高戒烟率成为控烟关注的重点<sup>[1]</sup>。

医务人员在预防和控制烟草工作中发挥着重要作用, 大约70%的吸烟者经常与医务人员接触, 医务人员如果能够抓住“可教育时间”, 对患者劝告会起到良好的效果<sup>[2]</sup>。笔者对出院后护理干预对患者戒烟率的影响进行了探讨, 报道如下。

## 1 对象

选取本院呼吸科2003年1月-2004年1月出院的患肺部疾病的吸烟患者164例, 所有患者吸烟史均在10年以上, 吸烟量>10支/d, 住院时间8-58

d, 平均住院天数为14.5d, 治愈或好转出院。全部病例在住院期间均接受了戒烟的健康教育, 并有戒烟意愿, 同时接受住院期间强制戒烟方法, 住院期间无1例吸烟。患者出院时按照出院顺序, 单数进入干预组, 双数进入非干预组。两组一般情况比较见表1。

表1 干预组和非干预组一般情况比较( $\bar{x} \pm s$ )

项目	干预组	非干预组	统计量	P
例数	82	82		
性别(男/女)	58/24	62/20	$\chi^2=0.28$	0.59
年龄(岁)	62.4 $\pm$ 10.1	63.5 $\pm$ 11.7	t=0.64	0.52
吸烟史(年)	15.6 $\pm$ 8.7	16.7 $\pm$ 6.9	t=0.90	0.37
吸烟支数(支/d)	11.8 $\pm$ 3.5	10.3 $\pm$ 6.2	t=1.91	0.05
疾病构成				
肺癌	7	5		
COPD	36	41		
肺心病	12	8		
肺炎	13	12	$\chi^2=2.16$	0.90
结核性胸膜炎	8	7		
支气管扩张	4	6		
其他	2	3		

## 2 方法

2.1 干预组护理干预方法 进入干预组的患者有专职护士实施出院后护理干预, 并及时登记, 每月患者本人或其家属到呼吸科病房交流戒烟情况, 若不

[收稿日期] 2005-12-05

[作者简介] 马洪杰(1969-), 女, 河北沧州人, 本科学历, 主管护师。

能返回医院则电话随访 1 次,在此期间患者或家属可随时通过电话或门诊咨询。干预措施包括 3 方面。

2.1.1 心理指导 由于患者烟龄较长,对尼古丁有一定依赖,加上出院后环境的变化和疾病的困扰已减轻或消失,复吸的欲望较强。护士通过定期电话和面谈,在心理上加以指导,告诉患者应深刻认识到吸烟等于慢性自杀,吸烟有百害而无一益,要认识到改变已有的习惯是不易的,甚至是痛苦的,需要有坚强的意志才能成功。

2.1.2 生活指导 鼓励患者建立良好的生活、饮食习惯。与其亲人合作找出诱发吸烟的因素,打破其吸烟模式,控制好环境,克服烟瘾的干扰。开始戒烟时会感到不舒服,可采用冷水洗脸、吃点小食品、看书、参加文体活动等方法转移对烟的注意力。

2.1.3 运动指导 根据患者自身情况,帮助其选择 1~2 项运动,包括步行、慢跑、游泳、太极拳等,运动强度应适当,以有轻度的心跳加快、微汗为度。

2.2 非干预组护理方法 进入非干预组的患者不进行出院后的护理干预。

2.3 统计学处理方法 所有患者于出院后 1 年询问其吸烟情况,计算戒烟率。戒烟率分为 1 年和 1 月完全不吸烟两种统计方法,本研究主要统计调查时间点之前 30 d 内完全不吸烟人数,计算两组戒烟率<sup>[3]</sup>。两组戒烟率比较采用  $\chi^2$  检验。

### 3 结果

出院 1 年后,经专职护士统计,干预组 82 例失访 3 例,戒烟 63 例,戒烟率为 80%(63/79)。非干预组住院期间 82 例经健康教育,无 1 例吸烟,出院后主要靠自我和家庭的监督,1 年后失访 5 例,戒烟 29 例,戒烟率为 38%(29/77),经  $\chi^2$  检验,  $\chi^2=26.83$ ,  $P<0.001$ ,干预组的戒烟率显著高于非干预组。

### 4 讨论

目前我国人群的吸烟、戒烟状况令人担忧,据调查我国吸烟人群中 11.8%的人曾经戒烟,但因缺乏

有效的帮助和支持而失败,只有 3.5%的人成功戒烟 2 年以上<sup>[4]</sup>。劝导患者戒烟是一个相当长又具挑战性的过程,住院特别是在呼吸科住院,对吸烟者来讲是戒烟的一个好时机。住院期间患者由于疾病的痛苦、护士的干预和住院制度要求暂时戒烟,但出院后护理工作结束、社会交际中各种不利因素都会造成复吸,戒烟失败。

本研究旨在通过住院期间和患者建立联系,在出院后给予一定的护理干预来延伸和巩固其住院期间所取得的戒烟成果。笔者在随访中发现,1/3 患者意识不到吸烟的危害,对戒烟不予重视。通过对出院患者的随访工作,解决了护理干预不连贯的问题,提高了患者对吸烟危害的认识,改变了患者的观念,特别是患者亲人积极参与到戒烟的过程中,使患者的不良行为有了明显改变,健康的生活方式在逐步建立,值得欣慰的是在护理干预过程中,许多吸烟患者的亲人也认识到了吸烟的危害,自觉加入了戒烟的行列。有部分患者因出现戒断综合症状而存在不同程度的紧张、焦虑心理,护理人员对患者及其家属及时沟通,宣传讲解戒烟过程中常见的症状和处理办法,消除了他们的疑虑。

Sargent 等<sup>[5]</sup>报告,医护人员通过对住院和出院后的患者进行电话干预,能明显提高吸烟者的戒烟率,医生对患者 15~20 min 的简短劝告后,6 个月的戒烟率可达 33%。本研究表明,出院后继续进行护理干预对于增加戒烟率是行之有效的好办法,建议在各级医院推广。

#### [参 考 文 献]

- [1] 郑频频,傅 华.戒烟方法的理论和实践[J].复旦学报:医学版,2005,32(1):122- 124.
- [2] 何晓俐,刘建萍.我国部分人群吸烟现状分析与控烟对策[J].南方护理学报,2004,11(8):18- 20.
- [3] 金大鹏,贾培琪,张 云,等.北京 96 国际戒烟竞赛一年随访结果分析[J].心肺血管病杂志,1997,16(4):294- 297.
- [4] 杨功焕,马杰民,刘 娜,等.中国人群 2002 年吸烟和被动吸烟的现状调查[J].中华流行病学杂志,2005,26(2):78- 80.
- [5] Sargent JD, DiFranza JR. Tobacco Control for Clinicians Who Treat Adolescents[J]. CA- Cancer- J Clin, 2003, 53(2):102- 123.

[本文编辑:陈伶俐]



本刊辟有优秀论文“快审通道”,凡基金项目、研究生课题、新业务新技术的论文均可走此通道,欢迎广大作者踊跃投稿。请按本刊要求撰稿投稿,提供联系电话(包括手机号码)和 E-mail,以免因缺项或其他问题耽误出版。