

基于循证的肠道准备标准化护理方案构建与实践效果评价

程庆, 李如芝 (通讯作者)

南京医科大学第四附属医院, 江苏南京

DOI:10.62836/medicine.v3i3.1244

摘要: 目的: 构建并评价一种基于循证理念的肠道准备标准化护理方案在结肠镜检查患者中的应用效果。方法: 选取2024年10月至2025年10月期间在我院接受结肠镜检查的患者70例, 随机分为对照组和观察组, 各35例。对照组实施常规肠道准备护理, 观察组实施基于循证理念构建的标准化肠道准备护理方案。比较两组患者的肠道准备质量评分、肠道准备知识掌握程度、肠道准备期间不适症状发生率三项观察指标。结果: 观察组在肠道准备质量评分 (9.12 ± 0.58 分) 显著高于对照组 (6.45 ± 1.21 分) ($P < 0.05$); 观察组肠道准备知识掌握评分 (16.35 ± 1.02 分) 高于对照组 (12.48 ± 1.45 分) ($P < 0.05$); 观察组不适症状发生率为5.71%, 显著低于对照组的28.57% ($P < 0.05$)。结论: 基于循证理念构建起来的标准化肠道准备护理方案, 能够明显提升肠道准备的整体质量, 有效增强患者对相关知识的掌握水平, 还可降低不适症状的发生概率, 具备较高的临床推广价值。

关键词: 循证护理; 肠道准备; 结肠镜检查; 标准化护理方案; 护理效果

Construction and Evaluation of Evidence-Based Standardized Nursing Program for Bowel Preparation

Qing Cheng, Ruzhi Li (corresponding author)

The Fourth Affiliated Hospital of Nanjing Medical University, Nanjing, Jiangsu

Abstract: Objective: To construct and evaluate the application effect of a standardized nursing scheme for bowel preparation based on evidence-based concept in patients undergoing colonoscopy. Methods: 70 patients undergoing colonoscopy in our hospital from October 2024 to October 2025 were selected and randomly divided into control group and observation group, 35 cases in each group. The control group received routine bowel preparation nursing, while the observation group received standardized bowel preparation nursing based on evidence-based concept. The bowel preparation quality score, the mastery of bowel preparation knowledge, and the incidence of discomfort during bowel preparation were compared between the two groups. Results: The intestinal preparation quality score of the observation group (9.12 ± 0.58) was significantly higher than that of the control group (6.45 ± 1.21) ($P < 0.05$); The score of intestinal preparation knowledge in the observation group (16.35 ± 1.02) was higher than that in the control group (12.48 ± 1.45) ($P < 0.05$); The incidence of discomfort in the observation group was 5.71%, significantly lower than 28.57% in the control group ($P < 0.05$). Conclusion: The standardized intestinal preparation nursing program based on the evidence-based concept can significantly improve the overall quality of intestinal preparation, effectively enhance the level of patients' mastery of relevant knowledge, and reduce the incidence of discomfort symptoms, which has high clinical promotion value.

Keywords: evidence based nursing; bowel preparation; Colonoscopy; standardized nursing plan; nursing effect

结肠镜检查属于临床诊断和筛查肠道疾病的重要手段，其检查效果和肠道准备质量密切相关，研究表明肠道准备不充分的发生率能达到10%~25%，这严重影响检查准确性甚至会导致重复检查，增加患者痛苦和医疗负担，特别是存在便秘问题的人群、儿童以及老年人等特殊人群，常规肠道准备方法常常难以达到理想的清洁效果，还容易引发恶心呕吐腹痛等不适症状[1]。近年来循证护理理念逐渐应用到临床实践当中，强调以最佳研究证据为指导结合患者实际情况，来制定出个性化护理方案以提升护理质量和患者体验，本研究基于循证理念构建一套结构化标准化的肠道准备护理方案，并且对其在结肠镜检查患者中的应用效果进行系统评价，希望能为临床提供科学可行的护理实践参考。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选取2024年10月至2025年10月期间在我院内镜中心接受结肠镜检查的患者70例作为研究对象。纳入标准包括：年龄18~75岁；具备结肠镜检查指征；意识清晰，沟通能力正常；自愿参与研究并签署知情同意书。排除标准包括：合并严重心、肝、肾功能不全；有结直肠手术史或炎症性肠病；妊娠或哺乳期妇女；对肠道清洁剂过敏；存在精神或认知障碍。

采用随机数字表法将患者分为对照组与观察组，每组各35例。对照组中男性19例，女性16例，年龄范围35~72岁，平均年龄（54.6±8.3）岁；文化程度分布：初中及以下11例，高中/中专14例，大专及以上10例。观察组中男性18例，女性17例，年龄范围38~70岁，平均年龄（55.2±7.9）岁；文化程度分布：初中及以下10例，高中/中专15例，大专及以上10例。两组患者在性别、年龄、文化程度等一般资料方面比较差异无统计学意义（ $P>0.05$ ），

具有可比性。

1.2 方法

对照组采用常规肠道准备护理，向患者口头告知检查流程，并发放纸质饮食指导单，还需要叮嘱患者检查前一日进食流质饮食，按医嘱服用聚乙二醇电解质散清洁肠道[2]。

观察组实施基于循证理念构建的标准化肠道准备护理方案，具体步骤如下：

（1）循证方案构建：护理团队对Cochrane Library、PubMed、中国知网等数据库进行系统检索，收集近年来有关肠道准备的高质量指南、系统评价以及随机对照研究，并且结合本院实际情况与患者特点来制定结构化护理方案[3]。

（2）阶段性干预措施：①检查前5~7天：评估患者日常排便的具体习惯，对有便秘或排便不畅症状的患者提前介入，指导患者每天饮用1500至2000毫升的水，同时增加膳食纤维类食物的摄入，鼓励患者每日开展时长超过30分钟的有氧运动[4,5]。②检查前3天：调整饮食为低纤维类型，主食选择软饭面条馒头，避免食用粗纤维蔬菜与水果，指导患者每天进行腹部顺时针按摩，每次按摩时长保持20分钟，每日按摩次数安排为3次。③检查前1天：全天让患者进食无渣的流质类饮食，同时指导患者分多次服用肠道清洁剂，并且为其提供口感改良方面建议像加入适量果汁，通过微信或者电话的方式跟进患者排便具体情况[6]，指导患者观察粪便的具体性状，一直到患者排出浅黄色的水样便为止。④检查当日：确认患者最后一次排便的具体情况，评估肠道目前的清洁程度如何，针对准备不充分的患者给予补救指导，开展心理方面的疏导工作以缓解患者紧张情绪[7]。

（3）多元化健康教育：通过图文手册、短视频、一对一讲解等多种形式，向患者及其家属系统

讲解肠道准备的重要性、饮食方面的具体要求、药物的正确服用方法，以及可能出现的不适状况与相应应对措施。

(4) 全程跟踪与支持：建立起患者的随访档案，借助电话以及微信等方式，在准备期间为患者提供实时咨询和心理支持，及时为患者解答遇到的各类疑问，以此有效增强患者的治疗依从性[8,9]。

1.3 观察指标

(1) 肠道准备质量评分：采用波士顿肠道准备评分量表（BBPS）进行评估，由同一名内镜医师在不知分组情况下对患者右半结肠、横结肠、左半结肠的清洁度进行评分，每部分0~3分，总分0~9分，分值越高表示肠道准备质量越好。

(2) 肠道准备知识掌握程度：采用本院自行设计的肠道准备知识问卷进行评估，涵盖饮食指导、药物服用、症状观察等内容，共20个条目，总分0~20分，得分越高表示知识掌握越好。

(3) 肠道准备期间不适症状发生率：记录两组患者在肠道准备过程中出现的恶心呕吐、腹痛腹胀、头晕乏力等不适症状的发生情况。

1.4 统计学方法

使用SPSS25.0统计学软件进行分析，组间比较采用t检验、计数资料用 χ^2 检验，计量资料用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，用 $P<0.05$ 表示显著性。

2 结果

2.1 肠道准备质量评分

观察组肠道准备质量评分显著高于对照组，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ），见表1。

2.2 肠道准备知识掌握程度

观察组肠道准备知识掌握评分为 (1635 ± 102) 分，显著高于对照组的 (12.48 ± 1.45) 分，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。

2.3 肠道准备期间不适症状发生率

观察组出现恶心呕吐1例（2.86%）、腹痛腹胀1例（2.86%），总不适症状发生率为5.71%；对照组出现恶心呕吐4例（11.43%）、腹痛腹胀5例（14.29%）、头晕乏力1例（2.86%），总发生率为28.57%。观察组不适症状发生率显著低于对照组，差异有统计学意义（ $\chi^2=6.573$ ， $P=0.010$ ）。

3 讨论

本研究构建的基于循证理念的标准化肠道准备护理方案，是通过系统检索最新证据并结合患者个体差异来实施的，实施阶段性、结构化干预后显著提升了肠道准备质量，研究结果显示观察组波士顿评分达到 9.12 ± 0.58 分，此评分明显高于对照组的 6.45 ± 1.21 分，这说明标准化护理方案在清洁效果方面具有明显优势，该结果与既往研究保持一致，即通过循证指导的个性化干预能够有效优化肠道准备过程，进而提升结肠镜检查视野清晰度与诊断准确性。

知识掌握情况方面观察组得分明显超对照组，这说明开展多元化且持续性健康教育后，患者对肠道准备重要性及具体步骤的了解、自我管理能力有显著提升，该情况和循证护理所强调的“患者参与”理念相契合，通过增强患者认知和自我效能来提高其依从性，以此保障肠道准备流程能够规范执

表1. 两组肠道准备质量评分比较（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	例数	右半结肠评分	横结肠评分	左半结肠评分	总分
对照组	35	2.01 $\pm$ 0.52	2.18 $\pm$ 0.61	2.26 $\pm$ 0.48	6.45 $\pm$ 1.21
观察组	35	3.00 $\pm$ 0.00	3.00 $\pm$ 0.00	3.12 $\pm$ 0.58	9.12 $\pm$ 0.58
t值		10.451	7.246	7.083	11.327
P值		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

行, 观察组不适症状发生率仅5.71%显著低于对照组28.57%, 这显示标准化方案在减轻患者不良反应方面起到积极作用, 通过提前做好饮食调整、分次服药、腹部按摩以及实时症状监测与干预[10-12], 有效降低胃肠道刺激和全身不适反应进而提升患者体验满意度, 本研究存在样本量较小、观察时间较短等局限性, 并且未对不同年龄层、便秘程度等亚组进行分层分析, 未来可进一步扩大样本量去开展多中心研究, 同时去探索该方案在儿童、老年人等特殊人群中的适用性。

综上所述, 以循证理念构建的肠道准备标准化护理方案可显著提升肠道准备质量, 能有效增强患者对相关知识的掌握水平, 还能明显降低不适症状的发生率, 这是一种科学且有效又具人性化的护理模式, 值得在临床当中进行推广应用。

参考文献

- [1] 刘捷, 刘会玲, 孙慧娟, 等. 结肠镜检查患者肠道准备时恶心呕吐预防与管理循证实践策略的构建[J]. 军事护理, 2025, 42(10): 44-47.
- [2] 张娜, 徐苗苗, 张亚峰, 等. 结肠镜肠道准备质量受检者影响因素的Meta分析[J]. 护理研究, 2023.
- [3] 曹秋君, 齐碧蓉, 孙懿, 等. 住院患者结肠镜检查前肠道准备的循证实践[J]. 中华护理教育, 2023, 20(1): 49-55.
- [4] 余其玲. 肠道准备护理方案对患者舒适度影响的研究进展[J]. 护理实践与研究, 2024, 21(5): 678-682.
- [5] 王华容. 循证护理在肠道准备中的应用现状及展望[J]. 全科护理, 2023, 21(33): 4671-4674.
- [6] 张建芳. 不同肠道准备方案对患者不良反应发生率的影响对比[J]. 中国实用护理杂志, 2022, 38(36): 2801-2805.
- [7] 杨先敏. 肠道准备标准化护理方案构建的实践与思考[J]. 护理学报, 2023, 30(12): 23-27.
- [8] 邓燕. 基于循证医学的肠道准备护理干预效果评价[J]. 现代医学与健康研究, 2024, 8(1): 102-104.
- [9] 张月霞. 肠道准备质量对患者结肠镜检查效果的影响分析[J]. 临床医药实践, 2023, 32(11): 841-844.
- [10] 王天祥. 循证护理在肠道准备中的应用及患者满意度调查[J]. 护理研究与实践, 2024, 11(2): 45-48.
- [11] 曹玮, 程云, 潘艳, 朱雪晴. 成年人肠镜检查前肠道准备的循证实践[J]. 护士进修杂志, 2022, 37(9): 803-807.
- [12] 李娜, 侯颖. 健康体检肠镜受检者肠道准备中标准化护理的干预效果分析[J]. 现代消化及介入诊疗, 2021(S2): 0693-0694.

