

饮食护理干预对老年肾内科透析患者营养状况及钙磷代谢水平的影响

魏莹

徐州医科大学附属医院, 江苏徐州, 221000;

摘要: 目的: 探讨饮食护理干预措施对老年肾内科透析患者营养状况及钙磷代谢平衡的改善作用。方法: 选取我院 66 名老年肾内科透析患者作为研究对象, 通过随机分配的方式, 将他们划分为对照组 (共 33 名, 接受常规护理) 与研究组 (共 33 名, 实施饮食护理干预)。随后, 对两组的护理成效进行系统性收集、分析并对比。结果: 相较于对照组, 研究组患者的营养状况以及钙磷代谢指标均呈现出更优的态势, 两组间的差异均具有统计学意义上的显著性 ($P < 0.05$)。结论: 针对老年肾内科透析患者, 采取饮食护理干预措施, 可以显著优化其营养状态, 并有效提升钙磷代谢水平, 呈现出更加优越的应用成效。

关键词: 饮食护理干预; 老年; 肾内科; 透析; 营养状况; 钙磷代谢

DOI:10.69979/3029-2808.24.5.009

近年来, 肾内科疾病在老年人群中的发病率呈现出不断攀升的态势。透析治疗作为肾内科疾病治疗的关键措施, 虽然能够显著延长患者的生存期限, 但长期透析往往引发患者营养状况不断恶化, 并且会导致钙磷代谢失衡等问题进一步恶化, 进而对患者的生活质量产生严重的不良影响^[1]。故而, 在临床治疗过程中, 对于接受血液透析的老年肾内科患者而言, 实施恰当的护理干预措施显得尤为关键, 其目的在于优化患者的营养状态, 为血液透析治疗的平稳实施打下坚实基础。其中, 饮食护理干预模式以患者为中心, 全面关注患者的营养状态, 通过实施针对性的营养干预措施, 旨在有效规避营养不良状况的出现, 并推动钙磷代谢状况的改善^[2]。基于此, 本研究深入分析了饮食护理干预在改善老年肾内科透析患者营养状况及钙磷代谢水平方面的作用, 具体如下:

1 对象和方法

1.1 对象

本研究以 2023 年 6 月至 2024 年 6 月期间, 在我院接受治疗的 66 例老年肾内科透析患者为研究对象, 进行了深入的探讨与分析。纳入标准如下: 所有被选入的患者都按照肾内科的诊断标准得以确诊, 均需要进行透析治疗; 参与本研究的所有患者, 其年龄均已超过 60 周岁的标准; 所有入选的患者都必须了解并表达了对本研究的参与意愿。排除标准则包括: 存在交流障碍的患者; 患有其他重大疾病的患者。采用随机分配原则, 将患者分为对照组 (共计 33 例, 其中男性 20 名, 女性 13

名, 平均年龄为 70.37 ± 3.48 岁) 与研究组 (共计 33 例, 其中男性 19 名, 女性 14 名, 平均年龄为 70.49 ± 3.51 岁)。两组患者在基线特征方面并未显示出统计学上的显著差异 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组患者接受常规护理

1. 基础护理。持续监控患者的血压、心率等关键生命体征, 并定期对尿素氮、肌酐等肾功能相关指标进行检测。此外, 还需确保透析装置的清洁与卫生, 以确保透析治疗能够平稳无误地进行。

2. 药物管理。按照医嘱要求, 务必提醒患者准时服用降压、抗贫血等必需药物, 并强化对其服药后反应的监控, 依据实际情况综合考量, 科学调整药物种类及剂量。

3. 心理护理。疾病的影响常导致众多患者产生不良心理反应, 护理人员需细致观察患者的情绪变化, 及时给予慰藉与心理援助; 针对患者的疑问, 迅速作出回应, 以减轻其负面情绪。

4. 健康教育。向患者阐释透析治疗的基本原理、相关注意事项等, 以增强其认知理解, 提高治疗依从性; 同时, 指导患者注重饮食合理性及适度运动, 培养良好的生活习惯。

1.2.2 研究组患者接受饮食护理干预

1. 营养评估。护理人员必须深入了解患者的透析情况、基础疾病状况、日常行为习惯、饮食倾向以及体质

特点等全面信息，基于上述信息，护理人员将对患者的营养状况进行综合评判，并据此制定个性化的饮食护理干预方案。

2. 强化营养知识教育。向患者详尽阐述合理调整饮食对病情康复的正面效应，并教导他们如何依据饮食规划明智地挑选食物，以规避摄入过多糖分、脂肪及盐分等有害成分的不健康食品。

3. 加强饮食监测与调整。强化对患者的饮食监控与适时调整。需定期评估患者的体重、血清白蛋白浓度等关键指标，以全面掌握其营养状态，同时，根据评估所得的结果，护理人员会迅速对饮食计划做出相应调整，以期最大程度地贴合患者的营养需求。

4. 营养摄取。①热量摄取。针对老年肾内科透析患者，其每日每公斤体重所需的理想能量摄入量为 32.5 千卡，在这一能量摄入中，脂肪应占 37.5%，而碳水化合物的比例则需保持在 62.5%。患者应当倾向于选择那些高热量但蛋白质含量较低的食物，例如南瓜、马铃薯以及莲藕等。若患者热量摄入不足，可通过增加糖分及植物油的摄入来补足。同时，提醒患者需规避高胆固醇食物的摄入，诸如动物内脏及蛋黄等，以免加剧病情。②钙的摄取。建议患者摄入豆腐、鱼类、花椰菜及牛奶等富含钙质的食物，同时也可选择谷类食品和橙汁等作为钙质的来源。通常情况下，成人每日的钙摄入量约为 1500 毫克，但鉴于老年肾内科血液透析患者的营养状况通常较差，其钙摄入量需适度提高，但每日摄入量不应超过 2500 毫克，以免因摄入不当而诱发高钙血症。③优质蛋白摄取。鉴于患者病程漫长且血液透析治疗持续时间较长，其新陈代谢功能受到了一定程度的影响。加之患者间存在体质量及身体状况的差异，因此，将蛋白

质的摄入量控制在每日每公斤体重 0.7 克是适宜的，其中，至少 50% 应为优质蛋白质。建议患者选取鲜奶、豆制品等含有丰富高质量蛋白的食品作为饮食的一部分。

④磷的摄入。对于透析患者而言，磷的摄入需进行严格管理，需遵循低磷饮食的指导原则，避免食用诸如干果、动物内脏、薯片以及菠菜等磷含量较高的食物。相反，他们可以适量选择一些磷含量较低的食物，例如木耳、粉丝、鸡蛋白以及草莓等。

1.3 观察指标

为了评估两组患者的营养状况，采集了空腹状态下 3ml 的静脉血样本，并运用生化分析仪对以下指标进行了检测：白蛋白 (Alb)、血红蛋白 (Hb) 水平、肌酐 (Scr) 浓度、尿酸 (UA) 含量以及低密度脂蛋白 (LDL) 水平。

为了对比分析两组患者的钙磷代谢状态，收集了 3ml 的空腹血液样本，运用全自动生化分析仪对血清中的钙浓度与血磷水平进行了精确测定，并进一步计算得出了钙磷乘积指标。

1.4 统计学分析

在本项研究中，利用 SPSS 23.0 统计软件，对所搜集的全部数据进行了系统性的对比分析。对于计量资料，采用 t 检验值及 $\bar{x} \pm s$ 进行表达。当 P 值小于 0.05 时，表明两组数据之间的差异在统计学上具有显著意义。

2 结果

2.1 两组患者营养状况对比

相较于对照组，研究组患者的营养状况指标展现出更为显著的优越性，两组间的差异在统计学上具有显著意义 ($P < 0.05$)。具体数据请参考表 1。

表 1 研究组和对照组的营养状况对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	Alb (g/L)	Hb (g/L)	Scr ($\mu\text{mol/L}$)	UA ($\mu\text{mol/L}$)	LDL (U/L)
研究组	33	40.57 \pm 3.88	128.22 \pm 19.53	418.46 \pm 14.57	374.21 \pm 32.32	1.45 \pm 0.36
对照组	33	35.99 \pm 3.11	115.54 \pm 14.55	430.58 \pm 12.19	394.53 \pm 30.54	1.77 \pm 0.28
t	-	5.291	2.991	3.665	2.625	4.031
P	-	0.001	0.004	0.001	0.011	0.001

2.2 两组患者钙磷代谢状态对比

研究组患者的血钙浓度均值达到 (2.21 \pm 0.03) mmol/L，对照组患者的血钙浓度均值为 (2.12 \pm 0.05) mmol/L， $t=8.867$ ， $P=0.001$ ；研究组患者的血磷浓度均

值维持在 (2.11 \pm 0.12) mmol/L，而对照组患者的血磷浓度均值则为 (2.23 \pm 0.14) mmol/L， $t=3.739$ ， $P=0.001$ ；研究组患者的钙磷乘积均值达到 (51.35 \pm 6.53) mg²/dL²，而对照组患者的钙磷乘积均值则为 (55.03 \pm 5.21) mg²/dL²， $t=2.531$ ， $P=0.014$ ；相较于对照组，

研究组患者的钙磷代谢状况呈现出更为明显的优势，两组之间的差异在统计学上具有显著意义 ($P < 0.05$)。

3 讨论

肾内科中，透析治疗扮演着至关重要的角色，它主要面向慢性肾功能衰竭或尿毒症等肾脏疾病的患者群体。此治疗方法能高效地移除患者体内累积的代谢废弃物以及多余的水分，有效调整电解质及酸碱平衡紊乱的状态，进而确保患者的生命活动得以维持^[3]。然而，透析过程不可避免地会导致叶酸、水溶性维生素、蛋白质及氨基酸等关键营养素的流失，进而引发患者的营养不良状况，严重影响治疗效果。此外，诸如透析不充分、精神抑郁等多重因素，均有可能对患者的食欲产生抑制作用，这会阻碍患者对营养素的正常摄取，从而进一步恶化其营养不良的状况^[4]。

当前常规护理在患者营养状况管理方面存在显著缺陷，可能诱发营养不良，进而削弱透析治疗的整体效果及预后。同时，常规护理在调节患者钙磷代谢失衡方面的成效有限，亟须探索并实施更为高效的干预措施。与常规护理相比，在老年肾内科透析患者的护理过程中，饮食护理干预展现出了明显的优越性。通过调整患者的饮食构成并纠正其不良饮食习惯，饮食护理干预能够有效提升钙磷代谢水平，改善患者的临床症状，延缓疾病的进展，并延长患者的生存时间^[5]。本研究的数据分析表明，相较于对照组，研究组患者的营养指标有了显著提高 ($P < 0.05$)，这一发现证实了饮食护理干预措施对患者营养状况的积极改善作用。分析原因为针对老年肾内科透析患者，透析治疗常导致大量营养元素流失，因此在饮食护理干预中，必须重视指导患者全面摄入各类营养素。在保障优质蛋白质、钙质及热量充分摄入的同时，还需严格控制磷的摄入，坚持奉行低磷饮食原则。护理人员需依据患者的具体情况，精确定位各类营养素的摄入标准，以期有效提升患者的营养状况^[6]。此外，定制化的饮食规划结合营养知识教育，不仅增强了患者对科学饮食重要性的认知，还指导他们学会了恰当选择食物与规划饮食的方法，进而促使他们更加积极地参与到治疗进程中，显著增强了患者在饮食方面的依从性^[7]。本研究的数据显示，相较于对照组，研究组患者的钙磷代谢状况呈现出更为显著的改善 ($P < 0.05$)，这一结

果表明，采取饮食护理干预措施能够有效调节并优化患者的钙磷代谢状况。分析原因为钙磷代谢的异常状态会对人体的营养状况产生影响，其代谢水平能够体现骨骼肌、神经细胞等组织的兴奋程度。在饮食护理中，通过严格限制高磷食品的摄入，并增加富含钙质食物的摄取，同时科学合理地调整饮食结构，能够使患者的血磷水平维持在一个适宜的区间，减少钙磷乘积的积聚，从而显著降低因钙磷代谢不平衡所引发的健康威胁^[8]。

综上所述，针对老年肾内科接受透析治疗的患者群体，采取饮食护理干预措施，不仅能有效优化其营养状态，还能明显提升钙磷代谢的平衡水平，在临床应用中具备推广意义。

参考文献

- [1] 王俊俊. 饮食护理干预对老年血透患者营养状况及钙磷代谢水平的影响[J]. 中外医学研究杂志, 2023, 2(6): 68-70.
- [2] 陈惠红, 郑毅娜, 邹丽敏, 等. 饮食护理在糖尿病肾病行维持性血液透析患者中的效果分析[J]. 糖尿病新世界, 2022, 25(21): 111-113+117.
- [3] 许月嫦. 辨证饮食护理对慢性肾功能衰竭行血液透析患者生活质量的影响[J]. 基层医学论坛, 2020, 24(30): 4333-4334.
- [4] 杨玉霞, 方晓霞, 张彩凤, 等. 专病一体化饮食护理对肾病血液透析患者营养状态、生活质量的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2021, 6(07): 144-146.
- [5] 石婷婷, 夏俊, 费叶凤. 个体化饮食指导联合舒适护理用于行血液透析老年慢性肾脏病患者的价值分析[J]. 中西医结合护理(中英文), 2023, 9(12): 70-72.
- [6] 束丽玲. 肝病合并高血压肾病维持性血液透析患者应用饮食护理的效果[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2023, 11(30): 44-47.
- [7] 张佳琪. 精准饮食管理护理应用于慢性肾衰竭血液透析患者的效果[J]. 吉林医学, 2023, 44(09): 2594-2597.
- [8] 王春玲, 谭娟, 娄苗. 多学科营养护理干预对血液透析高磷血症患者控磷饮食依从性、钙磷代谢和营养状况的影响[J]. 临床与病理杂志, 2023, 43(06): 1281-1288.