

- 分析[J]. 中国妇幼保健, 2017, 32(11): 2425-2427.
- [4] 詹卫星. 孕晚期无乳链球菌感染对妊娠结局的影响[J]. 中国当代医药, 2017, 24(20): 97-99.
- [5] 刘敏敏, 吴艳霞, 陈思斯, 等. 无乳链球菌感染对孕产妇阴道微生态环境及母婴结局的影响分析[J]. 基层医学论坛, 2021, 25(20): 2831-2833.
- [6] 项君艳, 李君瑞, 刘志惠, 等. 孕产妇无乳链球菌感染现状与毒力基因分析[J]. 中华医院感染学杂志, 2021, 31(19): 3022-3025.
- [7] 吴建玲. 52例孕产妇生殖道B群链球菌感染及药敏分析[J]. 实验与检验学, 2020, 38(2): 369-370.
- [8] 戴优霞, 阮华, 胡春. 320例妊娠晚期孕妇无乳链球菌感染现状与耐药性分析[J]. 抗感染药学, 2021, 18(8): 1209-1211.
- [9] 洪之武, 任建安. 感染致贫血的研究进展[J]. 医学研究生学报, 2012, 25(4): 414-415.
- [10] 王慧, 许斌. C反应蛋白与降钙素原联合检测在细菌感染中的应用[J]. 中国实验诊断学, 2018, 22(4): 669-670.
- [11] 宋玉荣, 詹磊, 孙莉. 妊娠晚期B群链球菌定植情况、抗菌药物敏感性及其妊娠结局分析[J]. 中国医药导报, 2021, 18(15): 113-116.
- [12] 杨爱婷. 孕妇妊娠晚期B族链球菌感染对妊娠结局及新生儿的影 响[J]. 中国当代医药, 2016, 23(1): 146-148.
- [13] 朱晶文, 张雪峰. 孕晚期产前抗生素治疗无乳链球菌感染对新生儿的影响[J]. 武警医学, 2021, 32(2): 100-104.
- [14] NADEAU H C G, BISSON C, CHEN X, et al. Vaginal-perianal or vaginal-perineal compared with vaginal-rectal culture-based screening for Group B Streptococci (GBS) colonization during the third trimester of pregnancy: A systematic review and meta-analysis[J]. BMC Pregnancy and Childbirth, 2022, 22(1): 204.
- [15] 李 棣, 杨慧霞. 我国围产期B族链球菌感染的现状及筛查策略[J]. 中华围产医学杂志, 2017, 20(8): 560-563.
- [16] 林新祝, 吴健宁, 张雪芹, 等. 晚孕期阴道B族链球菌定植与新生儿感染的关系[J]. 中华围产医学杂志, 2016, 19(7): 491-496.
- [17] 吉丽. 孕晚期孕妇生殖道无乳链球菌携带状况及其耐药性分析[J]. 当代医学, 2021, 27(24): 177-178.
- [18] 陈旭宾. 围生期孕妇生殖道B族链球菌感染情况与耐药性研究[J]. 哈尔滨医药, 2017, 37(1): 29-31.
- [19] 中华医学会围产医学分会, 中华医学会妇产科学分会产科学组. 预防围产期B族链球菌病(中国)专家共识[J]. 中华围产医学杂志, 2021, 24(8): 561-563.

学生、教师及社区“三位一体”健康指导模式对空巢老人生活质量的影响

罗安安, 李 晟*, 刘琼玲, 白 满 (广东医科大学, 广东东莞 523808)

摘 要: 目的 观察学生、教师及社区“三位一体”健康指导模式对空巢老人生活质量的影响。方法 60例空巢老人随机分为观察组和对照组, 每组30例; 观察组采用学生、教师及社区“三位一体”模式进行健康指导, 对照组进行常规社区护理服务及指导。12个月采用SF-36量表中文版测评两组空巢老人生活质量。结果 观察组总体生活质量明显高于对照组($P<0.05$)。结论 开展学生、教师及社区“三位一体”健康指导模式可提高空巢老人生活质量。

关键词: 三位一体; 健康指导; 空巢老人; 生活质量

中图分类号: G 807

文献标志码: A

文章编号: 2096-3610 (2023) 03-0307-03

Effect of students, teachers and community trinity health guidance on quality of life of empty nesters

LUO An-an, LI Sheng*, LIU Qiong-ling, BAI Man (Guangdong Medical University, Dongguan 523808, China)

Abstract: Objective To observe the effect of students, teachers and community trinity health guidance on empty nesters' quality of life. Methods Sixty empty nesters were randomly treated with trinity health guidance (observation group, $n=30$) or routine community nursing and guidance (control group, $n=30$). Their quality of life was evaluated by Chinese version of SF-36 scale after 12 months. Results The overall quality of life was significantly higher in observation group than in control group ($P<0.05$). Conclusion The students, teachers and community trinity health guidance can improve the quality of life of empty nesters.

Key words: trinity; health guidance; empty nesters; quality of life

收稿日期: 2022-10-21

基金项目: 湛江市哲学社会科学课规划项目(湛社科[2020] 38号)

作者简介: 罗安安(1987-), 女, 医学学士, 实验师, E-mail: luonan@gdmu.edu.cn

通信作者: 李 晟, 男, 助理研究员, E-mail: 12217856@qq.com

“空巢老人”指年龄在60岁及以上,无子女或因各种原因长期与子女分离的老人^[1]。我国第七次人口普查结果显示,截至2020年11月1日,60岁及以上老年人为2.64亿(占18.7%)^[2],65岁以上人口占13.5%,老龄化形势严峻,空巢老人也逐渐增多,我国空巢老人比例已达到49.7%。有专家根据人口普查数据推测,至2030年,我国老年人家庭空巢的比例将高达90%^[3]。如何做好空巢老人养老服务,创建“健康老年化和积极老年化”成为当务之急。为了观察学生、教师及社区“三位一体”健康干预模式对空巢老人生活质量的影响,该文通过引入学生志愿者、专业教师及社区人员“三位一体”的健康干预模式,现将结果报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

2020年12月-2021年12月采用便利抽样法抽取湛江市霞山区60岁以上的常住空巢老人60例。纳入标准:(1)子女外出打工2a以上且年龄 ≥ 60 岁;(2)独自或与配偶居住;(3)意识清楚,具有一定的认知能力及学习能力;(4)自愿参加本研究。排除标准:(1)有精神疾病或意识障碍患者;(2)老年痴呆症患者;(3)重症或终末疾病患者。将60例空巢老人分为观察组和对照组,每组30例。观察组男13例,女17例,年龄60~75岁,平均(70.2 $\pm$ 4.8)岁。对照组男14例,女16例,年龄60~75岁,平均(70.1 $\pm$ 4.9)岁。所有研究对象均签署知情同意书。两组老人的一般情况比较差异无统计学意义($P>0.05$)。

1.2 方法

对两组空巢老人都进行常规社区护理服务,观察组在此基础上引入学生志愿者、专业教师及社区人员“三位一体”的社区健康促进模式,具体如下。

1.2.1 成立志愿者养老服务健康促进干预团队 从广东医科大学护理学院大四学生中通过面试及考核择优选取护理专业学生30名,要求具备志愿服务经验,服从团队管理。此外,护理专业教师2名(其中教授1名、讲师1名),护理硕士研究生1名,主要负责团队管理,带领志愿者进行健康干预及数据收集。

1.2.2 培训志愿者 由从事老年护理学教学与研究的教授及讲师各1名,利用课余时间,对志愿者进行面对面授课与线上授课结合培训16学时,培训内容主要包括老年人常见慢性病的预防及护理、新型冠状病毒肺炎的日常防护、老年人的膳食指导、健康作息与活动锻炼

方法等,特别注意培训志愿者与老年人的沟通技巧及注意事项,最后进行考试,合格者方能参与养老服务。

1.2.3 干预方法 (1)志愿者每月进入社区组织空巢老人活动,如唱歌、跳舞(老年健身操、广场舞活动)、下棋、打牌及义务测量血压、体质量,并发放小礼品等,以提高老年人的依从性。每次用1h与老人交谈,回答提出的健康问题,建立良好的关系,取得老人的信任。

(2)不定期组织社区空巢老人观看保健录像,宣传老年人慢性病防治知识,并发放健康宣传小册子,宣传各种慢性病的基本知识、危险因素,进行膳食指导、健康行为干预,为老人制订个性化的运动方案;指导有慢性疾病的空巢老人积极就医。对服药的老人,帮助其做好药物标记,向老人讲明不同药物的服药方法、注意事项及服药后的不良反应。(3)每月入户随访1~2次,一对一向老年人提供心理疏导及个体化护理保健服务,经常关心老人的生活,帮助老人建立畅通的情绪宣泄渠道,鼓励其对配偶、子女、朋友倾诉,用积极的情绪和坚定的语言引导老人建立平衡的心理状态。(4)精神慰藉:志愿者利用业余时间一对一向老人提供不定期服务,如帮助老人做饭,陪老人散步、聊天,让老人能够体会到来自社会的温暖。

1.3 生活质量的测定

采用SF-36量表中文版^[4]测评两组老年人的生活质量。SF-36量表问卷,共10项36个条目,对躯体功能、躯体角色、机体疼痛、活力、社会功能、情绪角色、心理健康、总健康等8个维度进行评分,并记录总评分。得分范围均为0~100分,根据得分多少将生存质量分为低(<70分)、中(70~80分)、高(>80分)3个层次,根据量表统一规定进行评分并记录,得分越高,表明生活质量越好。

1.4 统计学处理

采用SPSS 25.0软件进行统计分析,计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,采用 t 检验,以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

12个月后,观察组老年人生活质量评分高于对照组($P<0.05$),见表1。

3 讨论

3.1 社区健康促进对空巢老人生活质量的影响

调查显示,空巢老人对社区居家养老服务需求率超过60%,前4位为上门送医服务(占81.1%)、提供保健知识服务(占74.9%)、组织社会娱乐活动服务(占68.4%)、精神慰藉服务(占67.8%)^[5]。有研究发现目

表1 两组空巢老人生活质量调查结果 ($\bar{x} \pm s$, $n=30$,分)

项 目	观察组	对照组
生理机能	76.3±11.4 ^a	69.7±11.2
生理职能	77.4±10.3 ^a	70.6±10.1
机体疼痛	78.1±11.1 ^a	71.2±10.2
社会功能	79.2±10.1 ^a	73.3±10.1
情绪职能	79.5±12.1 ^a	73.1±9.3
精神健康	77.2±13.2 ^a	69.8±10.2
活 力	77.1±10.8 ^a	70.6±10.1
总健康	77.8±11.3 ^a	71.2±10.2

与对照组比较: ^a $P<0.05$

前老人的生活质量与心理健康状况不容乐观^[6],提高空巢老人的生活质量是亟待解决的社会问题,采取健康促进生活方式可以提升老人的日常活动能力,降低疾病的发病率和病死率及提高生活质量^[7]。通过引入学生志愿者、专业教师及社区人员“三位一体”的社区健康促进模式,对空巢老人进行专业化、规范化健康教育指导,帮助他们树立正确的健康理念,建立健康的生活方式,改变不良生活习惯。通过健康干预后,他们对常见慢性病的相关知识及自己的身体状况有了一定的认知,对如何预防慢性病、阻止慢性病进程有了更明确的方向。而且,经常组织空巢老人参加健康活动,可以扩大交际圈,增进社会交往,充实个人生活,获得更多的支持途径,从而提高老人的生理功能及社会功能,使空巢老人的生活质量明显提高。

3.2 关注空巢老人的心理健康

调查显示空巢老人约60%存在一些心理问题,约56.8%存在轻度及以上程度抑郁^[8]。吴墨源等^[9]研究指出中国城市空巢老人心理健康状况较差,低于全国平均水平,农村的比城市空巢老人抑郁更严重,这些研究结果均提示空巢老人心理健康状况不佳、抑郁发生率较高,他们需要社会支持、家庭关怀。通过引入学生、教师及社区“三位一体”的健康干预模式,定期在空巢老人群体中开展心理讲座或有针对性的心理疏导,利用心理讲座时机,鼓励空巢老人在活动中敞开心扉,缓解自己内心孤寂,帮助其建立良好的人际关系,主动为空巢老人营造一个融洽、祥和的社区活动氛围。同时,经常一对一打电话关心老人的生活,与他们聊天,并鼓励他们工作在外的子女每周与空巢老人视频聊天

5~10 min,利用互联网与老人进行沟通交流,以减轻空巢老人的孤独情绪,消除不良心理。而且,通过社区组织空巢老人参加老年健身操、广场舞活动,使之互相交流经验,情绪得到宣泄,可缓解老年人抑郁、紧张、焦虑等心理症状,改善他们的心理功能,产生心理效应,由此激发积极生理应答效果及社会适应力的改善,达到提高空巢老人生活质量的目的。

总之,学生、教师及社区“三位一体”的健康干预模式,引入医学生参加社区居家养老服务队伍,为居家空巢老人提供护理保健服务,不仅能满足老年人的特殊需要,为提高空巢老人晚年生活质量打好良好的基础,而且培养了当代大学生对社会的关注和责任感,弘扬敬老、养老、助老的优良传统。这一教育模式开辟了培养医学生善于交流、富于爱心和责任心等良好心理素质的新途径;对空巢老人本人、家庭、社会和学生都具有积极的意义,对发展“居家养老”模式也具有一定的指导意义。

参考文献:

- [1] 吕应芳,冯杰.城乡一体化视阈下农村空巢老人的精准扶贫政策[J].中国老年学杂志,2018,38(14):3556-3560.
- [2] 国务院新闻办公室.第七次全国人口普查主要数据结果新闻发布会答记者问[EB/OL].(2021-05-11)[2021-12-10].http://www.stats.gov.cn/tjsj/sjjd/202105/t20210511_1817269.html.
- [3] 常文红,李晓凯,陈长香,等.基于健康生态学理论的干预对空巢失能老年人身心健康的影响[J].护理学杂志,2018,14(33):89-92.
- [4] 郝元涛,方积乾.世界卫生组织生存质量测定量表中文版介绍及其使用说明[J].现代康复,2000,4(8):1145.
- [5] 王敏,周丽平,余金文.空巢老人多维健康状况与居家养老服务需求研究[J].智慧健康,2022,13(4):193-195.
- [6] 郝冉,董环,宋园园,等.人格理论视角下社区老年人生活质量相关因素的模型构建与分析[J].中国全科医学,2019,22(29):3627-3633.
- [7] 梁淑敏,杜鹏.澳门老年人健康促进生活方式及其影响因素[J].中国老年学杂志,2018,38(23):5851-5854.
- [8] 钟晓利,王佰川,张群.空巢老人心理健康状况及对策[J].中国老年学杂志,2021,11(41):5129-5131.
- [9] 吴墨源,黄婷红.城市空巢老人心理健康状况元分析[J].中国老年学杂志,2019,39(7):1755-1757.