

改善肾病综合征患者营养不良状况的护理进展

王树杰

吉林省德惠市人民医院 吉林 德惠 130300

【摘要】：肾病综合征患者因大量蛋白质流失、代谢紊乱，极易发生不同程度的营养不良，严重者会干扰治疗效果。营养状态的维持已成为肾病综合征护理中的关键目标，对改善预后具有重要意义。基于此，本文围绕肾病综合征患者营养不良的护理问题，系统整合健全评估体系、强化饮食宣教、分层蛋白管理、调控微量元素以及融合心理护理五项护理策略，旨在为临床护理人员提供多维度的干预思路，并优化营养管理路径，提升患者的综合护理质量。

【关键词】：肾病综合征；营养不良；护理

DOI:10.12417/2705-098X.25.22.052

引言

营养不良在肾病综合征的病程中较为常见，常因蛋白质与微量元素大量流失等因素共同引起，严重时不但影响治疗组织修复能力，还可能加速疾病进展。因此，肾病内科护理应将营养管理视为整体治疗的组成部分，围绕患者的代谢特点，构建科学精细化的干预体系。除此之外，临床护理还需聚焦干预策略的个体化匹配，从营养评估、物质补充到心理调适实现全程参与。随着护理学科的不断发

展，营养护理已逐步由经验支持走向循证决策，在提高患者生活质量等方面展现出更加积极的作用。

亢玲春等人在《饮食营养干预在肾病综合征患者护理中的实施效果》研究中指出，采用科学的营养评估手段能识别高风险人群，在此基础上制定个体化饮食护理方案，不但能提升白蛋白等关键营养指标水平，还能显著改善患者的自我管理能

力，护理满意度明显优于未进行营养干预的对照组，此研究进一步强调精准营养评估在提升护理实效中的核心作用。因此，护理人员应熟练掌握多种评估工具的使用方法，定期开展营养筛查，并建立动态观察机制，保障评估数据能在患者病情变化前发挥预警作用。在实际操作中，护理人员还要结合患者疾病阶段等情况，合理选择评估工具，细化干预优先级。采用营养评估，护理工作可由经验判断走向数据支持，为后续饮食管理等多方面护理措施的精确实施提供保障。综合来看，营养评估是肾病综合征护理的切入点，正在从附属工具转变为护理质量的关键指标，其精细化水平将在护理干预效果中发挥更深层次的支撑作用。

1 肾病综合征的概述

肾病综合征是一种常见的临床综合征，主要表现为大量蛋白尿、低白蛋白血症等特征，常由多种原发性或继发性肾小球病变引起。其中，营养不良是肾病综合征常见的并发症，主要表现为蛋白质能量缺乏、微量营养素失衡等症状，会对患者的免疫功能等方面产生不良影响。在肾病护理工作中，营养状况评估及干预是基础性任务，其覆盖蛋白质摄入管理、饮食结构优化以及患者依从行为的引导等内容。护理工作不但要关注生理指标的变化，还需结合疾病特点设计个体化护理计划，并系统性地开展饮食指导、心理疏导，构建多维度的支持系统，以提升患者的营养状态以及整体康复质量。除此之外，肾病综合征护理应在循证基础上不断优化干预路径，增强跨学科协作能力，以提高护理措施的科学性。

2.2 强化饮食宣教，提升患者依从水平

患者在病程中常涉及多重饮食禁忌，日常进食行为又易受个人口味偏好、不良进餐习惯等因素影响，常引发情绪波动，致使饮食行为同护理指导间存在差距，进而削弱干预成效。对此，饮食宣教应更加贴合患者日常生活实际，护理人员可结合其生活方式、家庭饮食结构，将饮食控制要求细化为每日食材挑选、食物搭配等可操作内容，特别是针对早餐误区、外卖选择、家庭烹饪方式等方面进行逐项引导，使患者在真实生活情境中易于理解执行。

2 改善肾病综合征患者营养不良的多维护理策略

2.1 健全评估体系，精准识别营养风险

肾病综合征由于肾小球滤过屏障受损，导致大量蛋白质流失，加之患者普遍存在消化吸收障碍等问题，极易陷入营养不良状态。这种状态不但影响机体免疫功能，还会降低治疗耐受性，增加并发症发生率。从目前临床应用情况来看，营养评估依赖体质量等常规测量数据，更强调实验室生化指标的监测。这些指标的变化可以更早反映蛋白合成能力，有助于及时发现潜在营养风险。

柳莉莉在其《穴位按摩联合情感支持对肾病综合征患者免疫功能、营养状态及生活质量的影响》中提到，在护理过程中引入多层面的宣教，可显著提升患者的配合度。该研究表明，宣教不只在信息传达中发挥作用，更在患者行为改变、态度调整等方面体现积极影响。研究组在接受系统性护理干预后，患者的营养指标显著改善，焦虑评分下降，结果提示饮食宣教有助于改善患者的依从性。由于肾病综合征患者饮食控制需随病情阶段调整，护理人员应根据患者近期检验指标与临床表现灵活更新宣教内容，突出个体化饮食干预重点，增强信息的实用

性。为防止出院后因知识遗忘或理解偏差造成干预中断,护理人员可采用电话随访、图文资料发送、小视频讲解等方式维持宣教连续性,使患者在家庭环境中依旧具备正确的饮食行为支持。系统化饮食宣教既是提高患者依从水平的有效抓手,也是营养护理方案成功落实的关键环节,对于肾病综合征患者营养不良的改善具有重要的临床意义。

2.3 分层蛋白管理,平衡摄入代谢负荷

蛋白质代谢紊乱贯穿于病程各阶段,护理人员开展合理分层管理,是保障营养供给与减轻肾脏负担的关键举措。基于此,蛋白摄入应综合评估患者的肾功能状态及营养评价指标,再结合治疗阶段进行动态调整。对于处于疾病初期或缓解期的患者,可适当提高优质蛋白摄入,弥补丢失并维持体内合成代谢。而对于进入透析期的患者,由于透析过程中大量蛋白质丢失,建议将蛋白摄入量提高至 $1.0\sim 1.2\text{g}/\text{kg}\cdot\text{d}$,以满足代谢需求来维持营养状态。

动物蛋白富含必需氨基酸,生物利用率高,更适合用于修复组织;而植物蛋白虽可作为补充,但吸收率相对较低,不宜成为唯一来源。在蛋白管理方案中,护理人员还应关注摄入量的合理性,防止因蛋白摄入过多引起代谢负荷增加或肾小球灌注加重。同时,护理过程中定期监测血尿素氮等指标,并根据检测结果动态调整蛋白摄入量。杭孟平在其《早期个体化营养干预对肾病综合征患者预后效果研究》中指出,在确诊初期即启动个体化营养干预,包括合理蛋白质管理,可显著改善肾功能相关指标及营养状况,还有助于控制脂质代谢异常。该研究提示,精准设定蛋白摄入水平并动态监测该过程,是干预成功的重要前提,体现蛋白分层管理策略在临床实践中的应用价值。因此,分层蛋白管理是肾病综合征护理干预的核心内容,在平衡摄入、代谢负荷之间建立良好的调节路径,对于改善患者营养不良具有重要作用。

2.4 调控微量元素,纠正代谢性紊乱

蛋白质是多种微量元素的载体,其大量流失可导致铁、锌、钙等元素同时减少,继而引发贫血、骨代谢紊乱及免疫功能低下等代谢性异常,进而影响患者整体康复过程。因此,护理人员应以实验室监测为依据,识别微量元素失衡的类型与程度,结合饮食结构以及患者耐受性,制定精细化补充方案。检测结果的动态变化还可作为调整干预方向的重要依据,提示微量元素补充是否达到代谢干预目标。缺铁性贫血及维生素D缺乏所致的继发性甲状旁腺功能异常是临床常见的代谢性改变,对患者造血功能造成明显影响。

肉蛋奶类、坚果类等食物均是微量元素的主要来源,合理搭配食物种类,有助于提升元素的吸收效率。护理人员需加强个体化饮食宣教,结合患者病情以及文化饮食习惯,引导其建

立科学的摄食模式,避免因摄入单一或限制过度导致营养进一步失衡。对于存在摄入困难或症状明显的患者,在医嘱指导下使用元素补充剂,还要特别关注用量控制,防止过量引发反向代谢风险。谷小华在《饮食营养护理在改善肾病综合征患者营养状况中的作用价值》中提到,采用系统性饮食营养干预措施,不但可有效提升血清白蛋白等营养指标,还能显著降低尿素氮与24小时尿蛋白水平,提示微量元素同基础代谢参数之间存在密切关联。因此,护理人员在实施护理过程中,还应注重电解质平衡的动态调节,特别是在使用利尿剂或存在胃肠道症状的患者中,需强化监测响应机制并及时调整饮食、用药方案。护理人员借助科学的微量元素管理策略,可为营养支持提供坚实保障,为患者病情恢复创造有利条件。

2.5 融合心理护理,缓解情绪性厌食

病情反复、用药副作用以及生活方式限制等问题容易诱发焦虑等负性情绪,部分患者在情绪影响下出现明显的厌食等情况,甚至对营养干预产生排斥心理,严重影响营养支持的执行效果。在护理实践中,护理人员关注情绪因素对进食行为的影响,并将心理护理融入营养干预,是缓解情绪性厌食、改善营养状况的重要举措。

在干预方式上,护理人员可建立良好的护患沟通关系,增强患者对治疗的理解,缓解其对疾病的焦虑感以及对饮食控制的抵触心理。同时,开展心理疏导并协助患者将注意力从病情本身转移至积极的生活目标,有助于改善患者的营养摄入水平。护理工作还应兼顾家庭因素,鼓励亲属给予患者支持性陪伴,为营养干预提供稳定的心理环境。项燕燕在《饮食营养干预在肾病综合征患者护理中的效果观察》研究中提到,在营养护理过程中加入系统化的患者支持措施,不但能有效改善患者的体重、白蛋白水平,还能提高临床总有效率。研究结果提示,在营养干预计划中充分调动患者的主观参与意愿,是提升干预成效的关键,而患者的情绪状态在这种过程中起着重要作用。因此,针对情绪性厌食的患者,护理人员除常规心理沟通外,还可引入情绪表达支持等简单的心理放松训练,帮助其调整心态。持续关注情绪状态并动态调整护理策略,可有效缓解患者的进食障碍、稳定营养摄入,从而提升其治疗依从性。

3 结语

肾病综合征所致的营养不良不但能加重病理过程,还能削弱机体对治疗的反应能力。有效的护理干预应以系统评估为基础,并结合患者营养代谢特点,借助优化蛋白摄入结构等多维路径落实精准的分层管理策略,以提升干预效果。随着多学科协作机制的不断完善,未来营养护理将向数据化方向深入拓展,进一步推动护理内涵从支持型服务走向精准医学干预,为改善肾病综合征患者的健康状态提供持续支撑。

参考文献:

- [1] 亢玲春,张慧,韩秀丽.饮食营养干预在肾病综合征患者护理中的实施效果[J].中华养生保健,2024,42(12):146-149.
- [2] 柳莉莉.穴位按摩联合情感支持对肾病综合征患者免疫功能、营养状态及生活质量的影响[J].实用中西医结合临床,2021,21(22):147-148+152.
- [3] 杭孟平,吴婷.早期个体化营养干预对肾病综合征患者预后效果研究[J].中国食物与营养,2021,27(05):63-65.
- [4] 谷小华.饮食营养护理在改善肾病综合征患者营养状况中的作用价值[J].人人健康,2020,(14):406.
- [5] 项燕燕.饮食营养干预在肾病综合征患者护理中的效果观察[J].智慧健康,2020,6(06):196-197.