

# Food Flavor and Meridian Knowledge Training Improve the Observation of Nurses' Diet and Health Education Abilities

Yongchun Cao Shan Ke\*

1. Shenzhen Hospital of Traditional Chinese Medicine, Shenzhen, Guangdong, 518000, China  
2. Shenzhen Yantian District Maternal and Child Health care Hospital, Shenzhen, Guangdong, 518000, China

## Abstract

**Objective:** To investigate the effectiveness of training on food properties, flavors, and meridian tropism knowledge for clinical dietary health education and theoretical teaching, and to observe the effects in clinical practice. **Methods:** From March to June 2022, a questionnaire survey was conducted using Wenjuanxing to assess the understanding of food properties and meridian knowledge among 181 nurses from three hospitals. The survey aimed to analyze the current issues faced by nurses in clinical dietary health education and teaching. After discussing in a group and reviewing literature, a booklet on food properties and meridians was compiled. Following centralized theoretical training for clinical nurses, they carried the booklet for self-study. The effectiveness was evaluated by comparing the test scores before and after the training and use of the booklet. Additionally, a random survey of 100 nurses was conducted to assess their satisfaction with the dietary health education before and after the centralized theoretical training and use of the booklet. **Results:** Before the training, the theoretical scores of 100 nurses were (55.88±11.53), and after the training, their scores were (88±4.62). There was a significant difference ( $P < 0.05$ ) in the mastery of the theory of food properties and meridian attributions compared to before the training. Nurses expressed satisfaction with the dietary health education after the training, and there was a significant difference in satisfaction before and after the training ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** After training in the knowledge of food properties and meridian classifications, there has been a significant improvement in the level of dietary health education language and communication skills. Nurses have enhanced their communication abilities with patients and their families during clinical dietary health education. This not only facilitates nurses' clinical learning but also improves their communication skills in conducting dietary health education, thereby better meeting the psychological needs of patients.

## Keywords

food properties, flavors and meridian tropism; knowledge training; nursing; teaching; dietary health education; patient satisfaction

# 食物性味归经知识培训改善护士饮食健康宣教能力的观察

曹永春 柯山\*

1. 深圳市中医院, 中国·广东 深圳 518000  
2. 深圳市盐田区妇幼保健院, 中国·广东 深圳 518000

## 摘要

**目的:** 研究进行食物性味归经知识培训用于临床饮食健康宣教和理论教学中, 观察临床实践效果。**方法:** 2022年3月到6月对三家医院181名护士进行食物性味归经知识了解情况进行问卷星调查, 分析目前护士在临床进行饮食健康宣教和教学中存在的问题。经过小组讨论, 查阅文献资料编制食物性味归经简册, 对临床护士进行集中理论授课后, 随身携带食物归经简册进行再学习, 进行比较集中培训和使用简册前后考核成绩。随机调查100名护士进行集中理论培训及使用简册前后进行饮食健康宣教的满意度。**结果:** 100名护士培训前理论成绩(55.88±11.53), 培训后成绩(88±4.62), 对食物性味归经理论的掌握情况与培训前有明显差异( $P < 0.05$ )。护士对培训后的饮食健康宣教表示满意, 培训前后满意度比较有明显差异( $P < 0.05$ )。**结论:** 进行食物性味归经知识培训后, 饮食健康宣教语言及沟通技巧的水平明显提高。护士在临床饮食健康宣教中加强了与患者及家属的沟通能力, 方便了护士的临床学习, 提高了护士在临床进行饮食健康宣教的沟通能力。满足患者的心理需求。

## 关键词

食物性味归经; 知识培训; 护理; 教学; 饮食健康教育; 患者满意度

**【基金项目】** 深圳市“医疗卫生三名工程”项目(项目编号: SZZYSM202211006)。

**【作者简介】** 曹永春(1978-), 女, 中国湖北黄石人, 本科, 副主任护师, 从事护理管理、中医护理、妇科护理研究。

**【通讯作者】** 柯山(1974-), 男, 中国四川成都人, 硕士, 高级经济师, 从事医院管理研究。

## 1 引言

在《汉书·酈食其传》记载:“民以食为天,”食物影响人类的进化和发展方向。在传统饮食的养生学中源于食物的“性味归经”调节人体的阴阳用来预防疾病和滋养五脏六腑。了解食物的性味归经, 才能更好地在日常生活中对患者进行饮食指导, 在临床上加速患者疾病的恢复<sup>[1]</sup>。对临床

患者进行饮食健康宣教工作中，根据患者的体质特征，根据证候选择相同属性的食物，以达到“虚则补之，实则泻之，寒者热之，热者寒之”进行辨证施食，增加患者食欲，补益精气，扶正固本，促进康复。本研究拟通过进行食物性味归经知识的培训，让护士尽快掌握食物性味归经的知识，提高对患者及家属进行饮食健康宣教的能力。

## 2 资料与方法

### 2.1 一般资料

先选取2022年3月三家医院（深圳市中医院）181名各科50岁以下，学历大专以上的临床在职护士进行不记名问卷性调查。调查结果分析后再对其中深圳市中医院100名临床在职护士进行培训。培训前后护士进行饮食健康指导后各发出对不记名满意度调查问卷。

### 2.2 方法

#### 2.2.1 资料收集方法

由本院取得华南区中医肝病专科护士资质中医专科护士6名（学历均为本科）对在临床工作的护士（学历均为本科）进行小范围的访谈、整理、归纳后，借助问卷星平台编制护士在临床中进行饮食健康指导中对食物性味归经的运用以及对食物性味归经的了解情况调查问卷。调查问卷包括：①一般资料，重在了解护士年龄、性别、受教育程度、科室、工作年限等基本资料。②对食物性味归经知识的了解，重在了解护士对食物性味归经的掌握情况。③在临床运用，重在了解护士在临床对患者进行饮食健康宣教过程中使用食物性味归经知识的情况。

#### 2.2.2 资料分析方法

调查后发现护士进行临床饮食健康宣教中存在一些问题，见表1。通过调查分析发现在临床饮食健康教育中突出的三个问题分别是临床上对患者进行饮食指导内容单一占65.75%，未接受过食物性味归经相关知识培训64.64%，对食物性味归经知识指导有需求的护士占92.27%。针对现状调查结果来看，临床护士的饮食健康宣教能力还有待提高，针对护士饮食健康宣教能力进行了原因分析。

表1 食物性味归经了解情况调查

不合格项目	频数	频率	累计频率
在临床对患者的饮食指导内容单一	119	20.8%	20.8%
没有接受过相关培训	117	20.49%	41.29%
缺乏常用食物的性味归经知识	107	18.73%	60.02%
不了解不同食物作用和功效	81	14.18%	74.20%
没有查找过相关资料	79	13.83%	88.03%
不了解不同食物对疾病治疗的帮助	68	11.97%	100%

### 2.3 培训教学法

#### 2.3.1 简册的制作方法

通过查阅文献、参考教学相关研究<sup>[2-6]</sup>、成组讨论（均为本院取得华南区中医肝病专科护士资质中医专科护士资

质共6名，学历均为本科）头脑风暴等方法制作了常用食物性味归经简册。根据王琦的9种体质学说，将正常人可分为平和质、阴虚质、阳虚质、气虚质、痰湿质、湿热质、气郁质、血瘀质、特禀质九种体质。根据人群的体质和食物性味归经知识我们查阅大量的文献资料后制作的常用食物归经简册共收集7大类食物入册，每一类食物选取常见的食材，收纳的食物皆为日常生活所常见，并且配以图片，更直观地学习。临床护士可以临床运用食物性味归经简册进行学习，更直观更熟练地掌握食物性味归经的知识，在进行理论培训和小组情景式模拟实训后，随身携带简册，在临床工作中或者工作之余随时翻阅，巩固常用食物性味归经知识，能更好地在临床中和患者进行饮食健康指导的时候运用。

#### 2.3.2 培训方法

定期对护士进行理论集体小组授课，在整个教学过程中教师处于主导地位，护士作为主体，主线控制为模拟实训。教学方式采取课前进行预习、课时讲解演示及模拟操作中进行指导纠正并课后总结。理论授课后再进行模拟练习，授课老师设置病例场景，如入院后接诊、评估、手术前、手术后等场景利用多媒体讲解，角色扮演将护士分为两组一组扮演护士，一组扮演患者及家属，根据不同场景，护士对患者及家属进行饮食健康宣教，授课老师和扮演角色护士之间进行实时互动，便于授课老师及时发现护士的薄弱之处，在此过程中进行指导及指正，使护士在模拟练习中体会到真实的临床诊治和护理过程。然后查看授课后忽视事物性味归经掌握情况。课后发放简册，让护士能在平时工作中放在身边随时进行翻阅，加强在工作中对食物性味归经知识的记忆。使护士在模拟的医疗环境中能够实现教学、学习、操作综合化，使教学和实践充分结合。

### 2.4 质量控制

护士培训均由带教资格的高资历老师完成，培训结束后统一进行理论考试。

### 2.5 考核标准

记录并比较进行食物性味归经知识培训前后100名护士的理论考核成绩，满分为100分。培训前后对护士各发出在进行饮食健康宣教后不记名满意度调查问卷50份共100份。

### 2.6 统计学方法

数据应用SPSS26.0统计软件进行统计分析，计量资料采用 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，组间比较采用两独立样本t检验；计数资料采用例数及百分率描述，组间比较采用 $\chi^2$ 检验， $P < 0.05$ 时为差异有统计学意义。

## 3 结果

### 3.1 培训前后护士理论掌握情况

经过培训后，100名护士授课前对食物性味归经知识的掌握情况进行理论考试。授课前理论考试收回试卷100

份,回收有效率100%。在培训前,参与培训的100名护士的理论考核成绩较低(55.88±11.53),培训后得到明显提升(88±4.62),培训前后理论考核成绩的差异具有统计学意义( $t=25.92, P < 0.05$ )。可见经过食物性味归经知识培训后,护士的理论水平得到明显提高。

### 3.2 培训前后护士满意度

为了了解护士在进行食物性味归经知识培训和应用食物性味归经简册后在临床饮食健康宣教中的作用和提高,因此培训前后护士在对患者进行饮食健康宣教时发出不记名满意度调查问卷50份共100份,回收100份,回收有效率100%。培训后护士在临床对患者及家属进行饮食健康宣教,护士对培训的满意度显著提高( $P < 0.05$ ),详情见表2。

表2 培训前后护士对饮食健康宣教培训的满意度比较(例)

项目	例数	满意	一般	不满意
培训前	50	4	45	1
培训后	50	14	36	0
$\chi^2$	7.062			
$P$	< 0.005			

## 4 讨论

### 4.1 食物性味归经的重要性

中医历来重视护理,强调“三分治疗,七分护理”。护理在临床工作中运用食物性味归经知识对患者进行饮食健康指导,促进患者康复。很多食物发挥着药食两用的作用,如孙思邈所说:“用之充饥则谓之食,以其疗病则谓之药。”所谓食物的“性”指食物的性质,食物的“四性”,即指食物分寒、热、温、凉四种性质。所谓食物的“味”主要是指食物的味感。“五味”是指食物具有辛、甘、酸、苦、咸五种味道。了解食物的“四性”“五味”,有利于人们进行合理地选配食物,从而不仅能预防疾病,起保健作用,又能促进食欲,增加营养,强健身体。归经,即药物食物作用的定位。从而为临床辨证和饮食指导提供依据。归经是以脏腑、经络理论为基础,以所治疗的具体病症为依据<sup>[7]</sup>。

### 4.2 护士通过培训加强业务能力

通过在小组情景式模拟实训中亲身经历患者或者家属

的角色,对患者的移情性理解,包括行为和感情亲身经历的过程。在培训中能提高护士学习的主动性和创造性。将制作的常用食物性味归经简册课后随身携带,在工作中或者工作之余可随时翻看,可达到复习的作用。护士通过自我学习、归纳整理以及组内讨论、组内角色互换等深入模拟场景实训,能够有效激发护士在学习过程中的主观能动性以及个人工作能力,并且当护士在以后工作中遇到问题后会自觉学习相关基础知识,这时随身携带食物性味归经简册能更好地随时加强食物性味归经知识的加深复习。特别是现在手术学科中提出的快速康复外科的新理念,术后的饮食护理在康复中起到重要作用。在快速康复理念应用饮食护理增加患者的依从性,促进患者更好的恢复,减少并发症,缩短住院天数。

综上所述,通过常用食物性味归经知识的理论培训、小组情景式模拟实训,将制作食物性味归经简册引入在临床饮食健康宣教培训中,提高对患者及家属进行饮食健康宣教的能力。护士对患者饮食健康宣教态度由不太重视变为重视,教育态度和理念的转变让护士真正重视了饮食健康宣教工作,提高护士自身的业务能力,也为患者享受优质护理服务提供了一定的保证,提高患者及家属的满意度,真正把“以病人为中心”的健康宣教工作落到实处。值得应用推广。

### 参考文献

- [1] 林惠兰,魏亦威,黄文,等.《随息居饮食谱》中鳞介类食物食养观[J].江西中医药,2021,52(10):14-16.
- [2] 马晴,罗辉芳,黄颜怡,等.中医饮食调护思政教学模式探索与实践[J].现代职业教育,2021(11):72-73.
- [3] 冷方南,王凤岐,刘尚义,等.中华临床药膳食疗学(修订版)[M].北京:人民军医出版社,2017.
- [4] 张好霞,侯钰,杨建明,等.中药性味归经及药用功能的数据挖掘研究[J].中国药业,2021,30(10):1-4.
- [5] 李雨昕,刘红,陈丽丽,等.沉浸式饮食护理教育游戏在消化内科临床教学中的应用[J].护理学杂志,2021,36(19):84-87.
- [6] 王日欣,谢晓燕,黎健鹏,等.浅析《采艾编翼》中的食疗特点[J].浙江中医药大学学报,2021,45(3):294-299.
- [7] 孙坤坤,王加锋.辛味药药性理论及归经应用[J].山东中医药大学学报,2021,45(4):458-461.