

主编 孙继红 吴 瑛

护理科研

STEP BY STEP

STEP BY STEP



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

上海第二军医大学

护理科研

STEP BY STEP



中国医药出版社



中国医药出版社
CHINA MEDICAL SCIENCE PRESS

护理科研 STEP BY STEP



人民军医出版社

PEOPLE'S MILITARY MEDICAL PRESS

北 京

图书在版编目(CIP)数据

护理科研 STEP BY STEP / 孙继红, 吴 瑛主编. — 北京: 人民军医出版社, 2010.11

ISBN 978-7-5091-3900-4

I. ①护… II. ①孙… ②吴… III. ①护理学—科学研究—研究方法 IV. ①R47-3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2010)第 205473 号

策划编辑: 张利峰

文字编辑: 刘 立

责任审读: 张之生

出 版 人: 石 虹

出版发行: 人民军医出版社

经销: 新华书店

通信地址: 北京市 100036 信箱 188 分箱

邮编: 100036

质量反馈电话: (010) 51927290, (010) 51927283

邮购电话: (010) 51927252

策划编辑电话: (010) 51927300-8700

网址: www.pmmp.com.cn

印刷: 潮河印业有限公司

装订: 恒兴印装有限公司

开本: 889mm × 1194mm 1/32

印张: 5.75 字数: 142 千字

版、印次: 2010 年 11 月第 1 版第 1 次印刷

印数: 0001 ~ 3000

定价: 48.00 元

版权所有 侵权必究

购买本社图书, 凡有缺、倒、脱页者, 本社负责调换

内容提要

本书以护理科研程序为主线，以临床护士在科研中遇到的问题为重点，逐步展开，将开展护理科研前应掌握的基本知识，护理科研初学者如何寻找科研课题，如何确定研究方法与研究对象，如何收集、整理、分析资料，如何描述、解释统计结果，如何书写论文，如何交流护理科研成果等以问题的形式提出，并逐一作答，同时附以实例说明，便于读者理解。本书以达到提高护理科研实践能力为目的，可供临床护士及护理学院学生参考使用。

前言

护理本科生在毕业前最后一个学期要进行护理科研训练，一般安排在生产实习的后期，以便学生在临床能够得到临床教师和学院教师的双指导。三方会经常一起讨论，其间学生提出了很多实际问题。如果把常见的问题归纳起来，进行通俗易懂的解答，编写一本在他们开展护理科研遇到问题时，能随手翻阅查询的书或许对他们有帮助。我们把这个想法与临床护士、接受科研训练的学生以及学院教师们沟通时，得到了大家的赞同。于是，学院教师们共同努力，精选内容，编写了这本书。

本书的读者对象主要是刚刚学习并准备开展护理科研的护生、想要学习和开展护理科研的临床护士。本书按护理科研的步骤，以问答形式展开，并附以实例说明，便于读者理解。本书希望达到以下目标：

1. 理解护理研究的基本知识、基本程序，提高护理研究的实践能力。
2. 帮助护理研究的初学者解答遇到的实际问题，提高其研究兴趣。
3. 帮助护理研究的初学者提高论文写作的能力。



护理研究对护理学的发展起着重要的推动作用，护理专业人员必须学习和掌握护理研究方法。希望能够提高广大护士开展护理研究的兴趣，把“让我做研究”变成“我想做研究”，“正因为是临床护士，所以才应该开展科研，并且能将科研成果活用于临床护理实践中。”我们期待着有这样想法的护士越来越多。

孙继红 吴 瑛

2010年6月于北京

STEP1 开展护理科研前应掌握的基本知识 /1

- 一、什么是研究 /1
- 二、什么是护理研究 /3
- 三、护理科研的程序是什么 /7
- 四、常用的护理科研设计有哪些 /8
- 五、什么是量性研究 /10
- 六、什么情况下适合选用量性研究 /13
- 七、什么是质性研究 /13
- 八、什么情况下适合选用质性研究 /15
- 九、开展护理研究时应注意的伦理问题 /17

STEP2 选题 /23

- 一、如何寻找科研课题 /23
- 二、研究题目为什么要有创新性 /29
- 三、如何检索文献 /30
- 四、常用的护理文献检索数据库有哪些 /33
- 五、怎样阅读、整理文献 /39
- 六、为什么明确研究题目很重要 /42
- 七、怎样确定研究题目 /42
- 八、研究题目的书写要求 /43

STEP3 确定研究方法和研究对象 /45

- 一、怎样确定研究方法 /45
- 二、怎样选择研究对象 /57
- 三、为什么要设定对照组 /58
- 四、如何做到随机分组 /60
- 五、如何估计样本量 /61
- 六、怎样抽取样本 /65

STEP4 收集资料（数据） /69

- 一、研究数据有哪些种类 /69
- 二、护理科研常用的收集资料的方法有哪些 /70
- 三、问卷的一般结构是怎样的 /70
- 四、设计调查问卷的程序是怎样的 /72
- 五、问卷设计的要则和技巧 /72
- 六、什么是问卷的信度，如何计算 /75
- 七、什么是问卷的效度，如何计算 /76
- 八、什么是访谈法 /77
- 九、什么是德尔菲法 /78
- 十、观察法及其注意事项 /79
- 十一、生物物理测量法及注意事项 /81

STEP5 整理、分析资料（统计学基本知识） /83

- 一、怎样整理收集来的资料 /83
- 二、怎样录入数据 /85
- 三、如何进行统计学描述 /86
- 四、什么是集中趋势，什么是离散趋势 /87

- 五、什么是中位数、众数和平均数，分别在什么情况下使用 /87
- 六、什么是极差、四分位数间距、方差、标准差 /89
- 七、什么是正态分布 /90
- 八、什么情况下使用卡方检验 /91
- 九、什么情况下使用 t 检验 /98
- 十、什么是方差分析，什么情况下使用方差分析 /101
- 十一、什么情况下使用相关分析 /104
- 十二、相关系数的意义是什么 /107
- 十三、什么是回归方程、一元线性回归和多元线性回归 /108
- 十四、什么是 Logistic 回归 /108
- 十五、Logistic 回归与多元线性回归有什么区别和联系 /110
- 十六、回归分析与相关分析有什么联系和区别 /110
- 十七、什么是因子分析 /110
- 十八、常用的统计学软件有哪些 /111

STEP6 结果的描述与解释 /114

- 一、如何描述（给出）结果 /114
- 二、什么是统计图、表 /116
- 三、怎样解释统计出来的结果 /122
- 四、统计出的阴性结果如何解释 /123

STEP7 书写论文 /125

- 一、科研论文的书写格式是怎样的 /125
- 二、书写论文时应遵循什么原则 /125
- 三、文题的书写要求有哪些 /126
- 四、作者署名的规则有哪些 /127
- 五、如何确定作者的排序 /127

- 六、多家单位合作完成的研究如何标注作者 /128
- 七、怎样确定关键词 /128
- 八、怎样写好前言 /129
- 九、怎样写好研究对象与研究方法 /130
- 十、如何写好结果部分 /132
- 十一、怎样进行讨论 /133
- 十二、怎样写好论文摘要 /136
- 十三、综述论文的书写方法 /138
- 十四、个案论文的书写格式 /148

STEP8 研究成果的交流 /157

- 一、如何选择杂志发表论文 /157
- 二、如何在学术交流会上发表论文 /168
- 三、如何在海报上发表论文 /171

STEP 1 | 开展护理科研前应掌握的基础知识

一、什么是研究 (research)



研究就是对未知或未完全知道的事物的认识过程,也是从感性认识到理性认识的思维过程。科学研究是一种系统地探索和解决问题的活动,并能从中获得客观规律和产生新知识,进而阐明实践与理论间的关系。

● 研究就是把不明白的事情搞清楚的一系列作业活动

很多临床护士一听到“研究”一词,就感觉是很难的事情,心里也会有些紧张。其实研究并没有那么高难,也不是离我们很远。

所谓研究就是对想知道的事物,追究答案的一系列的作业过程,也就是常说的解决问题。《现代汉语字典》里对研究解释为“探求事物的真相、性质、规律等”。当我们不懂一个词的词意时,怎么办呢?查字典,或者询问他人,直到把它的词意搞清楚为止。像这样不懂字词的词意时,通过查字典搞清它的含义的事情,也就是,将不明白的事情或是有疑问的事情,彻底搞清楚的作业过程就是研究(表 1-1)。

表1-1 查字典和研究的作业过程

	查词意	研 究
目的	搞清字词的含义	解决日常的疑问或不可思议的事情
方法	查字典	查书、询问他人
结果	明白了词意	搞清了事情的原因或理由

查词语的含义和研究的作业过程如表 1-1 所示，虽然方法不同，但是过程是相同的。即都是为了回答疑问、解决问题而采取有效的方法所进行的系统的探求过程。我们并不感到查字典很难吧？那是因为掌握了查字典的方法。同理，如果我们掌握了研究方法，那么，研究也不是那么高难、令人敬畏的。

● 研究与解决问题的关系

所谓研究就是对未解答的问题给出一般性、普遍性的解答的作业过程，我们通常也叫它为解决问题。比如考虑一下“今天的午饭在哪里吃？吃什么？”“如何能够预防患者的压疮？”等，哪一个都是要解决的问题。研究和解决问题都是“思考”的精神活动的一个侧面。

研究和解决问题都是对未解答的问题进行解答的过程，从这一点来说本质是一样的。但是量上是有不同的，它表现在以下四个方面：

(1) 解决问题时，要解决的问题是已知的，已经存在于眼前的问题较多。与之相对的研究，要解决的问题是未知的，必须去发现应该解决的问题。

(2) 解决问题时，要针对那个时间、那个场所、那个人去解答，具有个别性和特殊性。而研究的目的是能够得到一般性的、普遍性的解答。①任何时候：今天、明天答案不会变化；②任何地方：无论是在本病房、本院还是其他病房、其他医院，结果是相同的；③任何人：无论谁实施，都会得出同样的结果，无论对谁实施，结果都

是一致的。

(3) 解决问题时,对解决问题的人来讲,问题解决了就行了,没有必要通知所有的人。而研究是作出普遍性的解答,因此,需要把得到的答案告诉更多的人,即研究结果必须共享。研究者有责任公布研究结果,其公布形式通常是学术论文。

(4) 通过研究得到的解答应该是一般性的、具有普遍性的。为了保证这一点,要做到:研究方法要科学、正确,研究过程要严谨,思考要有逻辑性,答案要明确。

二、什么是护理研究



护理研究(nursing research)是指从实践中发现需要研究的护理问题,通过科学方法有系统地研究或评价该护理问题,并直接或间接地用以指导护理实践的过程。

● 护理研究的范围

护理研究是关于护理的研究,护理的职责是为人类提供优质的护理服务。因此,护理研究的最终目的是发展“促进健康、维持健康、恢复健康”的知识,通过提高护理质量,来提高患者的生活质量。所以,护理研究并不仅仅涉及住院病人身体的、心理的、社会的侧面,而是以人类的健康问题为焦点,以生活中的所有人为研究对象。不能把人从环境中分离出来,作为独立系统进行研究,而是要关注人与环境的相互作用来研究。因此,护理研究包括临床护理、社区护理、护理教育、护理管理等所有的护理学领域。

护理研究一定要做关于护理的,即属于护理领域的研究。例如:“关于护士鞋的研究”,如果你研究鞋的形状、颜色,这个研究就不属于护理领域。但是如果你研究“护士鞋与护士疲劳的关系”,就属于护理研究了。所以,是不是护理研究的范围,要看是不是从护理的视角来研究。

● 护理研究的目的和意义

目的



护理研究的目的是,将通过研究得到的知识和理论用于护理实践,以提高护理质量,为护理对象提供更好的护理服务。

我们常说护理是一门科学,是一门艺术。更准确地来讲,护理是科学的艺术性的实践活动。那么,它的科学性体现在哪里?从何而来?这就要求我们必须通过科学研究,为患者提供有科学依据的护理措施,即每一个护理行为都应该是在科学研究的基础上形成的,经得起科学验证的。这就是开展护理研究的目的。

意义



对于临床护士来讲,护理研究有两方面的意义,即直接意义和间接意义。直接意义是指研究结果可以直接改善临床护理,从而使护理研究成为更好地进行护理实践的动力源;间接意义是指通过护理研究可以向护理对象证明护士的护理价值,使护理更加规范化,并推动护理学科向明确的目标发展,提高护士的职业素质,使护理专业得到社会的认可。

无论哪一方面,在临床护理实践中对护理的疑问和问题进行研究,其研究结果是对研究前的疑问和问题的回答,同时也起到改进护理实践和护理知识体系的作用。并且通过回顾自己的护理历程,也能为促进作为职业人的护士或个人的成长提供机会。护理研究的意义,还表现在通过护理研究能凝练出和区别于其他学科的护理专业知识体系,给予护士在护理专业上的责任和权利,也就是说,护理研究是护士的责任和权利。

● 护理研究与护理实践的关系

研究是在用科学的方法所得到的数据（资料）的基础上，发现新事实，并且构筑新理论的过程。在护理研究中，有时候从一个研究中得到的新发现、新方法虽然并不大，但是，如果把它灵活地运用于实践中，实际工作就会有所改变。这样，以科学研究的结果为依据，为患者提供护理，不断地积累，不但使护理更有效、更科学，而且会形成新的基础知识。换言之，护理不是在试行错误中发展，而是要通过研究去推动发展，护理的知识更新也是通过研究而得来的。护理研究可以改变护理实践，而护理实践可以检验研究成果的可行性，护理研究与护理实践是不可分的。

许多人认为科研是脱离工作单独去搞的，在工作之余再去搞科研。其实不然，科研和日常工作是连在一起的。工作中遇到的问题、需改进的部分是可以通过科研的思路和程序来解决的。同样，在做科研的过程中也会发现日常工作需要改革的地方。日常工作和科研应结合起来，才能使科研更有实际意义。

CASE 1

医院护理部每年举行一次护理科研交流会，每个科的护士长都要求护士们参加。A病房的护士长就把今年的科研任务交给了年资较高的王护士，小王从内心里并不想干，但是护士长给的任务也没办法。

以这样一种心态，她找了4个护士作为研究组的成员，一起商量、决定了做题为“乳房切除术后患侧上肢的功能训练”的研究。开始她们只是根据以前病房里用的运动手册，把护理实际运用情况总结了一下。

在病房的病例讨论会上，为了得到大家的合作，小王把研究目的和方法向全体护士作了说明，这也只是为了完成护士长交给的工作而已。她勉强地利用休息时间，查了一些文献。在大家阅读文献和讨论的过程中发现现用的运动手册，确实有需

要改进的必要。于是，他们又听取了医生和患者的意见，追加了一些内容，形成了改良版的运动手册，并实施到患者身上，受到了患者和家属的好评。

这时，小王她们就产生了“观察一下改良后的运动效果，并将其结果传达给更多的人”的愿望。后来她们请医生帮助设计了具体的观察项目与方法，并写出论文发表了。从此，该病房的护士们积极在工作中发现问题，并通过科研的方法解决，其护理工作受到患者好评。

CASE 2

呼吸监护病房的护士经常要给气管插管、机械通气的病人吸痰，观察痰液性质并记录在护理单上。护士经常写成黏稠或稀薄，但是每个人的判断标准不一样，黏稠与稀薄也不能给医生、护士一个固定的感性认识。因此，护士们吸痰时仔细观察痰液在吸痰管中的状态，经过大量的观察，归纳出了3种痰液黏稠度的判断标准，即Ⅰ、Ⅱ、Ⅲ度痰液。这个标准广泛应用于临床，使痰液黏稠度有了客观的统一的判断标准。

● 开展护理科研最有效的方式



护理院校与临床联合开展护理研究是开展护理科研的最好方式。

护理是一门实践性学科，临床护理是护理专业的学生学习的课堂，也是护理研究、研究成果检验与应用的场所。临床与护理学校是密不可分、相互渗透、互相促进的。