

个体化早期康复护理在老年冠心病患者中的应用效果

王晓燕

上海中医药大学附属市中医医院 上海

【摘要】目的 分析个体化早期康复护理对冠心病老年患者实施效果。**方法** 以 80 例冠心病老年患者为本次研究对象，研究时间为 2022 年 5 月至 2023 年 5 月，随机将其分为观察组与对照组，n=40，对照组实施常规护理，观察组实施个体化早期康复护理，比较两组患者心功能改善、生活质量提升情况。**结果** 观察组患者心功能指标得到明显改善，组间对比差异显著， $P<0.05$ ；观察组患者生活质量评分较高， $P<0.05$ 。**结论** 对老年冠心病患者实施个体化早期康复护理可有效加强患者心功能，从而对患者生活质量高低产生影响。

【关键词】 冠心病；个体化早期康复护理；心功能；生活质量

【收稿日期】 2024 年 1 月 15 日 **【出刊日期】** 2024 年 2 月 23 日 **【DOI】** 10.12208/j.jmmn.20240080

The application effect of individualized early rehabilitation nursing in elderly patients with coronary heart disease

Xiaoyan Wang

Hospital of Traditional Chinese Medicine Affiliated to Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai

【Abstract】 Objective: To analyze the effect of individualized early rehabilitation nursing on elderly patients with coronary heart disease. **Method:** 80 elderly patients with coronary heart disease were selected as the study subjects, with a study period of May 2022 to May 2023. They were randomly divided into an observation group and a control group, n=40. The control group received routine care, while the observation group received individualized early rehabilitation care. The improvement of cardiac function and quality of life of the two groups of patients were compared. **Result:** The cardiac function indicators of the observation group patients were significantly improved, and there was a significant difference between the groups ($P<0.05$); The observation group had a higher quality of life score ($P<0.05$). **Conclusion:** Implementing individualized early rehabilitation care for elderly patients with coronary heart disease can effectively enhance their cardiac function, thereby affecting their quality of life.

【Keywords】 Coronary heart disease; Individualized early rehabilitation care; Cardiac function; Quality of Life

冠心病是一种常见的心血管疾病，主要由于心脏供血不足引起，可导致心绞痛、心肌梗死等严重后果^[1]。冠心病在老年人群中尤为常见，其发病率和死亡率逐年增加，给社会 and 患者家庭带来了巨大的负担。如何有效地进行康复护理，提高老年冠心病患者的生活质量，已成为医学界关注的焦点。目前，传统的康复护理模式往往采用统一的标准化护理方案，忽视了患者个体差异性，这在一定程度上限制了康复效果的提升。随着医疗技术的不断进步和护理观念的不断更新，个体化早期康复护理作为一种积极干预方式被广泛研究和应用^[2]。个体化早期康复护理是根据不同患者的病情和特点，针对性地

制定康复方案，通过与患者的密切合作，提供恰当的药物、运动训练、心理支持等综合性护理措施，以改善患者的心脏功能、促进身体恢复，提高生活质量。本研究旨在评估个体化早期康复护理在老年冠心病患者中的应用效果。研究结果将为临床护理工作提供科学依据，促进个体化康复护理在老年冠心病患者中的进一步应用，改善患者的康复效果和生活质量。具体内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 80 例冠心病老年患者为本次研究对象，研究时间为 2022 年 5 月 2023 年 5 月，将以随机方式进行

分组, 一组为对照组, 40 例患者中男性 22 例, 女性 18 例, 年龄在 61-78 岁间, 均龄为 69.15 ± 2.51 岁; 一组为观察组, 40 例患者中男性 24 例, 女性 16 例, 年龄在 60-77 岁间, 均龄为 69.22 ± 2.44 岁。两组患者各项基线信息无明显差异, $P > 0.05$, 可对比。

1.2 方法

对照组实施常规护理, 包括健康宣教、药物指导、饮食注意事项、日常运动建议等。

观察组实施个体化早期康复护理, 具体内容为: (1) 针对患者的具体病情和身体状况, 制定个体化的运动康复计划。需要对患者的整体健康状况进行全面评估, 包括但不限于心功能、血压、血糖、血脂水平、体重、年龄、性别、既往病史、药物使用情况以及患者的生活习惯等。这些信息将帮助确定患者的风险水平和运动耐受性。根据患者的评估结果, 设定合理的运动目标。根据患者的健康状况和运动目标, 选择合适的运动类型。通常包括有氧运动、力量训练、和平衡训练。对于老年冠心病患者, 应优先考虑低至中等强度的有氧运动。制定渐进式的运动计划, 开始时运动强度和时间应较低, 然后逐渐增加。开始时可以进行每次 10-15 分钟的轻度步行, 每周 3-4 次, 然后根据患者的反应逐渐增加时间和强度。(2) 提供心理支持和教育, 帮助老年患者理解冠心病的病因、发病机制和治疗方案。通过心理咨询、认知行为疗法等方法, 缓解老年患者的焦虑和抑郁心理, 增强他们对治疗的信心和积极性。通过倾听、同理心和尊重患者的感受来建立这种关系。了解患者的担忧和恐惧, 并提供安慰和鼓励。可以提供放松技巧, 如深呼吸、冥想和渐进性肌肉放松, 以帮助患者管理压力和焦虑。此外, 如果需要, 护理人员应建议患者寻求专业的心理健康服务。(3) 温和的营养指导。制定低盐、低脂、高纤维的饮食方案, 避免高胆固醇、高脂肪、高盐的食

物。加强对老年患者的营养教育, 指导他们合理搭配饮食, 保持适量的饮食摄入, 避免肥胖和高血压等慢性病的发生。建议老年冠心病患者采用地中海饮食模式, 这种饮食模式以富含单不饱和脂肪酸的橄榄油、大量的新鲜水果和蔬菜、全谷物、豆类、坚果和种子为基础, 适量摄入鱼类和家禽, 限制红肉和加工肉类的摄入, 以及减少糖和精制碳水化合物的吸收, 此种有助于降低心血管疾病风险性。(4) 个体化合理用药。据患者的具体情况, 制定个体化的药物治疗方案, 包括药物种类、用药时间和剂量等。同时, 加强对药物的说明和指导, 帮助患者正确使用药物, 提高治疗效果。(5) 定期复查和随访。定期进行心电图、超声心动图、血液检查等检查, 评估病情变化, 并根据评估结果调整治疗方案。

1.3 观察指标

对患者实施护理前后心功能指标进行检测, 包含左室射血分数(LVEF)、左心室舒张末期内径(LVEDD)、左室收缩末期内径(LVESD), 并进行 6 分钟步行试验, 统计患者步行距离。以 SF-36 生活质量量表对患者进行测评, 选取其中 4 项进行对比。

1.4 统计学方法

本次研究将选用 SPSS22.0 软件进行数据分析, 结果数据均为计量资料, 以均数 \pm 标准差表示, t 值验证, $P < 0.05$, 有统计学意义。

2 结果

2.1 心功能指标

观察组心功能指标在经过不同护理后, 改善情况优于对照组, $P < 0.05$, 详见表 1。

2.2 生活质量评分

对比两组患者护理前后生活质量, 护理前, 两组无评分无明显差异, $P > 0.05$, 经过不同护理后, 观察组 4 项分值均高于对照组, $P < 0.05$, 详见表 2。

表 1 两组患者心功能指标改善情况

组别	时间	LVEF (%)	LVEDD (mm)	LVESD (mm)	6 分钟步行 (m)
观察组 (n=40)	护理前	41.26 \pm 2.51	60.14 \pm 3.51	42.36 \pm 3.12	225.36 \pm 16.38
	护理后	60.28 \pm 3.11	41.27 \pm 3.57	25.87 \pm 3.19	406.27 \pm 20.39
对照组 (n=40)	护理前	40.89 \pm 3.05	60.38 \pm 3.39	43.21 \pm 3.07	220.24 \pm 16.84
	护理后	50.12 \pm 4.17	50.07 \pm 4.06	36.12 \pm 1.84	302.95 \pm 23.51
观察组护理前后 t/P 值		30.099/0.000	23.837/0.000	23.372/0.000	43.746/0.000
对照组护理前后 t/P 值		11.299/0.000	12.328/0.000	12.528/0.000	18.088/0.000
两组护理后 t/P 值		12.352/0.000	10.294/0.000	17.603/0.000	20.997/0.000

表2 两组患者生活质量评分(分)

组别	时间	生理职能	躯体疼痛	精神健康	总体健康
观察组 (n=40)	护理前	73.51±5.02	70.15±5.17	71.62±5.14	70.25±5.28
	护理后	90.14±3.21	91.57±3.08	90.18±3.51	91.62±3.19
对照组 (n=40)	护理前	72.98±4.85	71.25±4.77	70.84±4.66	71.03±4.74
	护理后	80.22±4.09	81.57±4.19	81.73±4.28	82.07±4.21
观察组护理前后 t/P 值		17.651/0.000	22.511/0.000	18.859/0.000	21.909/0.000
对照组护理前后 t/P 值		7.217/0.000	10.280/0.000	10.885/0.000	11.013/0.000
两组护理后 t/P 值		12.067/0.000	12.162/0.000	9.655/0.000	11.434/0.000

3 讨论

老年冠心病患者常伴随着多种慢性疾病,身体机能下降,治疗难度较大。个体化早期康复护理是指根据老年冠心病患者的个体差异,结合其病情特点,制定个性化的康复护理计划,并在冠心病发作早期进行干预和治疗^[3]。个体化早期康复护理在老年冠心病患者中的应用效果主要体现在以下几个方面:首先,个体化早期康复护理能够有效降低老年冠心病患者的心脑血管事件发生率。通过早期干预和治疗,可以控制冠心病的病情发展,减少心脑血管事件的发生,提高生活质量^[4]。个体化康复护理根据患者的具体情况,制定科学合理的药物治疗、运动锻炼、心理辅导等方案,并进行定期随访和评估,及时调整康复方案,保证患者得到最佳的治疗效果。其次,个体化早期康复护理能够改善老年冠心病患者的身体功能和心理状态^[5-6]。通过规律的康复训练和心理辅导,可以提高患者的心肺功能,增加体力活动耐受力,减轻疲劳感,增强自理能力。同时,心理辅导帮助患者积极面对疾病,减轻焦虑和抑郁情绪,提高生活质量^[7]。此外,个体化早期康复护理能够促进老年冠心病患者的生活方式改变。通过向患者提供相关知识和教育,引导他们改善生活习惯,如戒烟限酒、合理饮食、控制体重等。个体化康复护理还可以提供饮食和运动指导,帮助患者建立健康的生活方式,减少冠心病的风险因素^[8]。在本次研究中,观察组患者在接受个体化早期康复护理后,患者心功能指标、生活质量较对照组相比,均有显著改善, $P < 0.05$ 。

综上所述,个体化早期康复护理通过制定个性化地康复护理计划,可以降低心脑血管事件发生率,改善身体功能和心理状态,促进生活方式改变,提高患者的生活质量。然而,个体化早期康复护理仍需进一步研究和推广,以更好地服务于老年冠心病患者的康复需求。

参考文献

- [1] 陈晓娜,叶丽冰,苏丽娟等.冠心病心衰病患实施早期康复护理措施对患者心功能及生活质量的改善[J].智慧健康,2022,8(32):239-242.
- [2] 谢柑霖,翁友飞,王云琳.早期综合康复护理干预对老年冠心病患者心理状态及心功能的影响[J].中国老年保健医学,2022,20(03):151-153.
- [3] 刘延丽,钱静,赵晓霞.早期康复护理模式对冠心病介入术后预防深静脉血栓形成及预后的影响[J].血栓与止血学,2022,28(03):484-485.
- [4] 李福英.个体化早期康复护理对老年冠心病患者运动耐力及心功能恢复的影响[J].医学食疗与健康,2022,20(16):88-91.
- [5] 郭敏.早期康复护理干预对冠心病心律失常患者心功能及生活质量的影响分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2022,10(08):155-157.
- [6] 苏晓玲.早期康复护理干预对冠心病心律失常患者心功能及生活质量的影响[J].中外医学研究,2022,20(05):118-121.
- [7] 施美娟.个体化早期康复护理对老年冠心病患者运动耐力及心功能恢复的作用初探[J].中西医结合心血管病电子杂志,2022,10(03):98-100.
- [8] 林伟.个体化早期康复护理对老年冠心病患者运动耐力及心功能恢复的影响分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2021,9(35):18-20.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS