

老年心血管病患者的早期康复护理疗效观察

张香丽

山东省临沂市河东区河东医院 山东临沂

【摘要】目的 总结分析老年心血管病患者的早期康复护理疗效。**方法** 选取我科室收治的 90 例老年心血管病患者作为研究对象，时间为 2023 年 3 月-2024 年 3 月，随机分成对照组与实验组，均为 45 例。给予对照组常规护理，实验组的护理方法为早期康复护理，对比分析两组的护理效果。**结果** 实验组的护理疗效、生活质量及护理满意度均高于对照组，差异有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 早期康复护理在老年心血管病患者护理中的应用，可提高护理疗效和患者的生活质量，患者满意度高。

【关键词】 老年心血管病；早期康复；护理措施；护理效果

【收稿日期】 2024 年 11 月 18 日 **【出刊日期】** 2024 年 12 月 25 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240635

Observation on the therapeutic effect of early rehabilitation nursing for elderly patients with cardiovascular disease

Xiangli zhang

Hedong Hospital, Hedong District, Linyi City, Shandong Province, Linyi, Shandong

【Abstract】Objective To summarize and analyze the early rehabilitation nursing efficacy of elderly patients with cardiovascular disease. **Methods** 90 elderly patients with cardiovascular disease admitted to our department were selected as the research subjects from March 2023 to March 2024. They were randomly divided into a control group and an experimental group, with 45 cases in each group. Provide routine care to the control group and early rehabilitation care to the experimental group, and compare and analyze the nursing effects of the two groups. **Results** The nursing efficacy, quality of life, and nursing satisfaction of the experimental group were higher than those of the control group, and the differences were statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** The application of early rehabilitation nursing in the care of elderly cardiovascular disease patients can improve nursing efficacy and patients' quality of life, with high patient satisfaction.

【Keywords】 Elderly cardiovascular disease; Early rehabilitation; Nursing measures; Nursing effect

老年人心血管疾病频发，涵盖了肺源性心脏病、高血压以及冠心病等多种类型。面对人口老龄化加剧的挑战，我国心血管疾病的发病率呈现显著增长趋势^[1]。作为老年人死亡的首要原因，心血管疾病随着岁数的增长，人体免疫力逐渐减弱，加之病情冗长且多变，老年患者频繁入院治疗，死亡率随之攀升^[2]。总结临床经验发现，老年心血管病的治疗与护理极具挑战性，迫切需要实施积极有效的早期护理措施，以保障治疗效果，提高患者的生活品质。早期康复护理以康复训练为核心，融合心理支持、饮食管理等多元化策略，旨在稳定患者的身心状态，改善预后，促进病情恢复^[3]。基于此，本文分析了老年心血管病患者的早期康复护理疗效。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将 2023 年 3 月-2024 年 3 月收治的 90 例老年心血管病患者作为本次的研究对象，应用随机分组法划分小组。对照组 45 例患者中，男 25 例，女 20 例；平均年龄 (75.21 ± 3.47) 岁。实验组 45 例患者中，男 24 例，女 21 例；平均年龄 (75.89 ± 3.87) 岁。比较两组的一般资料，差异不存在统计学意义 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组，常规护理：密切监测患者的生命体征，包括血压、脉搏、血氧饱和度等，加强药物指导；注意观察患者用药期间是否有不良反应，及时处理异常情况；

为患者营造良好的病房环境,提高住院期间的舒适度。

实验组,早期康复护理:

(1) 健康教育:以热情、友好的态度接待每一位病患,详尽地开展入院指导工作,包括:病房环境介绍、医疗团队构成、病患规范等内容,努力打造一个安静、洁净且充满暖意的住院环境;通过图片、动画视频向病患及其家属普及心血管病症的相关知识、治疗与护理步骤、早期恢复的意义及具体措施,突出早期恢复的必要性;耐心指导患者关于药物的正确使用方式、服用时间、剂量及可能出现的副作用,并提醒家属在用药方面给予患者更多的关注与监督^[4]。

(2) 心理护理:在患者住院期间,护理人员要通过深入交谈和细致观察,全面审视了患者在思想、日常生活和工作等方面的情况。同时,根据患者的患病情况,深入分析病史、并发症和病情,并评估患者的心理状态。根据评估结果对患者进行个性化的心理疏导,鼓励患者主诉,说出自己的担心和恐惧,及时安抚患者的情绪。告知患者良好情绪对康复的重要性,通过音乐、电视、病友聊天等方式转移患者的注意力,使其保持积极的情绪^[5]。

(3) 饮食指导:综合评估患者的饮食爱好和饮食禁忌,制定个性化的饮食护理方案,以清淡为主,低盐低脂低胆固醇饮食,可进食蛋白质、维生素和纤维素含量丰富的食物,比如:鱼肉、瘦肉、新鲜水果蔬菜等,叮嘱患者戒烟戒酒,不吃辛辣、生冷、油腻等食物,尽量不喝咖啡、浓茶等,以免影响病情恢复。

(4) 早期康复锻炼:依据患者的心功能、机体耐受情况、日常劳动等方面的信息,选择合适的早期康复

运动方式,主要有:呼吸训练、室内(外)步行训练、太极拳、八段锦等。在疾病的影响下,初始锻炼时患者会有心有余而力不足的感觉,进而产生焦虑感,此时应鼓励患者,同时解释早期康复锻炼的重要性,帮助患者建立信心,家属陪伴左右。早期运动时,应遵循循序渐进的原则,患者运动过程中要注意观察体征变化,如果心率增加 ≤ 10 次/min,患者未出现不良反应,可适当增加运动量;如果心率增加达到20次/min,患者没有不良反应,可继续保持目前的运动。运动期间,一旦患者出现不适感,要立即停止^[6],并告知主治医师进行处理。

1.3 观察指标

对比分析两组的护理疗效、生活质量及护理满意度。

1.4 统计学方法

研究过程中产生的数据信息均使用SPSS21.0统计学软件进行处理。 $(\bar{x} \pm s)$ 表示计量资料, t 检验;($\%$)表示计数资料, χ^2 检验。 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理疗效

实验组的护理总有效率为97.78%,对照组的护理总有效率为82.22%,差异有统计学意义($P < 0.05$)。具体见表1。

2.2 生活质量

实验组的各维度生活质量评分高于对照组的各维度生活质量评分,差异有统计学意义($P < 0.05$)。具体见表2。

表1 比较两组的护理疗效(%)

组别	n	显效	有效	无效	总有效率
对照组	45	20 (44.44)	17 (37.78)	8 (17.78)	37 (82.22)
实验组	45	26 (57.78)	18 (40.00)	1 (2.22)	44 (97.78)
χ^2					6.378
P					<0.05

表2 比较两组的生活质量评分($\bar{x} \pm s$,分)

组别	n	生理功能	机体疼痛	社会功能	总体健康
对照组	45	78.29 \pm 3.58	73.64 \pm 3.35	74.32 \pm 3.27	74.25 \pm 3.33
实验组	45	84.63 \pm 5.39	84.73 \pm 5.28	83.76 \pm 5.24	85.22 \pm 5.38
t		6.143	5.273	6.236	7.296
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 护理满意度

实验组的护理满意度为 97.78% (44/45)，对照组的护理满意度为 84.44% (38/45)，差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。

3 讨论

在医院就诊的患者中，心血管疾病患者占据了较大的比重。这类疾病涵盖了众多种类，比如：心脏疾病、高血压症和冠心病等。其发病机制复杂，涉及众多因素，其中包括饮食习惯、居住环境以及遗传因素等^[7]。伴随着人们生活质量的显著提高，饮食习惯亦经历了重大转变，直接导致了老年群体中心血管疾病的发生率急剧攀升。如今，心脏血管类疾患已逐渐成为困扰老年群体的主要病种，严重损害了他们的身体和心理状态，甚至危及到生命健康。针对这部分老年患者，应根据患者的病情特征、症状表现和病情严重程度制定个性化的治疗措施，力求稳定病情，减轻病痛表现^[8]。同时，在治疗期间，对患者的护理也是至关重要的一环。传统的护理手段比较单一，并且缺少针对性，主要以病情本身的康复为主，忽略了患者在其他方面的需求，这使得护理的总体成效并不尽如人意。

在早期康复护理阶段，采取多元化的策略，使用细致入微的护理手段促进身体机能恢复，旨在提升患者的生活水平，使患者早日回归正常生活^[9]。针对老年心血管疾病患者的特殊性，早期康复护理包括健康教育，帮助患者深入了解自身疾病；在用药层面提供专业指导，确保患者遵循医嘱，科学用药；开展针对性的运动康复训练，如呼吸和关节活动练习，同时指导患者寻找最适宜的个人运动方案；在饮食上给予精心指导，帮助患者培养健康的饮食习惯，满足身体营养所需，加速身体康复；并通过有效的心理干预，协助患者减轻焦虑和抑郁情绪，培养积极向上的心态，增强战胜疾病的信念^[10]。根据患者的具体状况，全方位实施护理干预措施，有助于病情的好转。

在本次研究中，实验组的护理总有效率为 97.78%，对照组的护理总有效率为 82.22%；实验组的各维度生活质量评分，即：生理功能、机体疼痛、社会功能和总体健康高于对照组的各维度生活质量评分；实验组的护理满意度为 97.78% (44/45)，对照组的护理满意度为 84.44% (38/45)。对照组和实验组比较后，差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。

综上所述，老年心血管病患者的早期康复护理有助于提高护理效果和患者的生活质量，加快疾病康复进程。

参考文献

- [1] 魏华,唐春燕,张莹.早期康复护理对老年心血管疾病患者的疗效观察[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(20):98-98.
- [2] 安澜.早期康复护理对老年心血管病患者的疗效观察[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,20(10):270-271.
- [3] 罗梅.早期康复护理在老年心血管病护理中的应用效果[J].中西医结合心血管病电子杂志,2022,(23):113-116.
- [4] 程春琳.早期康复护理对老年心血管疾病患者的护理效果[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2022,(2):189-192.
- [5] 欧春仙.早期康复护理对老年心血管病患者的疗效分析[J].保健文汇,2023,(24):181-184.
- [6] 林莉,王晓玲.早期康复护理对促进老年心血管病患者预后改善所发挥的作用评价[J].黑龙江中医药,2023,(3):52-52.
- [7] 王桂燕,林黎井,黄巧清.早期康复护理联合健康教育对高血压脑出血患者干预效果的观察[J].心血管病防治知识:学术版,2023,13(18):45-47.
- [8] 黄市酬.早期康复护理联合健康教育对脑梗死患者的影响观察[J].中西医结合心血管病电子杂志,2022,(15):115-117.
- [9] 陈秋云.早期针对性运动康复护理用于慢性心力衰竭患者后对心功能及生活质量的影响价值分析[J].心血管病防治知识(学术版),2023,(33):13-13.
- [10] 谢琴琴.单元康复护理对心脏瓣膜置换术患者术后心理状态及生活质量的影响[J].心血管病防治知识:学术版,2023,13(11):70-73.

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

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



OPEN ACCESS