

冠心病心脏康复护理的研究进展

段晓霜

新疆维吾尔自治区中医医院 新疆乌鲁木齐

【摘要】冠心病属于当前临床最为常见的心血管类病症，在中老年群体中一直保持有较高的发生率，病症对患者健康所造成的影响较大。该部分患者治疗周期较长，为帮助患者受损功能可以尽快进行恢复，在治疗期间需做好心脏康复护理工作。本次研究就主要对冠心病患者心脏康复护理措施以及研究进展进行分析。

【关键词】冠心病；心脏康复护理

【收稿日期】2023 年 1 月 25 日

【出刊日期】2023 年 3 月 16 日

【DOI】10.12208/j.jacn.20230120

Research progress in cardiac rehabilitation nursing of coronary heart disease

Xiaoshuang Duan

Traditional Chinese Medicine Hospital of Xinjiang Uygur Autonomous Region Urumqi

【Abstract】 Coronary heart disease (CHD) is the most common cardiovascular disease in the current clinical practice. It has always maintained a high incidence in the middle-aged and elderly population, and the disease has a greater impact on the health of patients. The treatment cycle of this part of patients is long. In order to help patients recover their damaged functions as soon as possible, cardiac rehabilitation nursing should be done well during the treatment. This study mainly analyzed the cardiac rehabilitation nursing measures and research progress of patients with coronary heart disease.

【Keywords】 coronary heart disease; Cardiac rehabilitation nursing

心血管类病症为当前影响中老年群体健康最为主要的病症类型，存在有一定治疗难度，冠心病属于接诊量较高的类型。心脏在正常状态下，需要大量的氧气以及血液进行补给，冠心病患者心肌供血功能存在有不同程度受损的情况，在缺血缺氧症状的影响下，会导致患者心脏功能受到不同损伤，出现心绞痛、心律失常等方面症状，对患者健康以及日常生活所造成的负面影响较大^[1-2]。在临床治疗过程中，除了需要持续完善用药方案，稳定患者病情，帮助患者恢复，更需要及时开展有效的心脏康复护理工作，帮助患者心肌功能进行恢复。

1 对冠心病患者开展心脏康复护理的作用

冠心病的诱发因素较为复杂，与患者日常生活习惯、饮食等均存在有一定联系。冠心病患者治疗周期较长，患者恢复较为缓慢，在治疗过程中为帮助患者精力、社会适应能力以及体力、心功能得到恢复，更应当从心脏康复护理的层面出发，结合心理学、运动医学以及营养学等，为患者提供最为全面的康复护理支持，达到加快患者康复速度的目的。此外，临床在

对冠心病患者进行治疗的过程中，部分患者需要进行手术治疗，属于侵入性操作，患者在术后恢复过程中容易出现冠状动脉闭塞以及术后感染等症状，同样会影响到患者恢复^[3]。及时开展心脏康复护理可以为患者术后恢复提供有利条件，达到对各类并发症进行预防的目的，有助于加快患者恢复速度。

2 心脏康复护理措施

2.1 健康教育

结合实际可知，冠心病患者多数年龄较大，对自身病症特点缺乏较为全面的认知。护理人员在开展护理干预的过程中，更需要结合患者的认知水平及时开展健康教育工作，详细为患者讲解冠心病的诱发机制、治疗期间可能出现的并发症、临床治疗方案等，促使患者对自身病症的特点以及治疗方案存在有较为清晰的认识。可以通过一对一讲解或者为患者播放有关视频资料、发放有关书籍资料等多种形式开展，帮助患者进行了解^[4]。在开展健康教育过程中，针对患者存在的对应疑问，护理人员需详细为患者进行讲解。患者在院外恢复的过程中，护理人员可以借助微信、QQ 等

线上平台对患者进行健康教育,及时对患者推送关于冠心病的科普知识,促使患者了解在恢复过程中需要注意的各方面细节问题,加深患者对自身病症的认知。

2.2 心理干预

冠心病治疗周期较长,患者无法在极短时间内康复,患者出于对自身健康以及后续生活的担忧,多存在有不同程度负面心理,多表现为紧张、担忧、畏惧等。在进行护理过程中,护理人员则需要耐心 and 患者开展沟通,了解患者的心理状态,并积极引导患者将心理压力进行倾诉。护理人员需给与患者理解,并开展针对性引导,帮助患者负面心理得到改善^[5]。同时,可以指导患者家属、朋友等多与患者进行交流,促使患者可以体会到家人、朋友对其的关心等,帮助患者逐步建立康复的信心。并指导患者可以做一些自己所喜欢的事情,可以进行阅读、听音乐或者看视频等,达到对自身注意力进行转移的目的。可以指导患者在恢复过程,与部分恢复较好的患者进行交流,分享康复经验,同样可以达到对患者负面心理改善的目的。在患者病症稳定后,可以指导患者积极参与一些社会活动,在日常生活中树立积极、乐观的心态,避免患者将注意力过多集中在自身病症方面,导致其在恢复过程中存在有较大的心理压力。

2.3 用药护理

该部分患者用药周期较长,且不同患者在用药方案上均存在有差异,常用药物主要为 β 受体阻滞剂以及抗血小板类药物等。考虑到该部分患者年龄较大,在康复过程中,更需要指导患者保持科学的用药习惯。耐心为患者讲解严格按照医嘱进行用药的重要性,讲解各类药物的服用方式、服用剂量等^[6]。针对存在有认知功能障碍或者健忘症状患者,需指导家属协助做好用药监督工作,帮助患者在恢复过程中养成良好的用药习惯。并结合患者具体体质情况以及合并症等,分析患者在用药过程中可能出现的不良反应等,告知患者在用药期间严格按照规定剂量进行用药,不得出现随意增加或者减少药物剂量的情况。若出现不良反应则需要立即回医院进行诊断,评估出现不良反应的原因,并进行针对性处理,以免影响患者恢复。针对部分年龄较大或者出现记忆力降低的患者,在恢复过程中,则需要指导患者家属做好对应用药监督工作,确保患者可以准确按照医师的指示进行用药。合并存在有高血压、糖尿病等慢性疾病的患者,在用药的过程中,需要准确分析患者在用药前后血糖、血压水平的变化,分析药物是否对患者血流动力造成影响,以

便及时对用药方案进行调整,保障患者在治疗过程中用药的安全性。

2.4 饮食护理

在患者恢复过程中,需结合患者体质情况以及临床症状改善情况等做好患者恢复过程中的饮食指导工作。为患者制定科学的饮食方案,详细为患者讲解在康复过程中日常饮食需要注意的问题,避免对过于油腻、辛辣等刺激性食物摄入,对于盐分含量高的食物,同样需要对摄入量合理控制。对于存在有吸烟、饮酒习惯患者,需告知患者在恢复期间需要做到戒烟、戒酒^[7-8]。可以适当增加对水果、蔬菜以及低脂牛奶的摄入,日常饮食保持清淡,注重对维生素、蛋白质的补充,达到增强患者体质,提升患者免疫力的目的,有助于患者进行恢复。同时,在患者康复的过程中,护理人员需结合患者各方面体质的变化情况,针对患者饮食方案进行适当的调整,满足患者在不同恢复阶段对于营养物质的需求。对于存在有高血压、糖尿病等慢性疾病患者,在日常饮食过程中,更需要做好患者血糖以及血压水平变化的监测工作,避免因不合理饮食导致患者血糖、血压水平出现较大的波动,影响到患者正常恢复。指导患者在恢复过程中做到三餐按时,少食多餐,减少对胃肠道负担。对于存在有不合理饮食习惯的患者,护理人员需及时纠正。

2.5 疼痛干预

冠心病患者在恢复早期会存在有不同程度疼痛症状,护理人员需详细为患者讲解出现疼痛症状的原因等。患者病症严重程度以及自身体质方面的差异,对于疼痛症状的耐受程度同样不同。在开展日常护理过程中,护理人员需做好患者疼痛症状评估工作,了解患者疼痛发生的频率以及患者耐受情况^[9]。对于疼痛程度较轻患者,可以指导患者对注意力进行转移等方式,缓解疼痛症状。若患者在恢复早期疼痛症状较为严重,则需要及时告知医师合理使用对应药物进行治疗。

2.6 运动疗法

针对 I 期冠心病患者,在各方面症状稳定后则可以指导患者进行呼吸锻炼以及肢体肌力锻炼,达到加快患者恢复的目的。早期以被动活动为主,逐步过渡至主动活动。对于进行经皮冠状动脉介入治疗患者,需要避免穿刺侧进行运动。针对 II 期患者,则可以指导进行适当有氧运动,可以进行散步、慢跑等,达到促进机体代谢,加快恢复的目的。针对 III 期患者,则可以指导患者耐受程度适当增加每日运动锻炼时间,避免进行剧烈运动。在运动治疗的过程中,可以帮助

患者心脏供血功能迅速得到恢复,对于提升患者的日常生活能力等同样存在有极为重要的作用。可指导患者进行柔韧性训练,对上肢、颈部、下肢以及躯干等部位进行拉伸,在拉伸的过程中需确保患者存在有拉伸感但无疼痛症状,单次拉伸时间控制在 20s 左右,持续进行 10 分钟拉伸训练。同时,可指导患者在恢复期间进行平衡训练,可以结合患者自身恢复情况,对平衡训练方式进行选择,可以徒手进行训练或者辅助使用锻炼器械进行训练等。针对部分年龄较大且体质较弱患者,在进行运动训练的过程中需在家属等陪同下开展,以免患者在锻炼过程中出现突发情况。

2.7 延续护理

因患者恢复周期较长,在院外恢复过程中,同样需要做好对应的护理指导工作,帮助患者在院外恢复过程中保持良好的遵医行为以及生活习惯。在患者出院时,护理人员需准确登记患者、家属的联系方式,包括电话、微信等。以周为单位进行电话随访,了解患者院外恢复情况以及各方面症状改善情况,并询问患者是否存在有不适感等。评估进一步强调严格遵照医嘱进行用药的作用等,告知患者在恢复过程中若存在有不适感或者用药期间出现不良反应症状,则需要及时回医院进行检查^[10]。并以微信为基础,可以结合患者治疗进展,为患者推送有关冠心病的推文或者其他康复资料等,帮助患者对自身病症进行了解。在恢复过程中,患者存在的疑问,可以及时在微信中提出,护理人员可及时为其进行解答,帮助患者明确在院外恢复中需要注意的问题。

2.8 中医护理

针对存在有心绞痛症状患者,可以对神门、内关以及中脘、檀中等穴位进行按摩,可以达到促进血液循环,改善心功能的目的。并选用当归、红花等具备活血化瘀功效的药物对患者进行足浴治疗,达到促进血液循环的效果。若患者存在有寒凝血瘀,气虚血瘀症状,则可以按照艾灸的方法,灸内关,新吾,谭中,气海等穴位缓解心绞痛发作。

3 总结

冠心病在我国一直保持有较高的发生率,结合临床近几年有关报道可知,冠心病患者数量存在有明显增加的趋势。病症存在一定治疗难度,尚无特效治疗措施,且病症诱发因素较为复杂,患者在治疗期间的恢复情况不单单与临床治疗方案有关,更与患者的遵医行为以及日常生活习惯等存在有一定联系。将心脏

康复护理运用到该部分患者治疗的过程中逐步被临床所重视。从心理干预、运动疗法、用药指导以及中医护理、疼痛护理等多个维度开展针对性干预,可以间接达到帮助患者心功能进行恢复的目的,提升临床对该部分患者的治疗效果。并在延续护理干预的过程中,可以为患者在院外恢复期间提供对应护理指导,可以充分保障对冠心病患者护理的全面性。总之,在对冠心病患者进行治疗的过程中,可及时开展心脏康复护理,从护理干预的层面出发,达到帮助患者恢复的目的,降低病症对患者健康所造成的负面影响。

参考文献

- [1] 汤丽.冠心病病人心脏康复护理进展[J].循证护理,2022,8(17):2333-2336.
- [2] 刘艳琼,郭亚芬.重症冠心病患者心脏康复护理的研究进展[J].当代护士(下旬刊),2022,29(08):35-39.
- [3] 宫伟,于鲁欣,张炜秋.基于医院的延续护理在冠心病患者心脏康复中的应用研究进展[J].中国医药导报,2020,17(24):44-46.
- [4] 靳祥云,刘文伟,池萍,覃贤文.冠心病心脏康复护理的研究进展[J].中西医结合护理(中英文),2020,6(08):339-342.
- [5] 于培培.冠心病患者心脏康复护理研究进展[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(10):131.
- [6] 张淑娟,程海林.冠心病患者介入术后心脏康复延续性护理的研究进展[J].心理月刊,2020,15(08):239.
- [7] 魏甜,田蓓.冠心病患者心脏康复护理的研究进展[J].当代护士(下旬刊),2020,27(01):9-12.
- [8] 张洁,沈燕,姚洁.延伸护理在冠心病心脏康复中的应用及研究进展[J].护士进修杂志,2019,34(24):2260-2261.
- [9] 乔艳,宋佳欣.冠心病病人心脏康复护理的创新方法选择[J].首都食品与医药,2019,26(15):134.
- [10] 束嘉俊,刘贤亮,施雁.冠心病PCI术后患者心脏康复延续性护理的研究进展[J].中华现代护理杂志,2019(20):2628-2631.

版权声明: ©2023 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