

# 冠心病患者心理障碍双心护理的研究进展

苗红, 修光迪

山东省青岛市市北区人民医院 山东青岛

**【摘要】**现代医学认为, 疾病与精神心理因素存在密切联系, 两者之间相互影响, 互为因果。心血管疾病患者多数会并发心理障碍, 导致治疗后预后效果下降, 死亡率升高, 因此, 需要对上述患者进行有必要的护理干预措施。随着双心护理模式逐渐被临床认可, 故此, 本文中对双心护理模式在冠心病合并心理障碍患者的应用措施进行研究, 旨在探讨双心护理产生的积极影响, 对其作出展望。

**【关键词】**冠心病; 心理障碍; 双心护理; 进展; 研究

**【收稿日期】**2023年2月15日 **【出刊日期】**2023年4月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.202300085

## Research progress of double-heart nursing for patients with mental disorders of coronary heart disease

Hong Miao, Guangdi Xiu

Shibei District People's Hospital of Qingdao, Shandong, Qingdao

**【Abstract】** According to modern medicine, there is a close relationship between disease and mental and psychological factors, and the two affect each other and cause each other. Most patients with cardiovascular diseases will be complicated with psychological disorders, resulting in a decline in the prognosis and a rise in mortality after treatment. Therefore, it is necessary to take necessary nursing interventions for the above patients. As the dual-heart nursing model is gradually recognized by clinical practice, this paper studies the application measures of dual-heart nursing model in patients with coronary heart disease and psychological disorders, with the purpose of exploring the positive impact of dual-heart nursing and making prospects for it.

**【Key words】** Coronary heart disease; Mental disorders; Double heart care; progress; Research

心理、戒烟、饮食、运动、药物等是二级预防冠心病的重要措施。心理问题在社会快速发展以及人们压力的持续增加下日益严重, 心理障碍类似感染, 其存在一定的广泛性, 同时存在一定的进行性, 如果没有控制该病会加重病情, 极有可能威胁生命安全。“双心”重视的是在治疗期间既要对疾病治疗, 也要对精神心理状态加强重视, “双心护理”是指重视患者的整体护理的一种护理模式。现阶段, 医护人员已经渐渐认识和重视冠心病患者的“双心”护理, 已经在临床中实施“双心”解决相关问题, 现综述双心疾病患者护理管理的研究进展, 具体如下。

### 1 探析冠心病患者存在心理障碍的不利影响

#### 1.1 危害的途径

冠心病患者的心理和生理作用非常显著。同正常人群相比, 心血管疾病患者因为较高的医疗费用、不了解疾病相关知识、患者和家属缺少疾病康复信心等因素的影响下更易产生心理障碍。心理障碍不但会导致心血管疾病而且会使该病恶化, 对于急性冠脉综合

征患者来讲, 导致该病的主要因素则是焦虑和抑郁, 并且对于远期预后的影响也非常大, 此类患者会由于躯体症状而导致严重应激, 从而增加其焦虑抑郁障碍的发生概率, 对于急性冠脉综合征并发焦虑抑郁患者来讲, 经过就医随访、调脂、戒烟等措施会在一定程度上减轻患者的焦虑和抑郁情绪, 进而降低其生活质量, 显著增加急性心血管事件再次发生率、病死率。有研究指出<sup>[1]</sup>, 在一级、二级预防冠心病中需要重视心理因素, 进而将其生活质量显著提升。

#### 1.2 危害的表现

有调查指出<sup>[2]</sup>, 在全部心脏病患者中, 伴有一定程度心理疾病的患者高达 50%, 心理障碍不但会使患者的生活质量降低, 也会使其病情加重。研究表明<sup>[3]</sup>, 出现创伤后应激障碍以及焦虑和抑郁情绪, 不但会增加患者的病死率、发病率以及住院率, 而且患者住院过程出现了焦虑或者抑郁情绪会使发生并发症概率增加, 如恶性心律失常、复发性缺血等。有关研究指出<sup>[4]</sup>, 应该早诊断并且连续对心血管疾病患者的心理障

碍进行治疗。

## 2 对双心疾病患者评估的现状

“双心”疾病患者早期表现为躯体形式化问题,即冠心病相关不适症状与焦虑、抑郁症状重叠。目前,临床对于其评估主要是采用焦虑、抑郁自评量表

(SAS、SDS)、汉密尔顿焦虑、抑郁量表(HAMA、HAMD)进行心理障碍评估,而以上量表在心理障碍筛查中可以获得可靠的数据结果,但是针对双心护理评估还有待进一步研究和实践。相关研究认为,综合类医院的院内心血管疾病患者,与普通人群相比心理问题更多,可见心理障碍程度较轻,但焦虑、抑郁、躯体化症状较为常见,目前,心血管门诊患者筛查焦虑抑郁障碍的工具包括2条目广泛性焦虑问卷

(GAD-2)、7条目广泛性焦虑问卷(GAD-7)、2目患者健康问卷(PHQ-2)和9条目患者健康问卷(PHQ-9),针对中度焦虑和中度抑郁的识别GAD-7和PHQ-9的应用价值更高。相关研究也表示,加强双心患者的心理评估,对其情绪状态加强治疗,会降低重大不良心血管事件的发生风险。

## 3 双心模式对冠心病患者心理障碍的实施对策

在心血管疾病治疗中除了给予常规护理与生物性治疗意外,也需要实施心理干预,通过选择可靠、有效的焦虑抑郁障碍工具对病情进行评估,包括GAD-2、GAD-7、PHQ-2和PHQ-9。相关研究表明,加强对于急性冠脉综合征患者的心理状况评估,对其评估结果实施干预,可以降低重大不良心血管事件的发生风险,改善不良情绪。而被压就通过实施双心护理模式,能够积极调整期心理状态,在行为、语言上给予积极引导,可以纠正错误认知和改善不良行为,进一步保障治疗的有效率,提高预后效果,从而实现身心同治的目的。不良心理情绪会刺激大脑皮层,进而对注入心血管运动中枢的皮下中枢功能产生影响。有关研究指出<sup>[5]</sup>,精神障碍疾病、抑郁症等均会导致冠心病、心力衰竭的预后效果不佳。并且患者接受治疗的时间相对较长,以及冠心病具有高复发率的特点,因此容易促使患者产生不良情绪。有关研究指出<sup>[6]</sup>,冠心病患者在实施综合康复训练与心理干预后,情绪障碍综合评分降低约80%以上,心功能恢复显著,且整体治疗效果得到显著提升。

### 3.1 重视宣传疾病知识,同时实施疏通指导

由于大多数患者对疾病的知识了解不足,不能清除认识到自身疾病的具体情况,导致患者过于重视治疗情况,心理形成较大的负担,进而增加心绞痛的发

生几率。部分患者也存在轻视疾病的情况,容易导致疾病反复发作,加重病情进展。因此,在对患者进行疾病宣传过程中,需要按照循序渐进原则讲解相关知识内容,可以采用健康宣传手册、口头宣教等方式进行全面讲解,使患者了解引发疾病的主要因素、不同治疗方法以及各种临床症状等,提高疾病的认知也能够心理上接受可能出现各种疾病突发情况。详细告知患者不良心理因素对疾病治疗和预后产生的负面影响,帮助患者调节情绪问题,提升心理承受能力,积极配合维持稳定的心理状态,提高患者的配合度和积极性,从而顺利推进治疗工作和护理工作的进展。

### 3.2 建立健康的心理平衡机制。

心理障碍主要包括恐惧不安、担忧;焦虑、抑郁等,早期表现为躯体形式化问题,部分冠心病患者容易诱发心前区隐痛、心悸、呼吸困难等症状,通常在精神受到刺激或者过于劳累下而引发。诱发原因是机体自主神经平衡失调,造成心血管功能紊乱。因此心理状态对疾病会产生一定影响,心理情绪越严重则会直接导致病情加重,两者之间存在相互影响关系,病情加重下也会加重心理不良情绪。所以,需要加强其心理素质,能够面对疾病带来的变化,帮助患者树立自信心,能够更好的控制自身的不良情绪,放松心情。

### 3.3 情绪调整训练。

相关研究指出<sup>[7]</sup>,各种不良心理情绪均会对患者的疾病治疗、心理健康产生不同程度的影响。所以,患者接受情绪调整训练后,指导患者转变思想方向,纠正之前存在错误认知,培养其形成积极的心理状态,平复过激情绪,从而有利于自身心理和身体健康状况的改善。可以鼓励患者与他人交流,并指导其掌握放松训练、深呼吸训练,放松心情,减轻心理压力。舒缓的音乐也能够减轻疼痛程度,进而利于抑郁、紧张等情绪的疏解。可以为患者播放节奏舒缓、轻柔的音乐,调整不良情绪,增强其适应能力。在日常生活中也需要培养兴趣爱好,例如书法、绘画等,愉悦自身,进而缓解不良情绪带来的负面影响,从而有利于改善疾病的预后情况。

### 3.4 运动及生活饮食护理。

告知患者在当病情逐渐稳定后需要进行合理的锻炼,例如慢跑、太极、散步等;不能参与过于激烈的运动,避免受到刺激影响机体水平分泌,运动训练方式需要结合自身具体情况而制定,逐渐增加运动强度,利于恢复身体机能,提高疾病抵抗力,增强机体免疫力。此外,帮助患者缓解因受疾病影响而产生的焦虑、

紧张情绪,通过转移注意力方式调整心理状态,从而改善疾病的预后效果,提高生命质量。在患者饮食方面,需依据患者病情恢复情况,实施针对性饮食干预,尤其注意:不能过多的食用刺激性强的食物,对热量高、盐量高以及含油量高食物也需要禁止,特别是在患者机体恢复期间,护理人员需要叮嘱家属强化监督工作,帮助患者养成良好的饮食习惯,并戒烟、酒,进一步强化补充机体蛋白质,更多的食用纤维素含量大,食用新鲜水果、蔬菜,注意营养均衡摄入,以此显著提升患者机体免疫力,有助于患者得到足够营养摄入。

### 3.5 出院护理干预。

定期组织健康教育讲座、疾病座谈会等,积极邀请并鼓励患者参与,并由疾病已经康复的患者讲述自身的资料过程,通过患者之间沟通,能够彼此鼓励和支持,增加疾病治疗的信心。待患者出院以后,可以通过复查、电话随访、微信公众号等方式对患者情况进行了解,如疾病控制情况、心理状态、生命质量改善幅度等,增强患者管理疾病的信心,提高院外生存质量。结合对患者的了解,护理人员给予针对性的指导,能够进一步加快病情恢复速度。相关研究指出<sup>[8]</sup>,在治疗与预防冠心病之中,首要“防患于未然”,做好预防工作,其次,预防脑卒中、心肌梗死等不良事件;若患者突发脑卒中、心肌梗死应当及时进行营救,拨打120急救电话,尽快控制病情的发展;最后,患者处于病情稳定期间,需要避免不良事件复发,同时做好反复心肌梗死、心力衰竭的预防措施。

### 3.6 院外延续性康复训练护理

当患者出院之前,需要给予患者实施针对性的培训指导,在院外患者进行上下楼活动的时候,必须要注意安全,以此保障患者可以在家庭范围、家属看顾到的“圈子”内活动,且下楼运动的负荷量也不大,上楼运动负荷相对较大。由于患者术后处于恢复期,上楼期间需控制好活动,缓慢的上楼,一般上一个台阶便能够稍事休息,若是在上楼期间,患者并未有不良反应出现,则可以继续的运动,一但有呼吸急促情况,劳累状发生,则可以进行适当的休息。与此同时,应该对训练方案的落实情况加以分析、评估,详细内容需结合患者自身恢复情况展开,在进行运动活动的时候,其心率为小于10次每分钟时,方能够进入到下一个运动阶段之中,在运动过期间心率若是增加到20次每分钟的时候,需展开同一级别的运动强度,当

超过每分钟20次时候,应该逐步降低自身的运动强度,若是严重需要暂停运动,防止患者身体恢复进程受到影响。

## 4 结语

在临床治疗和预防冠心病中,加入心理治疗能够帮助患者勇于面对疾病,从而提升生活质量。目前,“双心”概念在临床应用逐渐被广泛应用,双心护理模式的有效实施使医护人员更加了解患者的心理诉求,重视心理治疗对疾病恢复的影响,可以为合并心理障碍的心血管病患者提供更为人性化、针对性的服务,做到尽早识别,早诊断、早治疗,全面改善心理、躯体疾病,对病情的恢复具有重要意义。

## 参考文献

- [1] 李宏,黄惠桥,潘琪妮,等.双心护理模式对冠心病支架植入术患者运动恐惧的改善效果研究[J].现代医药卫生,2022,38(8):1397-1401.
- [2] 吴伟,高鹏.双心护理模式对冠心病经皮冠状动脉介入治疗患者心理健康状况和护理满意度的影响观察[J].基层医学论坛,2022,26(3):87-89.
- [3] 张伟霞,林琳珑,林翠玲,等.双心护理联合亲情化护理对支气管哮喘合并冠心病患者心理健康及睡眠质量的影响分析[J].心血管病防治知识,2021,11(5):91-93.
- [4] 曹明明.图文教育方案结合双心护理对舌癌术后伴冠心病患者语言及吞咽功能、心血管不良事件发生率的影响分析[J].心血管病防治知识,2021,11(16):48-50.
- [5] 李小梅.双心护理措施对糖尿病患者行冠心病介入治疗中遵医行为与心血管不良事件的影响研究[J].糖尿病新世界,2021,24(21):159-162,167.
- [6] 翟冬梅,赵凤来,冯文静,等.双心护理结合遥测心电监测对门诊老年冠心病患者病情管理能力及生活质量的影响[J].数理医药学杂志,2020,33(10):1561-1563.
- [7] 李玉东.双心护理联合放松训练对老年冠心病介入治疗患者心理应激、睡眠质量和意外事件的影响[J].护士进修杂志,2019,34(2):102-106.
- [8] 付小霞.双心护理对冠心病PCI术后患者焦虑抑郁状态及血清Hs-CRP、IL-18水平的影响[J].国际护理学杂志,2019,38(16):2569-2572.

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。

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



OPEN ACCESS