

双心护理联合运动康复护理在慢性心力衰竭患者中的应用效果

周燕

上海中医药大学附属市中医医院 上海

【摘要】目的 分析双心护理+运动康复护理在慢性心力衰竭患者中的应用效果。**方法** 将我院收治的慢性心力衰竭患者作为案例，从中选出 80 例进行对比，按照不同护理措施分成对照组和观察组，前者 40 例采用的是常规护理，后者 40 例患者采用的是双心+运动康复护理措施，对比两组护理效果。**结果** 在护理效果中明显发现观察组的优势，同时在焦虑和抑郁情绪评估中，观察组评价结果低于对照组，比较有显著差异性 ($P < 0.05$)。**结论** 在双心护理和运动康复护理联合护理干预中，慢性心力衰竭患者可将心理负面情绪进行缓解，提高其生活质量，值得临床推广。

【关键词】 双心护理；运动康复护理；慢性心力衰竭

【收稿日期】 2024 年 1 月 15 日 **【出刊日期】** 2024 年 2 月 23 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240073

Effect of double-heart nursing combined with exercise rehabilitation nursing on patients with chronic heart failure

Yan Zhou

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

【Abstract】 Objective: to analyze the effect of dual-heart nursing plus exercise rehabilitation nursing in patients with chronic heart failure. **Methods:** 80 patients with chronic heart failure in our hospital were selected as cases and divided into control group and observation group according to different nursing measures, the latter 40 cases of patients with double-heart + exercise rehabilitation nursing measures, comparison of the two groups of nursing effects. **Results:** the superiority of the observation group was found in the nursing effect. The evaluation result of the Observation Group was lower than that of the control group in the evaluation of anxiety and depression ($P < 0.05$). **Conclusion:** in the nursing intervention of double-heart nursing and exercise rehabilitation nursing, the patients with chronic heart failure can relieve their negative mood and improve their quality of life.

【Keywords】 Double-heart nursing; sports rehabilitation nursing; chronic heart failure

慢性心力衰竭疾病主要是由于心肌梗死等心脏结构功能出现改变所导致，会牵连多个器官出现系统性障碍^[1]。心力衰竭通常与心肌病变、心脏负荷过重、心室前负荷不足等原因有关，属于进展性疾病，由于病因不能完全根治，患者一般难以康复。但通过积极有效的治疗，可以延缓疾病进展，提高生活质量，但若治疗不及时，可能会导致全身各器官损伤和坏死。临床针对该种疾病通常会使用药物进行治疗，以此抑制心功能出现恶化，对心脏进行重新构建。而研究发现，心力衰竭与心情有关系。因为所有的心因、心情因素都会影响人全身的情况，所以如果心情不好，病人就容易焦虑、烦躁等，这些都会引起病人心衰，也就是说心情不好容易引起心衰。慢性心力衰竭疾病并无根治方法，只能够依靠治

疗和护理方式延缓病情发展^[2]。研究分析得知，慢性心力衰竭患者会相应产生不同程度的负性情绪，在治疗中会对效果产生影响，所以加强情绪管理，可有效提升临床治疗效果^[3]。在此护理基础上添加运动康复护理，可改善心血管类疾病对于运动的耐力，增强身体素质，同时，促进临床治疗和护理工作的展开，提高临床治疗效果^[4]。基于此，本文通过对 80 例患者实施双心+运动康复护理干预，分析其应用效果，具体内容如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

在上海中医药大学附属市中医医院中以慢性心力衰竭患者作为实验对象，从 2022 年 3 月-2023 年 3 月一年间选出 80 例慢性心力衰竭患者进行对比，按照不

同的护理措施将患者分成两组, 每组 40 例, 对照组实施的是常规护理干预, 观察组则是采用双心+运动康复联合护理, 前者中男性 21 例, 女性 19 例, 年龄范围是 51-73 岁, 均龄 (62.03±5.37) 岁, 病程 1-5 年, 平均 (3.02±1.34) 年, 后者中男性共计 23 例, 女性共计 17 例, 年龄区间在 52-75 岁, 均龄 (63.51±5.48) 岁, 病程 2-7 年, 平均病程 (4.51±1.52) 年, 两组资料中并未出现差异性 ($P>0.05$), 可对比。

1.2 方法

常规护理(对照组): 本组中护理人员需向患者介绍慢性心力衰竭的发病机制和治疗方法, 并且在治疗期间告知患者相关注意事项, 随时监测患者生命体征, 避免出现异常现象, 在条件允许的情况下, 指导患者进行有氧运动, 同时开展健康教育。

双心+运动康复护理(观察组): 双心护理中, 主要是对患者心理护理进行加强, 与患者建立良好关系的同时, 向其发放用药指导手册, 告知患者正确用药方式以及相关不良反应, 耐心回答患者用药疑惑, 让患者主动表达自身不适感, 鼓励患者治疗, 帮助患者树立信心, 对其基本情况进行了解, 同时评估患者心理状态, 针对患者不同心理情绪实施护理干预, 让其保持乐观心态, 引导患者说出自身感受、想法, 排解患者情绪, 介绍相关病例, 加强患者治疗信心。

运动康复护理中, 可将患者按照 NYHA 进行分级, 根据不同级别制定适量运动计划, 例如将 II 级患者按照早间、晚间进行上楼梯运动, 在患者病情恢复较为理想的情况下, 评估患者病情, 按照不同等级对其实施针对性护理干预。可以进行运动类型: 一般在病情稳定的情况下, 心功能在 1、2 级的患者可以游泳, 人体胸腔在压力作用下, 会增强肺部功能, 对心力衰竭患者有帮

助, 可以在专业人士的指导下游泳, 避免快游; 骑自行车可以锻炼腿部肌肉, 使血液回流到心脏, 有助于增强心力衰竭患者心脏的泵血能力。但需要注意的是, 应适当骑自行车, 避免速度过快造成呼吸短促; 打太极拳时可以锻炼心肺功能, 在此期间需要全神贯注, 不能受外界干扰, 调整呼吸节奏, 放松心情; 康复期主要是进行有氧训练, 而且以患者不出现胸闷气短乏力为宜, 循序渐进, 平时的话可以进行慢走、散步过渡。

1.3 观察指标

对比两组患者护理效果, 通过 3 维度评价方式, 将患者护理效果分成显效、有效和无效, 显效评价标准是患者负性情绪评价结果正常, 心功能指标在正常范围之内, 有效则是患者心理情绪得到缓解, 心功能指标基本恢复正常, 无效是患者心理负性情绪评价数值偏高, 心功能并未好转。

对比两组患者心理情绪, 采用的是焦虑、抑郁量表进行统计, 根据数值评分分析护理效果, 分值越高患者心理负面情绪越加重。

1.4 统计学分析

本文所有资料和数据均采用 SPSS21.0 统计软件进行统计分析, 计量和计数资料分别是(均数±标准差)、t 检验和百分比(%)、 χ^2 检验, $P<0.05$ 视为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组患者护理效果

效果如表 1 所示, 观察组护理效果优于对照组, 比较有差异 ($P<0.05$)。

2.2 对比患者心状态变化

在心理负面情绪对比结果中, 观察组明显数值低于对照组, 比较有显著差异 ($P<0.05$), 详情见表 2。

表 1 两组患者护理效果对比 (n, %)

组别	例数	显效	有效	无效	总有效
观察组	40	33 (82.50)	6 (15.00)	1 (2.50)	39 (97.50)
对照组	40	29 (72.50)	4 (10.00)	7 (17.50)	33 (82.50)
χ^2 值					5.000
P 值					0.025

表 2 两组患者心状态变化对比 (分)

组别	例数	SDS	SAS
观察组	40	10.21±2.39	13.05±3.17
对照组	40	18.96±4.27	22.07±5.19
t 值		11.309	9.380
P 值		0.000	0.000

3 讨论

慢性心力衰竭在临床中有着极高的发病率和死亡率,并且预后效果相对较差,患者易发生负面情绪,对治疗失去信心,从而影响患者正常生活^[5]。患者会在疾病中受到长期折磨,忍受相应的痛苦,在缺少陪伴的情况下,产生负面情绪,并且该种负面情绪会诱发患者血压、心率等异常变化,从而增加患者心律失常风险^[6]。所以对患者实施治疗期间,同样应对其进行护理干预,减少患者心理和生理等影响,提高心肺功能的同时,减少心室重构现象,对患者实施联合护理(双心+运动康复护理)可平复患者心理变化^[7]。以患者自我情感进行介入,改善患者心理情绪,为其提供针对性护理服务,并通过专业的护理知识对疾病和心理进行同等干预,使得护理服务更加全面和具体^[8]。运动护理则是可在患者身体承受能力范围之内,制定针对性运动计划,让患者增强身体素质的同时,提高免疫力,联合护理干预措施,可有效提高患者身体和心理情况提高患者治疗积极性,从而保障护理措施的有效性,增加患者满意度的同时,提高护患关系^[9]。但对于慢性心衰患者应根据心力衰竭的严重程度来决定是否进行运动以及应该进行多少运动。如果是心力衰竭的急性发作期或病情不稳定,则患者应卧床休息,不要暂时运动,这样可以减轻心脏的负担,有利于心脏功能的恢复。一旦心脏功能得到改善,患者应逐渐增加运动量,以防止因卧床休息而引起的深静脉血栓形成。在联合护理中,让患者认识到疾病的危害性,积极参与治疗,建立治疗信心,调动患者治疗积极性的同时,让其认识疾病相关知识,提升自我管理效率^[10]。日常生活中应积极控制原发病,养成良好的生活习惯,预防心力衰竭的发生。

综上所述,对慢性心力衰竭患者实施联合护理,可减少心功能异常现象发展,提升运动耐受力,减少负面情绪的影响,将治疗效果进行提升,提高患者生活质量,延续患者寿命,所以该种联合护理值得临床进一步推广。

参考文献

[1] 符风莲,何钰涓.运动康复护理在慢性心力衰竭中的可行

性分析以及对心理状态、心功能的影响[J].心血管病防治知识,2023,13(11):77-79.

- [2] 张文敏,李锦娜.双心护理联合运动康复护理在慢性心力衰竭患者中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2023,8(10):149-152.
- [3] 曹媛,贾春燕,郝小英.合理情绪疗法结合基于代谢当量的运动康复护理对老年慢性心力衰竭患者心肺功能、健康行为及生活质量的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(05):153-155.
- [4] 张蒙蒙,李倩,丁宁.Orem 模式下的运动康复护理对慢性心力衰竭患者自我效能、运动功能及生活质量的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(03):108-110.
- [5] 李明楠.基于 Orem 自理模式的运动康复护理在慢性心力衰竭患者中的应用效果[J].中国民康医学,2022,34(02):86-88+92.
- [6] 于丽丹.运动康复护理对老年慢性心力衰竭患者心功能及生活质量的影响[J].中国医药指南,2021,19(24):129-130.
- [7] 马兰香.老年慢性心力衰竭治疗及康复期间实施运动康复护理对改善患者心功能的价值探讨[J].医学食疗与健康,2021,19(16):149-150.
- [8] 高伶俐,吴群英,谭小玲.个性化运动康复护理对慢性心力衰竭患者心功能及运动耐力的影响分析[J].心血管病防治知识,2021,11(22):82-84.
- [9] 陈海娅.运动康复护理联合健康宣教在老年慢性心力衰竭患者中的应用效果[J].中西医结合心血管病电子杂志,2021,9(11):109-111.
- [10] 李辉.运动康复护理对慢性心力衰竭患者心功能和生活质量的影响[J].中国医药指南,2021,19(03):174-175.

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