

冠心病患者的抑郁情绪及其护理干预的现状研究

任曼宇

内蒙古科技大学包头医学院 内蒙古包头 014000

摘要: 随着人们的饮食习惯,冠心病的发病率逐年增高,随之而来的各类生理和心理疾病的发病率也是居高不下,其中抑郁情绪对于冠心病患者的发病率有不良的影响,同时,患者一旦出现抑郁的表现对于疾病的治疗与恢复都会产生不良影响,甚至会加重病情。因此对于冠心病患者的抑郁情绪和护理干预方面进行了研究和分析,综述了冠心病患者的抑郁情绪及其护理干预措施,为后续相关研究提供了科学的参考。

关键词: 冠心病; 抑郁; 护理干预

随着社会经济的发展,人们的生活水平也在不断提升,但随之而来的是罹患各类心血管疾病的患者越来越多,其中冠心病是常见的一类疾病。心血管疾病,主要是冠心病和中风,不仅在发达国家,而且在欠发达地区都会导致高发病率和死亡率。据世界卫生组织报道,我国冠心病致死率已上升至全球死亡人数第二位。冠心病是由血管腔狭窄、闭塞、心肌缺血、缺氧或坏死引起的冠状动脉粥样硬化病变为特征的疾病。相关研究表明,在死于心血管疾病的人中,730万人是冠心病的受害者。由此可以看出,冠心病对于人们健康和生命安全的威胁是巨大的。同时,抑郁症在冠心病患者中很常见,而且越来越多的证据表明,抑郁症是冠心病的主要和次要危险因素。有令人信服的证据表明,抑郁症是冠心病发展和一旦确定冠心病预后恶化的独立风险因素。抑郁情绪给个人和社会带来了巨大的成本和负担,当与冠心病合并时,会进一步恶化这些合并症的医疗、心理和社会后果。有大量证据表明,与非抑郁症患者相比,患有严重或轻微抑郁症的心脏病患者的发病率和死亡率更高。在Barth等人3的一项荟萃分析中,有冠心病病史的抑郁症患者在抑郁症评估后2年内死亡的可能性几乎是非抑郁症患者的2倍。van Melle及其同事10同时发表的第二项荟萃分析,包括来自22项研究的6367名冠心病患者,也发现冠心病后抑郁与心脏或全因死亡率增加2至2.5倍有关。由此可见,研究冠心病患者抑郁情绪及其护理干预措施是非常必要的。

1 冠心病患者抑郁情绪的研究现状

抑郁情绪在许多疾病中都会发生,在冠心病患者中具有较高的发病率。根据相关研究数据显示,大约40%的冠

心病患者同时患有抑郁症。国内多项研究均指出,冠心病患者普遍存在不同程度的焦虑和抑郁情绪。与普通人群相比,冠心病患者中抑郁症的患病率几乎是ICU患者的2倍,是普通人群的3到4倍。这些数据凸显了冠心病患者在心理健康方面面临的严峻挑战,强调了对心理健康问题的重视和关注的重要性。而抑郁症在冠心病患者中很常见,是这些患者心脏病发病率和死亡率的危险因素。在患有慢性冠心病的患者中,抑郁症也会导致心脏功能状况恶化,胸痛更频繁、更严重,身体限制更大,治疗满意度更低,生活质量更低。对药物治疗的不依从性在抑郁症心脏病患者中也更为普遍。这一现象的出现可能与抑郁症与冠心病预后相关性的生物学机制包括血小板反应性、炎症、自主神经失衡、睡眠结构紊乱、昼夜节律紊乱、合成代谢/分解代谢激素失衡以及许多其他因素相关。也有其他研究表明抑郁症和冠心病是高度共病,脑源性神经营养因子在心血管过程中起着重要作用,而抑郁症患者通常表现出脑源性神经营养因子浓度下降。

当然,冠心病患者抑郁情绪高发受多方面因素影响。研究指出,女性冠心病患者抑郁症发病率较男性更高,可能与女性天生的多愁善感以及激素水平的波动有关。这种性别差异可能在心理和生理层面交织,为抑郁情绪的高发提供了复杂的背景。在国外的一项研究中,抑郁症女性的代谢综合征发病率更高,尤其是甘油三酯水平更高、腰围更大的女性。一些研究表明在年龄、婚姻状况、家庭经济水平、合并症、家庭支持和个性及行为上也会对冠心病患者的抑郁情绪有影响^[1]。Murphy等认为年龄小于55岁为冠心病发生后6-12个月抑郁的最重要风险因素。Wang等研究发现,年龄>60

岁与较高的基线抑郁发生率相关。而受教育程度低的患者更容易出现抑郁情绪,这可能与受教育程度高的患者对于疾病预防和康复知识的了解和运用更加透彻有关。而冠心病患者中,未婚患者抑郁情绪高于已婚者,丧偶患者的抑郁情绪高于非丧偶患者,这可能与丧偶患者缺乏配偶的支持和照料,社会支持度不高有关。可以说,能够导致冠心病患者出现抑郁情绪的因素是多样的。

2 冠心病患者抑郁情绪护理干预的研究现状

冠心病患者在面临疾病的压力和生活变化时,往往容易出现抑郁情绪。抑郁不仅会影响患者的生活质量,还可能导致患者对治疗的不配合,加重疾病的严重程度和预后。因此,对冠心病患者进行抑郁情绪的护理干预显得尤为重要。心理干预可以通过多种方式实施,包括心理护理、中医护理、系统性护理以及其他的护理干预等。通过这些护理干预措施,冠心病患者可以更好地管理抑郁情绪,提高心理健康水平,促进康复与健康。同时,医护人员也应该关注患者的心理健康状况,及时发现并介入处理抑郁情绪,全面关心患者的身心健康,为他们提供更全面的护理服务。具体的护理方法包括以下几点。

2.1 心理护理

心理护理作为护理人员在临床护理中常用的一项护理措施,在临床护理中占有很大的比重,很多疾病,例如:精神类疾病、心血管疾病和肿瘤疾病患者都有重要的作用。通过心理护理,护士与患者之间积极沟通,提供多样化的心理支持,有助于减轻患者的心理负担,增进神经功能的改善,从而推动患者康复进程,提高其生活质量和自理能力。护理人员心理护理对于改善冠心病患者的不良心理状态,提升睡眠质量和生活质量有着积极的影响,同时对提升患者的护理满意度也有一定的影响,值得临床推广应用。蔡红梅的研究表明,对老年冠心病心绞痛患者采用双心护理模式能够显著改善患者的心理状态,包括减轻焦虑和抑郁情绪,提高生活质量,并在降低心绞痛发作频率方面取得良好的护理效果。此外,该护理方式还能提高患者对护理的满意度。李婷婷^[2]的研究发现针对女性冠心病患者并发焦虑抑郁的情绪时,针对性心理护理有很好的缓解效果,同时也可以提升护理满意度。逐步实施心理干预措施对于患有冠心病且具有抑郁症状的D型人格患者来说,有助于减轻消极情绪、降低D型人格症状评分、提高生活质量,并对改善预后具有重要的临床意义。

2.2 中医护理

中医药是我国医学科学的特色,对于促进患者的身体健康有重要的作用。而中医护理是在中医理论指导下进行的护理工作。传统上,中医治疗强调个体化医疗,因此医生和护士的职责常常交叉,没有专门的护理人员。中医强调人体与自然的密切关系,将人体视为一个有机整体,各组成部分在结构上不可分割,在功能上相互协调,在病理上相互影响。同时,中医也认识到人体与自然环境密切相关,人体的生理和病理受自然界影响,人类通过改造自然来维持机体正常生命活动。这种内外环境的统一性和整体性思想贯穿于生理、病理、辩证和护理等各个方面。因此中医护理也是秉持着以病人为主体,不仅在生理上对患者的健康起到促进作用,同时对患者的心理也要进行护理。临床护理中常见到的中医护理措施有穴位按摩、中药熏洗、耳穴埋豆、中医情志护理等多种措施,对于眩晕患者、恶性肿瘤晚期患者缓解癌痛、负性情绪、系统性红斑狼疮、更年期高血压等患者均有积极的作用。对于住院冠心病患者来说,从中医的角度来进行情志护理,借助对疾病病因病机的分析,辨证施治,科学的情志干预可使患者的不良情绪显著改善,提升患者的遵医行为和生活质量。钟凤艳学者^[3]的研究发现中医护理对冠心病患者的发病次数、持续时间、情绪状态等都有一定的影响,同时提升患者的护理满意度,具有一定的临床推广和应用价值。郑怀英的研究^[4]发现在冠心病患者的临床护理中应用中医护理可改善患者的负面情绪,改善患者的睡眠状况与生活质量,临床应用效果显著。

2.3 音乐疗法

音乐治疗有着悠久的历史,第一次有记录的音乐治疗是由一群音乐家在病人的病房里表演;据医院工作人员所说,其益处包括减轻疼痛和“镇静和刺激效果”。根据美国音乐治疗协会的阐释,音乐治疗是通过合格专业人士在治疗关系中运用音乐干预,实现个体化目标的一种临床和循证实践。这一治疗形式在批准的音乐治疗项目中得以实施,通过音乐的力量促进身心健康。音乐治疗有多种形式,可分为主动参与(演奏乐器/唱歌)或被动参与(聆听)。这种疗法可以在家里或在老年护理院进行,可以是一对一的,也可以是小组的。许多研究表明音乐疗法对痴呆患者、抑郁症和焦虑症等情况的改善有积极的影响。有轻微负面情绪的患者经常以幽默的方式交流,并使用舒缓的音乐来减轻他们的注意力。一

些研究表明音乐疗法对于脑卒中患者的负性情绪改善有很大的影响,对于提升患者的生活质量也有一定的作用。其他研究也表明运动康复训练联合音乐疗法对于冠心病患者的抑郁情绪有积极的影响。

2.4 系统性护理

系统性护理,一般包括心理、认知、行为三面护理干预,心理方面要求护理人员要耐心对待患者,认真听取患者的要求和意见,积极帮助其疏导不良情绪;认知方面给患者分享成功病例,促进患者对疾病的认知,推进患教工作;行为方面对冠心病患者进行术前、术后、日常的训练工作,督促其养成良好的生活习惯,督促其适当的锻炼,提高免疫力。张瑾的研究^[5]发现对冠心病患者,实施系统性护理服务效果显著,可提高满意度的同时改善患者生活质量。张慧的研究^[6]指出,在冠心病患者合并脑梗死的介入治疗中,系统性护理可提高患者的自我效能感和护理满意度,并减少并发症的发生。这一发现具有重要的推广意义,表明采用系统性护理在冠心病患者护理中具有显著的优势。在临床实践中,采用系统性护理对不同类型的疾病患者进行护理,可以有效提升护理效果和患者的满意度。特别是针对不稳定型心绞痛患者,实施系统性护理措施可以改善其心理状况,减少心绞痛的发作次数,从而提高临床治疗效果和护理满意度。这些发现强调了系统性护理在临床实践中的重要性,值得广泛推广和应用。系统性护理干预可降低冠心病患者的疾病不确定感并提高其对治疗疾病的积极应对,降低其消极应对,改善其焦虑、抑郁等情绪。对中青年冠心病心绞痛患者实施系统性护理干预能够增强其对健康教育内容掌握的掌握程度,加强防病意识和纠正不良行为等,有效减轻了患者的心理压力,缓解了紧张情绪,稳定病情,提高治疗的有效率。冠心病患者治疗期间接受以生物-心理-社会为基础的系统性护理模式干预,可有效提高其依从性,改善负性情绪带来的影响,提高生活质量。

2.5 其他护理干预

燕晓楠等学者的研究发现冠心病伴有抑郁情绪的患者采用优质护理干预能够有效改善其负性情绪,促进疾病的恢复,提升生活质量。张晨^[7]的研究发现冠心病介入术患者应用系统护理,可提高疾病自我认知水平,改善心理状态,提高生命质量,降低术后并发症发生率。延续护理干预不仅对冠心病患者的康复产生积极影响,而且能够有效减轻患者的负面情绪,从而显著提升他们的生活质量,提高护理人员

的护理质量有非常重要的作用。对于更年期的女性冠心病患者的焦虑、抑郁等负性情绪来说,程序化护理干预实施一对一的护理干预方式,为患者提供全面的护理支持。通过实施这样的干预措施,可以显著减轻患者的抑郁和焦虑情绪,提高他们对护理服务的满意度,同时也对其生活质量产生积极影响。此外,基于 MEWS 的分级护理干预不仅能够改善老年冠心病患者的不良情绪,还有助于提升他们的健康行为和um生活质量,从而促进病情康复。这种个性化、分级的护理干预为冠心病患者提供了更全面、更有效的护理支持,有助于改善他们的心理健康状况并提高生活质量。

3 结语

冠心病作为现代社会高发的一类心血管疾病,对于人们的健康和生命都有一定的威胁,现有的护理措施包括心理护理、中医护理、音乐疗法、系统性护理以及其他护理措施对于冠心病患者的抑郁情绪有非常明显的作用,能够对患者的生活质量起到积极的作用。虽然对于冠心病患者抑郁情绪的护理干预的研究已经在不断深入,但是对于心理健康恢复的关注度仍然较低,所以对于冠心病患者抑郁情绪的研究仍然可以作为未来的研究方向。

参考文献

- [1] 李园. 冠心病患者焦虑抑郁情绪及影响因素分析 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020,8(04):24.
- [2] 李婷婷. 针对性心理护理在女性冠心病患者并发焦虑抑郁情绪中的应用效果 [J]. 妇儿健康导刊, 2022,1(2):122-124.
- [3] 钟凤艳. 中医护理在冠心病心绞痛患者中的应用效果 [J]. 光明中医, 2021,36(12):2064-2066.
- [4] 郑怀英, 宗训霞, 李曼曼, 等. 中医护理对冠心病患者的影响研究 [J]. 心理月刊, 2022,17(01):192-194.
- [5] 张瑾. 冠心病患者系统性护理服务的应用与护理效果 [J]. 心血管外科杂志 (电子版), 2019,8(04):173.
- [6] 张慧, 汪慧奇. 系统性护理对脑梗死合并冠心病患者介入治疗的临床疗效分析 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2022,10(15):39-42.
- [7] 张晨. 系统护理干预在冠心病介入术患者护理中的应用效果分析 [J]. 中国社区医师, 2023,39(33):110-112.

作者简介:任曼宇(1994-),女,汉族,内蒙古自治区呼和浩特市托克托县人,研究生,助教,内蒙古科技大学包头医学院,研究方向:临床护理。