

预前护理对减少冠心病心绞痛的发作和改善生活质量的效果研究

尹卉

(井冈山大学附属医院心血管内科)

【摘要】目的：研究冠心病心绞痛的护理，着重分析预前护理作用。方法：选择对象共计86例，均确诊冠心病心绞痛，入院时间2023年5月到2023年12月，基于护理方式分组，有2组，43例所用方案是常规护理，称作对照组；43例所用方案是预前护理，称作观察组。结果：观察组心血管不良事件发生率小于对照组 ($P < 0.05$)；干预后，观察组LVEDD低于对照组 ($P < 0.05$)，观察组LVEDV、LEVF高于对照组 ($P < 0.05$)；干预后，观察组生活质量评分高于对照组 ($P < 0.05$)。结论：冠心病心绞痛患者实施预前护理，可减少心血管不良事件发生率，可改善心功能和生活质量，应用价值显著。

【关键词】冠心病心绞痛；预前护理；心血管不良事件；心功能；生活质量

【中图分类号】R473.5 **【文献标志码】**A

Study on the effect of prognosis care on reducing the onset of angina and improving the quality of life

Yin Hui

The Department of Cardiovascular Medicine, Jinggangshan University Affiliated Hospital

[Abstract] Objective: To study the nursing of angina pectoris and focus on the role of prognosis care. Methods: A total of 86 cases were selected, all of which were diagnosed with coronary angina pectoris. Admission time from May 2023 to December 2023, based on nursing mode, 43 cases were routine care, called control group; 43 cases were advance care, called observation group. Results: The incidence of cardiovascular adverse events in the observation group was less than the control group ($P < 0.05$); after intervention, the observation group was lower than the control group ($P < 0.05$), LVEDV and LEVF were higher than the control group ($P < 0.05$); after intervention, the quality of life score in the observation group was higher than the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Precare for patients with coronary heart disease can reduce the incidence of cardiovascular adverse events, improve cardiac function and quality of life, with significant application value.

[Key words] coronary heart disease angina pectoris; prognosis care; cardiovascular adverse events; cardiac function; quality of life

冠心病是常见、多发、慢性疾病，全称冠状动脉粥样硬化性心脏病，多因冠脉粥样硬化诱发冠脉狭窄闭塞，导致心肌组织缺血缺氧、坏死，最终形成疾病^[1]。心绞痛是由于心肌缺血引起，主要是由于心肌供氧、耗氧不平衡导致，而劳累、情绪激动、运动、寒冷等因素会刺激心肌，导致心肌耗氧量升高，诱发心绞痛发作，因此需要采取预见性的干预措施，减少心绞痛发作，从而改善患者的预后情况^[2]。预前护理是基于这一理念提出的护理方法，针对心绞痛发作诱因，实施相应的护理干预措施，可以帮助患者控制心绞痛发作，改善患者的生活质量^[3]。为有效控制冠心病心绞痛病情，提升临床疗效，改善预后情况，需做好临床护理，发挥护理的辅助治疗作用。文章选择冠心病心绞痛为疾病，对预前护理展开分析，相关内容见下。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

对冠心病心绞痛的临床护理展开研究，参与者共计 86 例，参与时间 2023 年 5 月到 2023 年 12 月，参与组别是对照、观察两组，各有病例数 43 例。对照组：对男、女两种性别例数完成统计，26 例与 17 例；对小、大、均值三项年龄数值完成统计，44 岁、77 岁与 (60.79 ± 5.46) 岁；对轻、重、均值三项体重数值完成统计，42kg、88kg 与 (65.35 ± 4.34) kg；对短、长、均值三项病程数值完成统计，0.5 年、6.5 年与 (3.68 ± 0.64) 年；对 I 级、II 级两种心功能分级例数完成统计，22 例与 21 例。观察组：对男、女两种性别例数完成统计，25 例与 18 例；对小、大、均值三项年龄数值完成统计，44 岁、76 岁与 (60.42 ± 5.43) 岁；对轻、重、均值三项体重数值完成统计，42kg、89kg 与 (65.80 ± 4.37) kg；对短、长、均值三项病程数值完成统计，0.5 年、7.0 年与 (3.89 ± 0.67) 年；对 I 级、II 级两种心功能分级例数完成统计，24 例与 19 例。

1.2 方法

对照组实施常规护理：辅助检查，评估病情，监测体征，

指导用药, 指导饮食, 嘱咐复查等。

观察组实施预前护理: ①积极控制原发疾病: 对于存在高血压、高胆固醇血症、糖尿病的患者, 需要积极治疗原发疾病, 从而预防冠心病的发生。高血压患者需要重视血压控制, 合理服用降压药物, 避免疾病进展。高胆固醇血症患者则可以加强饮食管理, 通过降脂药物控制血脂水平, 改善病情状况。糖尿病患者需要做好饮食、运动、用药管理, 维持血糖水平正常, 从而降低冠心病的发生风险。总体来说, 存在慢性病的患者需要做好健康管理, 预防疾病进展。②合理控制体重: 超重肥胖是引起冠心病的危险因素, 因此我们在日常生活中需要重视体重管理, 维持体重在正常范围内, 定期进行健康体检, 观察身体脂肪率的变化。适当运动有助于控制体重, 改善血压、血糖水平, 还有助于减轻心理压力, 降低冠心病的发生风险。因此我们可以适当进行运动锻炼, 从而预防冠心病的发生。目前运动方式可以分为有氧运动和无氧运动, 其中有氧运动在减重方面的效果更好, 且运动强度相对要更低, 更加适合想要减重的人群。老年人群可以进行低强度的有氧运动, 例如慢跑、太极拳、八段锦等运动; 青中年人群则可以进行中高强度的有氧运动, 例如竞速游泳、椭圆机、网球、足球等运动。③戒烟: 吸烟对于身体健康有着较大的危害, 烟雾中含有大量的化学物质例如尼古丁、一氧化碳、焦油等物质, 会增加冠脉粥样硬化风险, 并且还可增加肺部疾病的发生率。因此提倡吸烟人群应该尽早戒烟, 不但可以保护心脏健康, 还有助于节省购买烟草的费用, 因此也被纳入心血管疾病一级预防措施。④健康饮食: 饮食与冠心病心绞痛的发生有较高的相关性, 高脂食物、高糖食物、高胆固醇食物会加速冠状动脉粥样硬化, 因此我们饮食中最好要避开这些食物, 比较常见的有蛋糕、饼干、牛

油、猪油、五花肉、动物内脏等食物。日常生活中最好保持低盐低脂低糖饮食, 多吃杂粮, 例如玉米、豆类、燕麦等食物, 还可以多吃含有镁、铬、锌、钙、硒元素的食物, 例如桂圆、枸杞、牛肉、干酪、红糖、鸡蛋、牛奶、虾皮等食物。⑤保持心情平稳: 心理因素与冠心病的发生也有较高的相关性, 因此我们在日常生活中应该注意控制心情平稳。养成良好的生活习惯, 早睡早起, 少熬夜。可以培养一些业余爱好, 比如说书法、画画、钓鱼等, 有助于转移注意力, 保持心情平稳, 从而降低冠心病的发生率。

1.3 观察指标

(1) 心血管不良事件, 共计四项, ①心绞痛发作、②靶血管血运重建、③非致死性心肌梗死、④心力衰竭。(2) 心功能指标, 共计三项, 均通过心脏彩超获取, ①左室舒张末期期内径 (LVEDD)、②左心室舒张末期容积 (LVEDV)、③左室射血分数 (LEVF)。(3) 生活质量, 以世界卫生组织生命质量测定量表简表 (wH000L—BREF)^[4]为方案, 维度有4个, 是①生理、②心理、③环境领域、④社会关系, 均是百分制, 越高越好。

1.4 统计学方法

统计学处理 所用软件是 SPSS13.0, 在比值 $p < 0.05$ 时, 则是有统计学意义。

2. 结果

2.1 两组心血管不良事件

观察组 4.65%、对照组 20.93%, 有差异 ($P < 0.05$)。见 (表一)。

表1 两组心血管不良事件 (n=43例, n/%)

组别	心绞痛发作	靶血管血运重建	非致死性心肌梗死	心力衰竭	心血管不良事件发生率
观察组	1	1	0	0	4.65
对照组	4	2	2	1	20.93
X ² 值	-	-	-	-	4.872
P 值	-	-	-	-	0.001

2.2 两组心功能指标

LEVF 高、对照组低, 有差异 ($P < 0.05$)。见 (表二)。

干预后, 观察组 LVEDD 低、对照组高, 观察组 LVEDV、

表2 两组心功能指标 (n=43例, $\bar{x} \pm s$)

组别	LVEDD (mm)		LVEDV (ml)		LEVF (%)	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	64.87 ± 4.66	52.88 ± 4.05 ^a	60.23 ± 3.24	69.99 ± 2.87 ^a	35.12 ± 2.33	46.03 ± 2.87 ^a
对照组	64.39 ± 4.62	57.94 ± 4.23 ^a	60.65 ± 3.27	65.78 ± 2.81 ^a	35.40 ± 2.37	42.00 ± 2.79 ^a
t 值	0.886	4.213	0.853	4.008	0.827	3.982
P 值	0.231	0.001	0.238	0.001	0.246	0.001

注: 与同组比较, ^a $P < 0.05$ 。

干预后, 观察组生活质量高、对照组低, 有差异 ($P < 0.05$)。见 (表三)。

2.3 两组生活质量评分

表3 两组生活质量评分 (n=43例, $\bar{x} \pm s$, 分)

组别	生理		心理		环境领域		社会关系	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	56.32 ± 5.47	80.54 ± 5.66 ^a	58.92 ± 5.54	84.35 ± 5.68 ^a	55.01 ± 5.34	81.65 ± 5.67 ^a	56.21 ± 5.21	83.24 ± 5.78 ^a
对照组	56.98 ± 5.52	73.21 ± 5.47 ^a	58.24 ± 5.51	78.02 ± 5.63 ^a	55.68 ± 5.39	74.45 ± 5.62 ^a	56.78 ± 5.25	76.54 ± 5.71 ^a
t 值	0.895	5.434	0.854	5.782	0.832	5.674	0.804	5.783
P 值	0.224	0.001	0.235	0.001	0.243	0.001	0.251	0.001

注: 与同组比较, ^aP < 0.05。

3. 讨论

冠心病心绞痛的护理一直都是临床重点研究内容,也是困扰各大医疗机构的主要问题。以往实施常规护理,可辅助完成治疗,保障患者住院治疗期间的生命质量,但在解决患者不良情绪、满足患者个体需求方面,效果并不理想。故,临床积极寻找更理想的护理方案。预前护理是一种全新的护理模式,又被称作朝前护理,是一种新型护理观点,指护士在患者入院后对患者病情展开全面、综合分析,基于危险因素寻找对症解决措施,从而降低患者的疾病发作率、并发症发生率与疾病复发率,提升临床效果并改善预后情况^[5-6]。该类护理临床应用期间需完成整体护理评估、护理风险识别、护理活动干预^[7]。该护理要求提前了解疾病可能出现的问题,从被动处理变成主动预防,预见性判断患者疾病变化与相关问题,预见性实施护理干预,充分挖掘护士主观能动性,充分发挥医护协作优势,提高医护配合效果,有效治疗疾病的

同时,降低并发症发生率,提前准备抢救,应对患者各项问题,保障患者生命安全。Silander对晚期头颈部肿瘤病人实施预见性肠内营养支持,结果表明,实施预见性肠内营养支持可降低颈部肿瘤病人营养不良发生率^[8]。Williams研究表明,对前列腺癌病人进行预见性干预,可以有效改善前列腺癌病人的生存质量^[9]。Hale对痴呆病人进行了一项调查,研究表明,指导病人及家属早期发现痴呆病人的征象,并进行治疗,能够提高痴呆病人的生存质量^[10]。在我国预前护理也广泛应用于临床各种疾病中,取得了满意的效果,李晓菲对老年女性髌骨骨折手术病人实施预前护理,发现预前护理可降低下肢深静脉血栓的发生率^[11]。瓮杰慧对动脉瘤围手术期患者进行预前护理干预,结果表明预前护理能够有效降低动脉瘤再次出血率^[12]。

本研究通过预前护理方法为冠心病心绞痛患者提供护理干预,达到预期目标,心绞痛发作率降低,心衰等并发症减少,生活质量明显改善,同时在节省医疗资源,降低患者及政府卫生资源负担等方面也有重要意义,值得推广。

参考文献:

- [1]付雪梅,罗晓辉,杨鑫坤. 预见性护理对老年冠心病心绞痛患者的应用效果及 SAS、SDS 评分影响评价[J]. 生命科学仪器, 2022, 20 (z1): 419-420.
- [2]孙慧慧,司西芳,高玉洁. 冥想放松训练结合基于循证理论的预见性护理在冠心病心绞痛患者中的应用分析[J]. 四川解剖学杂志, 2022, 30 (4): 173-175.
- [3]BUGIARDINI, RAFFAELE, YOON, JINSUNG, KEDEV, SASKO, et al. Prior Beta-Blocker Therapy for Hypertension and Sex-Based Differences in Heart Failure Among Patients With Incident Coronary Heart Disease[J]. Hypertension: An Official Journal of the American Heart Association, 2020, 76 (3): 819-826.
- [4]杨慧,刘乃精. 预见性护理在冠心病心绞痛中的应用效果及对患者心绞痛症状、心电图、血脂的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2022, 7 (11): 171-173.
- [5]陈雯,郑立娟. 41例不稳定型心绞痛应用预见性护理干预的效果分析[J]. 中国农村卫生, 2021, 13 (4): 62, 60.
- [6]陈文虹,唐林娟,徐爱金,等. 预防血液透析患者医院感染预前护理的应用效果分析[J]. 中华医院感染学杂志, 2016, 26(12): 2869-2871.
- [7]冯晓兰,邹叶芳,陈利勤,等. 预前护理在透析合并髓部骨折患者中的应用[J]. 江苏医药, 2014, 40 (13): 1611-1612.
- [8]Garbuzenko D V. Current approaches to the management of patients with livercirrhosis who have acute esophageal variceal bleeding[J]. Curr Med Res Opin, 2016, 32 (3): 467-475.

基金项目: 江西省吉安市 2023 年指导性科技计划项目 (?)

作者简介: 尹卉,女,本科,主管护师,研究方向: 心血管护理。