

# 应用健康教育、心理疏导联合护理冠心病伴焦虑抑郁患者对其心理状态的影响分析

刘双晨<sup>1</sup> 朱晓俊<sup>2</sup> 通讯作者

(1 湖北医药学院附属襄阳市第一人民医院 心血管内科; 2 湖北医药学院附属襄阳市第一人民医院)

**【摘要】**目的: 分析应用健康教育、心理疏导联合护理冠心病伴焦虑抑郁患者对其心理状态的影响。方法: 选择100例冠心病伴焦虑抑郁, 进行回顾性研究分析, 2023年1月-2023年10月入院, 50例对照组配合完成常规护理, 50例观察组配合完成健康教育、心理疏导联合护理。结果: 观察组焦虑抑郁评分、生活质量评分、护理依从性均比对照组更优( $P < 0.05$ )。结论: 健康教育、心理疏导联合护理可提高冠心病伴焦虑抑郁患者的护理满意度、依从性以及生活质量, 值得推广。

**【关键词】**冠心病; 常规护理; 健康教育; 心理疏导; 护理依从性; 生活质量

The influence of patients with anxiety and depression by using health education and psychological counseling

Liu Shuangchen, 1 Zhu Xiaojun, 2 corresponding author

1. Department of Cardiovascular Medicine, Xiangyang First People's Hospital affiliated to Hubei University of Medicine

2 Xiangyang First People's Hospital affiliated to Hubei University of Medicine

**[Abstract]** Objective: To analyze the effect of applying health education and psychological counseling for patients with anxiety and depression on their psychological state. Methods: 100 cases of coronary heart disease with anxiety and depression were selected for retrospective study analysis. From January 2023 to October 2, 2023, 50 control group completed routine care, and 50 observation group completed health education and psychological counseling. Results: The anxiety and depression scores, quality of life score, and nursing compliance were better than the control group ( $P < 0.05$ ). Conclusion: Health education and psychological counseling can improve the satisfaction, compliance and quality of life of patients with coronary heart disease with anxiety and depression, which is worth promoting.

**[Key words]** coronary heart disease; routine care, health education, psychological counseling, nursing compliance, quality of life

冠心病是慢性、进行性病变, 多因冠脉供血不足令心肌组织缺血、坏死<sup>[1-2]</sup>。冠脉是满足心肌组织、心脏肌肉氧供、血供需求的主要血管, 若冠脉发生狭窄、闭塞, 则会导致氧供、血供不足, 继而导致心肌缺血, 最终坏死, 诱发冠心病<sup>[3-4]</sup>。该病症状以胸痛、心绞痛为主, 多在胸骨后壁发生, 或右侧发生, 可朝其他部位累及<sup>[5]</sup>。该病难以根治, 故治疗期间需加强护理, 帮助患者识别危险因素, 积极消除疾病康复影响因素, 提高疾病康复效果<sup>[6]</sup>。文章简单介绍健康教育、心理疏导联合护理的作用, 报道如下。

## 1·资料与方法

### 1.1 一般资料

2023年1月-2023年10月, 进行回顾性研究分析选择冠心病伴焦虑抑郁病例100例进行护理研究, 有2组, 每组各50例。对照组: 男、女例数是32例、18例, 年龄三项是50岁、77岁、(63.74 ± 2.48)岁, 病程三项是1年、14

年、(7.80 ± 1.26)年, 心功能Ⅱ级、Ⅲ级例数是21例、29例。观察组: 男、女例数是31例、19例, 年龄三项是50岁、76岁、(63.35 ± 2.42)岁, 病程三项是1年、13年、(7.42 ± 1.20)年, 心功能Ⅱ级、Ⅲ级例数是20例、30例。对比各组资料, 不存在差异( $P > 0.05$ )。

纳入标准: 经冠状动脉造影确诊、病史1年及以上、心功能分级Ⅱ-Ⅲ级、知情同意研究。

排除标准: 伴恶性病变、伴脑血管病变、伴肝肾功能障碍、伴免疫系统异常。

### 1.2 方法

对照组, 常规护理: 遵医嘱指导用药, 强调药物对疾病的积极影响, 嘱咐患者严格遵从医嘱, 定时用药、定时复查; 口头介绍冠心病, 包含病因、表现、预防措施、治疗方案, 嘱咐患者从生活着手, 主动规避不良行为与诱发因素; 介绍检查项目, 尤其是检查异常或能客观评估冠心病病情的相关检查, 提高患者对检查的准确认知, 让患者配合临床定时检查; 介绍注意事项, 等指导患者健康饮食、健康作息、健康

行为。

观察组,健康教育、心理疏导联合护理:(1)健康教育:鉴于患者以中老年人为主,故需结合患者个体特点提供多元化健康教育。常规发放图文并茂的冠心病康复手册,定时举办冠心病知识讲座,在医院公共区域大荧幕循环播放冠心病知识讲解视频,在患者住院期间、复查时与患者进行一对一沟通,明确患者存在的问题,一一解决患者的每一个问题,提高患者的知识掌握度。基于患者生活习惯与生活行为,反复强调不良习惯、不良行为对冠心病的促进作用,通过微信及电话等方式督促患者纠正不良习惯与不良行为。(2)心理护理:冠心病病程漫长,容易反复发作,部分患者同时伴有高血压等慢性病,故心理压力较大,积极和患者沟通,耐心倾听患者内心真实想法,积极安抚患者。安排患者参加同伴交流会,让疾病康复理想、未反复发作病例上台分享自己的治疗经验与治疗过程,通过真实案例持续提高患者的康复信心。主动告知患者不良情绪与心理压力对冠心病的促进作用,与患者构建和谐信任关系的同时,传授音乐疗法、转移注意力以及心理暗示等多种情绪管理技能,调节自身情绪状态,减轻自身心理压力。(3)运动康复:向患者介绍适当运动对心功能改善、疾病转归的积极作用,帮助患者树立运动康复观念,督促患者积极、持续进行运动康复。基于患者身

体状态及运动喜好,合理安排患者的运动方式,尽量选择散步、脚踏车、打太极拳、慢跑等多种有氧运动,拟定详细全面的运动计划,明确每一种运动方式的适宜运动时间,要求一次至少运动30min,不能超过60min,一周最少运动4-5次。定时前往医院完成心脏功能评价,基于评价结果调整运动康复方案,适当增加运动强度、延长运动时间,充分发挥运动的积极作用,保证运动康复满足患者的身心需求。

### 1.3 观察指标

不良情绪:通过焦虑自评量表<sup>[7]</sup>、抑郁自评量表<sup>[8]</sup>评价,是0-80分,越小越好。

生活质量评分:经世界卫生组织生活质量量表 BREF (QOL BREF)<sup>[9]</sup>评价。

护理依从性:经自制护理依从性量表评价,十分制,有十分、部分、不三个依从指标。

### 1.4 统计学方法

通过 SPSS26.0 对比各项指标。

## 2 · 结果

### 2.1 两组不良情绪 见表三。

表 1 不良情绪两项比较 (n=50 例,  $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	焦虑评分		抑郁评分	
	手术前	手术后	手术前	手术后
观察组	60.14 ± 4.35	40.06 ± 4.02 <sup>a</sup>	63.18 ± 4.65	41.75 ± 4.21 <sup>a</sup>
常规组	60.76 ± 4.41	46.76 ± 4.23 <sup>a</sup>	63.89 ± 4.73	48.52 ± 4.46 <sup>a</sup>
t 值	0.897	5.411	0.872	5.892
P 值	0.234	0.001	0.241	0.001

注:与同组比较,<sup>a</sup>P<0.05。

### 2.2 两组生活质量评分 见表二。

表 2 各组生活质量 (n=50 例,  $\bar{x} \pm s$ , 分)

时间	组别	生理	社会	环境
护理前	观察组	9.14 ± 1.03	10.43 ± 1.01	15.47 ± 1.05
	对照组	9.02 ± 1.00	10.16 ± 1.00	15.29 ± 1.02
	t 值	0.897	0.865	0.846
	P 值	0.234	0.245	0.251
护理后	观察组	13.99 ± 1.24	14.89 ± 1.08	20.65 ± 1.16
	对照组	11.56 ± 1.13	12.86 ± 1.03	18.32 ± 1.10
	t 值	5.432	5.129	5.324
	P 值	0.001	0.001	0.001

### 2.3 两组护理依从性 见表三。

表 3 各组护理依从性 (n=50 例, n/%)

组别	十分依从 (n)	部分依从 (n)	不依从 (n)	依从性 (%)
观察组	32	16	2	96.00
对照组	20	20	10	80.00
X <sup>2</sup> 值	-	-	-	7.485
P 值	-	-	-	0.001

## 3 · 讨论

冠心病是心脏病,冠脉粥样硬化是主要诱因<sup>[10]</sup>。中老年男性是高危对象,但受物质水平升高及人们生活压力升高等影响,女性冠心病数量逐步增多<sup>[11]</sup>。临床调查<sup>[12]</sup>发现,冠心

病发生、发展和饮食结构改变、生活方式转变、精神心理压力升高、长期不良生活习惯等相关。伴随着物质水平的提升,吸烟、喝酒、高脂肪饮食、运动量减少、肥胖及超重等现象持续增加,并成为多种疾病的独立危险因素,包括冠心病<sup>[13-14]</sup>。为提高冠心病康复效果,不仅要结合患者病情积极进行科学有效治疗,更要帮助患者规避危险因素,养成健康生活习惯,促使患者健康行为,加快冠心病康复速度,提高冠心病康复效果。以往实施常规护理,欠缺针对性,故护理效果不佳。健康教育、心理疏导联合护理是综合性、多专业合

作、多学科合作的现代化护理,要求以患者为中心,基于疾病特点及患者个体表现、特体需求,实施全面化、科学化、针对性康复护理服务,消除疾病各方面诱因,为冠心病康复奠定良好的基础<sup>[15]</sup>。通过健康教育、心理疏导联合护理还可帮助患者构建良好的生活习惯及行为习惯,可帮助患者识别危险因素并规避危险因素,最大程度上改善患者的身心状态及生活质量,让患者对医疗服务满意并依从各项医疗服务。

综上所述,健康教育、心理疏导联合护理可改善冠心病伴焦虑抑郁的焦虑抑郁评分、护理依从性及生活质量评分。

### 参考文献:

- [1] BOSSELMANN, LENA, FANGAUF, STELLA V., HERBECK BELNAP, BIRGIT, et al. Blended collaborative care in the secondary prevention of coronary heart disease improves risk factor control: Results of a randomised feasibility study[J]. *European journal of cardiovascular nursing: journal of the Working Group on Cardiovascular Nursing of the European Society of Cardiology*, 2020, 19 ( 2 ) : 134-141.
- [2] 孙晶, 薛芬菲, 王施展. 基于家庭的延伸康复护理对冠心病合并心力衰竭患者心理状况及遵医行为依从性的影响[J]. *中国医药导报*, 2022, 19 ( 1 ) : 181-184.
- [3] METIN, ZEHRA GOK, IZGU, NUR, EREN, MERVE GULBAHAR, et al. Theory-based nursing interventions in adults with coronary heart disease: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials[J]. *Journal of nursing scholarship: an official publication of Sigma Theta Tau International Honor Society of Nursing*, 2023, 55 ( 2 ) : 439-463.
- [4] BATRA, GORAV, AKTAA, SULEMAN, WALLENTIN, LARS, et al. Data standards for acute coronary syndrome and percutaneous coronary intervention: the European Unified Registries for Heart Care Evaluation and Randomised Trials ( EuroHeart ) [J]. *European Heart Journal: The Journal of the European Society of Cardiology*, 2022, 43 ( 24 ) : 2269-2285.
- [5] 付丽娜, 李静, 郭晓霞. 心脏运动康复护理联合知行健康教育对冠心病 PCI 术后患者心功能及预后的影响[J]. *河南医学研究*, 2023, 32 ( 4 ) : 730-733.
- [6] 巫健, 许海兰. 基于家庭的延伸康复护理对冠心病合并心力衰竭患者心理状况及遵医行为依从性的影响[J]. *心血管病防治知识*, 2022, 12 ( 22 ) : 88-90.
- [7] 吕长华, 姜学爽. 基于 Peplau 人际关系理论康复护理模式对冠心病病人心功能、健康行为及自我管理能力的影 响[J]. *全科护理*, 2022, 20 ( 6 ) : 765-768.
- [8] 田明珠, 左露露, 汪钰颖, 等. 基于行动研究法的康复护理对冠心病 PCI 术后患者心肺功能及生活质量的影响[J]. *国际护理学杂志*, 2023, 42 ( 18 ) : 3429-3432.
- [9] 刘莹, 张山, 刘娟. 路径化康复护理对冠心病住院患者心功能康复、运动耐力及生活质量的影响[J]. *国际护理学杂志*, 2021, 40 ( 19 ) : 3576-3579.
- [10] 冯小莹, 吴培香, 孙雪琪, 等. 冠心病经皮冠状动脉介入术后患者中西医结合康复护理质量评价指标体系的构建[J]. *护理学报*, 2023, 30 ( 19 ) : 1-6.