

心脏康复护理对冠心病心肺功能的影响

冯玲凤

(西安交通大学第一附属医院心内科 陕西西安 710061)

【摘要】目的 分析心脏康复护理对患者心肺功能产生的影响。方法 选择2019年5月-2021年4月来我院接受治疗的60名患者作为研究对象,并将这些对象平均分入对照组和观察组,每组30名。先给予对照组常规的治疗方案,然后再给予观察组心脏康复护理,然后再比较两组患者的心肺功能和生活质量。结果从表3-1可以看出观察组患者的无氧阈值、峰值氧脉搏、峰值氧气摄取量和其他指标都要比观察组患者更高,这表示观察组患者的心肺功能水平状态较好,同样观察组患者的生活质量评分也处于较高的水平。结论 高质量的心脏康复护理方式确实可以提升患者的心肺功能和生活质量。

【关键词】心脏康复护理;冠心病心肺功能;影响策略

Effect of cardiac rehabilitation care on cardiopulmonary function of coronary heart disease

Feng Lingfeng

Department of Cardiology, The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Xi'an, Shaanxi Province 710061

[Abstract] Objective To analyze the effect of cardiac rehabilitation nursing on cardiopulmonary function. Methods 60 patients from our hospital from May 2019 to April 2021 were selected as study subjects, and these subjects were divided into the control and observation group on an average, 30 in each group. The conventional treatment plan was given to the control group, then the cardiac rehabilitation care was given to the observation group, and then the cardiopulmonary function and quality of life of the two groups were compared. Results It can be seen from Table 3-1 that the anaerobic threshold, peak oxygen pulse, peak oxygen uptake and other indicators in the observation group were higher than those in the observation group, which showed better cardiopulmonary function level, and the quality of life score was higher in the observation group. Conclusion High-quality cardiac rehabilitation care methods can indeed improve the cardiopulmonary function and quality of life of patients.

[Key words] cardiac rehabilitation nursing; coronary heart disease cardiopulmonary function; influence strategy

冠心病为最为常见的心脏病,近年来正呈现年轻化的趋势,发病率和死亡率都有所上升。临床上经常借助药物来治疗冠心病,高质量的心脏康复治疗手段不仅可以在第一时间实现高质量的有氧运动训练,更可以促进患者的心脏血液循环,增进患者的心肺功能,改善预后。文章重点探究心脏康复护理对冠心病患者心肺功能的影响。

1.资料与方法

1.1 一般资料

文章以某院 80 名冠心病患者作为样本,平均分入对照组和观察组,每组 40 名。其中对照组中的男性患者 23 名,女性患者 17 名,平均年龄为(64.23±6.23)岁,平均的病程为(12.32±2.63)年。观察组患者中男性患者 28 名,女性患者 12 名,平均年龄为(65.12±6.21)岁,平均病程为(12.35±2.36)年,两组患者具备一定的可比性。

1.2 纳入和排除标准

患者纳入标准为:第一,患者确诊罹患了冠心病;第二,患者家属直接签署了同意书。排除标准:第一,患者近期接

受了手术;第二,患者在实践中并未通过耐受运动的测试;第三,患者合并罹患了恶性肿瘤。

2.护理措施

2.1 对照组护理

可以针对对照组的患者采用一般性的护理措施。在实践中可以针对患者的冠心病病情进行用药,如果患者确实突然出现了心绞痛的症状则应该口含硝酸甘油或者保心丸进行治疗,药物的量不能过多,避免产生新的副作用。同时在给药时要先对病人进行心理安慰。如果病人突然停止了心脏跳动则需要第一时间用拳头叩击肋骨的下方,再借助胸外心脏挤压和人工呼吸的方式进行抢救,并注意在第一时间向 120 呼救。直接注意让患者有良好的精神状态,不仅要经常地开导患者,让患者保持平和的心情,更不能经常发怒^[1]。因为人体的神经系统将会指挥人的一切行动。如果出现了过分紧张或者激动的情况时则会让小动脉血管异常收缩,不仅患者的血压会在短时间内上升,更会出现缺血和缺氧的症状,进而导致更加严重的心肌梗死。

2.2 观察组护理

第一,让冠心病患者养成健康的饮食习惯,不仅要多吃

一些低盐低脂的食物,更需要摄入充足的水果和蔬菜。同时我们需要鼓励多数患者戒烟戒酒,然后再指导患者进行适当的运动,不仅要让患者坚持慢跑和散步,更需要借助瑜伽等不同的活动改善患者的心肺功能。第二,心理干预措施。注意在第一时间了解患者的心理状态,提供心理支持,让更多患者树立战胜疾病的信心。注意在第一时间让患者调整情绪,不仅要进行适当的放松训练和情绪管理,更需要帮助患者减轻焦虑和抑郁等不良情绪。第三,采用合适的策略来监测病情^[2]。定期监测患者的心率、血压和心跳等不同的指标,如果发现异常情况则需要第一时间进行处理。注意让患者掌握正确的用药方式、药物的效果和和不良反应。第四,可以向患者以及家属普及冠心病方面的知识,以便提升其对疾病的认识。指导患者真正学会监测自己的病情,掌握基本的急救和心肺复苏的技能。第五,根据患者自身的情况制定个性化的康复训练计划,主要是由有氧运动、力量训练和平衡训练等构成,以便更好地帮助患者治疗疾病。

2.3 观察指标

目前患者的观察指标包括如下几点内容:第一,观察患者的心肺功能指标。注意在第一时间借助心肺运动系统来测定患者的峰值氧脉搏、峰值摄取量和二氧化碳的通气量。第二,借助生活质量评分表来对患者自身的生活质量进行评分,重点评估两组患者在生理、精神、社会和情感方面的分数^[3]。各项评分满分为100分,分数越高则说明患者的生活质量越好。

2.4 统计学方法

借助SPSS21.0软件来处理有关数据,配合t检验计量资料。 $P < 0.05$ 则证明差异具备一定的统计学意义。

3.结果

3.1 患者心肺功能指标比较

表3-1 患者心肺功能各项指标比较

组别	无氧阈	峰值氧脉搏	峰值氧摄取量	二氧化碳通气量斜率(%)
对照组(n=40)	10.02 ± 1.32	9.23 ± 2.03	15.23 ± 4.43	34.23 ± 8.15
观察组(n=40)	13.24 ± 2.15	13.25 ± 2.63	25.08 ± 4.75	24.35 ± 7.65
t	8.635	7.658	9.245	6.653
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

从表3-1可以看出观察组患者的无氧阈值、峰值氧脉搏、峰值氧气摄取量和其他指标都要比对照组患者更高,这

表示观察组患者的心肺功能水平更高。

3.2 患者生活质量评分对比

表3-2 患者生活质量评分对比

组别	生理功能	精神状态	情感状态	社会功能	身体疼痛
对照组(n=40)	60.23 ± 6.15	62.35 ± 6.45	75.24 ± 4.36	64.25 ± 6.52	61.23 ± 5.42
观察组(n=40)	82.23 ± 8.86	89.23 ± 9.65	90.23 ± 5.23	88.23 ± 8.63	89.21 ± 7.56
t	12.914	14.925	14.845	11.965	17.547
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

从表3-2可以看出观察组患者的各项生理功能评分、精神状态评分、情感状态评分、社会功能评分和身体疼痛评分的值都要比对照组好,这说明观察组患者的各项功能处于较好的水平。

国在2019年发布的第五次卫生服务调查显示冠状动脉疾病的患病率在农村和城市的发病率大约为12.6%和8.2%,而且发病的患者多见于40岁以上,男性患者的发病率更高,近年来也呈现年轻化的趋势。

诱发冠心病的原因包括如下几点:第一,患者体内的胆固醇和其他沉积物会在第一时间聚集在动脉中,导致冠状狭窄或者出现了闭塞的现象,进而诱发新的冠心病。第二,年龄和遗传因素都会导致冠心病。罹患高血压、血脂异常和糖尿病的患者都会导致出现冠心病。第三,如果患者体内的斑块堆积过多就会让患者的动脉血管变窄,从而让患者的血液无法在短时间内通过。如果患者的心肌无法获得足够的血液时就会出现胸痛的现象,心绞痛是罹患冠心病患者最为常见的症状^[4]。第四,冠心病还可以在第一时间削弱心肌的力量,

4.讨论

4.1 冠心病概述

冠心病又被称为冠状粥样硬化心脏病,这属于一种缺血性的心脏疾病。相比其他动脉,冠状动脉是负责直接向心脏供血的动脉。如果患者的冠状动脉内因为其他不同的物质堆积形成斑块之后就会导致心血管闭塞,也会让心肌出现缺血或者坏死的现象。患者也会出现胸痛和胸闷的症状。根据我

从而让心脏无法实现正常泵血,更会让患者出现不规律的心跳和心律失常。

心脏康复护理是治疗冠心病时常用的一种康复护理方式。常见的心脏康复护理指的是借助行为、心理和社会活动等综合性的训练来让患者在第一时间适应日常的工作、学习和生活,同时我们也需要借助其他不同的因素来干扰其他疾病复发的可能性,并让患者的状态变得更好。常见的心脏康复护理主要包括三个阶段。常见的住院期间的心脏康复护理主要是为了在第一时间降低疾病复发的可能,不仅要让患者掌握自我护理的方式,更需要减少卧床时间,让四肢从完全不动过渡到主动活动的阶段,再结合患者实际康复的情况来调整运动的方式,严格遵守合适的禁忌症。在康复的过程中护理人员必须做好全程的陪同工嗯呢,准备好应急药品,防止出现新的意外事故。

4.2 心脏康复护理对冠心病患者的影响

心脏康复护理对冠心病患者的影响包括如下几点:第一,直接改善患者的心脏功能。常见的心脏康复护理指的是借助适当的指导来增加心脏患者的心肌收缩能力,提升心脏的泵血功能,这样才能在第一时间改善心脏日常的功能。第二,降低患者罹患心血管疾病的风险^[5]。我们可以借助生活干预和病情监测等不同的措施来降低患者血压、血糖和血脂等不同的危险因素,进而减少心血管事件发生的几率。第三,提升患者的生活质量。注意在进行心脏康复护理时关注患者的身心健康,再借助心理干预和健康教育等不同的措施来减轻患者的心理负担,提升患者日常生活质量。第四,促进患者实现康复。高质量的心脏康复护理主要借助高质量的康复训练来恢复冠心病患者的心脏功能,提升运动的额耐力,缩短康复的周期。第五,减少医疗费用。高质量的心脏康复护理可以采用合适的方法预防心血管事件的发生,降低患者的住院率,以便在第一时间减少医疗费用。

心脏康复护理对于心脏病患者的发展有着显著的影响,不仅可以改善心脏日常的功能,更可以降低罹患心血管疾病的风险,帮助康复,减少医疗费用。所以在临床护理时护理事必须重视心脏康复护理的措施,以便为罹患冠心病的患者

提供全面个性化的护理措施,以便让患者能够更好地应对不同的疾病,提升患者自身的生活质量。

4.3 借助心脏康复护理提升冠心病的手段

在实践中我们可以采用分段护理的方式来针对冠心病患者进行护理:

处于急性期的冠心病患者需要在第一时间接受心脏康复护理。护理人员不仅要向患者介绍心脏康复锻炼的额重要性,也需要在第一时间和患者建立相互信任的关系。同时护理人员也需要告知患者心肌梗死发生的主要原因、主要症状和使用药物的剂量,然后再采用合适的方法来进行治疗。急性期的患者也可能因为心功能不全而出现管理方面的问题。此时必须在第一时间让患者进行适当的锻炼,然后再让医生、护士和技师参与在内。第二,恢复期。多数罹患冠心病的患者也会因为护理不到位而出现心肌梗死的现象,所以我们必须患者先按照合适的计划进行护理,然后关注患者是否出现了心悸、出冷汗和其他不同的症状,平时也需要在禁烟的基础上注意饮食,并在告知引发心肌梗死危险因素之后加以预防。医护人员也需要让患者遵照医嘱服用药物,先说明口服药物的作用,然后再直接讲解出院之后的有关注意事项。第三,维持期如果患者精神状态良好则说明进入冠心病的维持期,这一时期主要采用合适的方法提升患者的自我管理能力。护士不仅要指导患者进行合适的体育锻炼,更需要借助运动疗法进行治疗,告知冠心病患者得病的危险因素,然后再让患者根据自身的身体情况来安排合适的运动量。

在借助运动治疗冠心病时,患者也需要在第一时间控制运动的频率和强度。事实证明运动治疗冠心病的效果非常好,不仅强度不太大,而且治疗的效果较好。但是如果运动的强度过大则会让患者的心功能出现恶化的现象。相比其他治疗方法,这种治疗方法不仅显得较为安全,疗效也较好,所以值得提倡。即便患者在出院之后也需要采用合适的康复锻炼方式进行锻炼。在治疗时不仅要对患者的日常生活采用合适的指导措施,更需要针对冠心病今后的生活进行设计,并让患者掌握正确的冠心病表现和急救的处理方法,避免心脏因为负荷过大而出现血压急剧上升的现象。

参考文献:

- [1]舒欣.康复护理措施对冠心病患者肺功能与生活质量的影响[J].国际护理学杂志, 2021(2): 32-35
- [2]员雅静.探讨康复护理措施对冠心病患者肺功能与生活质量的影响[J].《中国科技期刊数据库医药》, 2020(2): 17-21
- [3]许丽红.慢阻肺康复护理自我管理对患者肺功能及生活质量的影响观察[J].大健康, 2019(2): 5-9
- [4]杨莉,何民.延续性康复护理对老年冠心病患者保存心肺功能的影响分析[J].《中西医结合心血管病电子杂志》, 2021(2): 14-19
- [5]彭雪辉,陈晓燕,林婷.延续性康复护理对老年冠心病患者保存心肺功能的意义[J].《中医药天地》, 2020(2): 4-9