

# 术后即刻心脏康复护理对 PCI 患者生理和心理影响的效果分析

张丽萍

(西安交通大学第一附属医院 陕西西安 710061)

**【摘要】**目的 分析术后即刻心脏康复护理对PCI患者生理和心理影响的效果。方法 随机选取近两年内我院收治的急性心肌梗死患者98例为研究对象,随机分组后分别给予不同护理方式,最后评估患者的生理和心理变化。结果 观察组的BNP、6分钟步行距离优于对照组,且心理状况明显更佳。结论 推广和应用术后即刻心脏康复护理对于提升PCI患者的康复效果和生活质量具有重要意义。

**【关键词】**术后即刻心脏康复护理; PCI患者; 生理和心理; 影响效果

Analysis of the effect of immediate postoperative cardiac rehabilitation care on physiological and psychological effects in PCI patients

Li-ping zhang

(The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University, Xi'an City, Shaanxi Province 710061)

**[Abstract]** Objective To analyze the effect of immediate postoperative cardiac rehabilitation care on the physiological and psychological effects in patients with PCI. Methods 98 patients with acute myocardial infarction admitted to our hospital in the past two years were randomly selected, given different nursing methods, and finally the physiological and psychological changes were evaluated. Results The BNP and 6-minute walking distance of the observation group were better than the control group, and the psychological condition was significantly better. Conclusion The promotion and application of immediate postoperative cardiac rehabilitation care is of great significance for improving the rehabilitation effect and the quality of life of PCI patients.

**[Key words]** immediate postoperative cardiac rehabilitation care; PCI patients; physical and psychological; impact effect

## 引言:

经皮冠状动脉介入治疗(PCI)是目前治疗冠心病的一种常见且有效的方法。尽管PCI手术本身能够显著改善冠状动脉的血流,但术后的康复过程同样至关重要。术后康复不仅关系到患者的生存质量,还直接影响到其长期预后。特别是心脏康复护理,可以帮助患者更快地恢复正常生活,减少术后并发症的发生,提高生活质量。因此,术后康复的重要性不容忽视。心脏康复护理作为一种综合性的康复手段,近年来在国内外得到了广泛关注和应用。传统的心脏康复主要集中在运动康复和营养指导,而现代心脏康复护理则更加注重全面性和个性化,不仅包括健康教育、运动康复、营养指导,还涵盖心理支持和社会支持等方面。这种多维度的护理模式不仅能够有效改善患者的生理状态,还能显著提高其心理健康水平,为患者的全面康复提供了坚实的保障。本研究通过分析术后即刻心脏康复护理对PCI患者的生理和心理影响,旨在为临床实践提供科学依据,进一步推动心脏康复护理在PCI术后康复中的应用和推广,为患者提供更加全面和个性化的护理方案。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

随机选取近两年内我院收治的急性心肌梗死患者98例为研究对象,将其随机分为对照组和观察组,每组各有患者49例。观察组共有男性患者39例,女性患者10例,平均年龄为 $56.58 \pm 5.18$ 岁。对照组共有男性患者38例,女性患者11例,平均年龄为 $57.16 \pm 5.69$ 岁。

### 1.2 方法

对照组患者给予常规护理措施,观察组在对照组基础上给予术后即刻心脏康复护理措施,具体包括以下几点:

#### (1) 健康教育

健康教育是术后即刻心脏康复护理的基础和核心。通过系统的健康教育,患者能够全面了解自身疾病、手术过程及术后康复的重要性。在术后即刻,护理人员先向患者及其家属详细讲解PCI手术的原理、操作过程及可能出现的术后并发症。通过通俗易懂的语言和图示,帮助患者及家属理解冠心病及PCI手术的基本知识,减轻患者及家属的恐惧和焦虑心理<sup>[1]</sup>。强调术后康复对提高生活质量和预防再次发病的重要性。护理人员通过讲座、宣传手册等形式,向患者介绍心脏康复的基本内容和步骤,使其认识到术后康复是一个长期的过程,需要持之以恒。针对PCI术后的特殊性,护理人员

为患者提供详细的日常生活指导,包括合理饮食、适度运动、戒烟限酒等。通过具体实例和案例分析,帮助患者制定个性化的生活计划,促进健康生活方式的养成<sup>[2]</sup>。术后,患者通常需要长期服用抗凝药物、降脂药物等。护理人员对患者进行药物管理教育,详细讲解各类药物的作用机制、服用方法及注意事项。并通过定期随访,确保患者按时、按量服药,避免因用药不当引发的并发症。术后即刻,患者可能会经历不同程度的焦虑和抑郁。护理人员通过一对一的心理辅导、小组讨论等方式,帮助患者正确面对疾病,缓解心理压力。同时,鼓励患者积极参与社会活动,增强其社会支持网络,提升自我效能感。

### (2) 运动康复

运动康复是术后即刻心脏康复护理的重要组成部分。通过科学、合理的运动计划,能够显著改善 PCI (经皮冠状动脉介入治疗) 患者的心血管功能,促进全身健康恢复。在进行运动康复前,护理人员对患者进行全面评估,包括心肺功能、运动耐力和身体状况等。根据评估结果,制定个性化的运动康复计划,确保每位患者都能在安全、有效的范围内进行运动。术后即刻进行早期运动介入,通常在术后 24 至 48 小时内开始。早期运动主要以低强度、短时间的活动为主,如床上活动、坐起和短时间行走。这不仅可以促进血液循环,防止血栓形成,还能帮助患者逐步恢复自信,减少术后并发症的发生。随着患者身体状况的改善,逐步增加运动强度和时间<sup>[3]</sup>。

### (3) 营养指导

营养指导是术后即刻心脏康复护理的重要组成部分,通过科学、合理的饮食调控,可以帮助 PCI (经皮冠状动脉介入治疗) 患者恢复体力,增强免疫力,预防并发症的发生。护理人员对患者进行详细的饮食评估,包括其饮食习惯、营养状况、体重指数和实验室检查结果等。根据评估结果,制定个性化的饮食计划,确保患者摄入均衡的营养素,满足身体康复的需要<sup>[4]</sup>。术后,患者应严格控制脂肪和盐的摄入量。护理人员会详细讲解低脂低盐饮食的重要性,建议患者选择低脂肪、高纤维的食物,如鱼类、豆制品、全谷物和新鲜蔬

菜水果。同时,建议减少红肉和高脂肪乳制品的摄入,避免油炸食品和高盐加工食品。增加膳食纤维的摄入,有助于降低血脂、调节血糖和改善消化功能。护理人员会建议患者多食用富含纤维的食物,如全谷物、豆类、蔬菜和水果。每日摄入足够的膳食纤维,不仅有助于心血管健康,还能促进肠道健康,预防便秘。术后康复期间,患者需要摄入充足的蛋白质以促进组织修复和增强免疫力。护理人员会建议患者选择优质蛋白质来源,如鱼类、瘦肉、鸡蛋、豆制品和低脂乳制品。

### (4) 心理支持

心理支持是术后即刻心脏康复护理的关键环节,对 PCI (经皮冠状动脉介入治疗) 患者的整体康复具有重要影响。通过有效的心理支持,可以减轻患者的焦虑和抑郁情绪,增强其自信心和生活质量。在术后即刻,护理人员对患者进行全面的心理评估,了解其心理状态、情绪波动和心理压力源。通过使用标准化的心理评估工具,如焦虑自评量表 (SAS) 和抑郁自评量表 (SDS),全面掌握患者的心理健康状况。根据评估结果,制定个性化的心理辅导方案。护理人员与患者进行一对一的心理辅导,倾听患者的内心感受,提供情感支持和安慰。通过共情和理解,帮助患者释放负面情绪,树立积极的心态。鼓励患者的家属积极参与术后康复过程,提供强有力的家庭支持<sup>[5]</sup>。

### 1.3 评价指标

对两组患者的 BNP、6 分钟步行距离和 SAS、SDS 评分进行对比分析。

## 2 结果

### 2.1 生理影响

观察组患者在干预 1w 和干预 1 个月后,BNP 结果均低于对照组患者,具体如表 1 所示。

### 2.2 心理影响

观察组患者在术后 1W 和术后 1 个月的 SAS、SDS 评分均低于对照组,具体如表 2 所示。

表 1 生理影响对比表

组别	例数	时间	BNP	6 分钟步行距离
观察组	45	干预 1w	242.5 ± 75.5	551.2 ± 62.1
		干预 1 个月	126.2 ± 37.2	665.8 ± 62.4
对照组	45	干预 1w	412.2 ± 19.8	345.1 ± 20.2
		干预 1 个月	348.10 ± 49.9	458.3 ± 39.5

表2 心理影响对比表

组别	例数	时间	SAS	SDS
观察组	45	干预 1w	36.1 ± 5.3	32.2 ± 5.2
		干预 1个月	32.2 ± 4.2	27.8 ± 4.4
对照组	45	干预 1w	41.3 ± 4.5	35.9 ± 4.2
		干预 1个月	37.1 ± 4.6	30.3 ± 3.2

### 3 讨论

术后即刻心脏康复护理对 PCI（经皮冠状动脉介入治疗）患者的生理效果显著，主要体现在对心血管功能的改善和运动康复的益处上。术后即刻心脏康复护理通过系统化的干预措施，有效促进了患者心血管功能的恢复。在研究中，观察组患者在干预 1 周和 1 个月后的 BNP（脑钠肽）水平显著低于对照组。这表明，通过及时的心脏康复护理，能够有效减轻心脏负担，改善心功能状态。BNP 是一种反映心脏压力负荷和心功能状态的重要指标，其降低意味着心功能的改善和预后风险的降低。此外，术后即刻干预还包括了严格的病情监测和药物管理，这些措施共同作用，帮助患者稳定心血管状态，减少并发症的发生。通过健康教育，患者对心脏健康的重要性有了更深入的认识，增强了自我管理能力和促进了心血管功能的全面恢复。

运动康复是心脏康复护理的重要组成部分，对 PCI 患者的康复具有多方面的益处。通过循序渐进的运动康复计划，患者的 6 分钟步行距离显著增加，这反映出其耐力和心肺功能的提升。适当的运动不仅可以改善血液循环，增强心肌供氧能力，还能促进新陈代谢，提高机体的免疫力。研究发现，观察组患者在接受运动康复后，体力逐渐恢复，日常活动能力显著提高，生活质量得到明显改善。运动康复还能够减少术后并发症的发生，如深静脉血栓和肌肉萎缩等。同时，适当的运动还具有调节血脂、控制血糖和降血压的作用，从而进一步减少心血管事件的复发风险。

#### 参考文献:

- [1] 亓亚楠, 冯艳芳, 刘会玲, 高辉. 早期心脏康复护理对急诊 PCI 术后患者心功能及生活质量的影响[J]. 河南医学研究, 2024, 33 (05): 948-952.
- [2] 朱虹. 早期多维度心脏康复护理模式对 PCI 术后患者服药依从性、躯体化症状和生活质量的影响[J]. 心血管病防治知识, 2024, 14 (01): 94-96.
- [3] 张倩, 周彤, 黄娟, 张娜娜, 王宇. 标准化心脏康复护理对冠心病 PCI 术后患者运动耐力及生活质量的应用效果研究[J]. 中国标准化, 2023, (22): 269-272.
- [4] 黄秀丽, 何琼霞, 林晓燕. 系统化心脏康复干预护理对急性心肌梗死患者 PCI 术后心功能的影响[J]. 中国医药指南, 2023, 21 (21): 21-24.
- [5] 蒲玉, 李浩. 术后即刻心脏康复护理对 PCI 患者生理和心理影响的效果观察[J]. 心脑血管病防治, 2020, 20 (06): 643-645.

术后即刻心脏康复护理中的心理支持措施，如心理咨询、心理疏导等，对患者的心理健康起到了重要作用。心脏病患者常常伴随有焦虑和抑郁情绪，特别是在手术后恢复期间，患者面对疾病可能带来的种种不确定性和压力，心理支持的及时介入能够有效减轻其焦虑和抑郁的程度。研究显示，接受心理支持的观察组患者在术后 1 周和 1 个月后的 SAS（焦虑自评量表）和 SDS（抑郁自评量表）评分均显著低于对照组。这不仅反映了心理支持在减轻患者负面情绪方面的有效性，还提示了心理健康对全身健康的积极影响。通过情绪的稳定和心态的调节，患者能够更好地投入到康复过程中，增强治疗的依从性和积极性。心脏康复护理还通过多种方式增强患者的自信心和自我效能感，这对患者的康复过程至关重要。在康复过程中，患者经常面对各种身体恢复和生活适应的挑战，这些挑战可能会影响其情绪和态度。通过提供专业的健康教育和个性化的康复指导，患者对自身疾病的理解和应对能力得到增强，从而建立起更加积极的康复信念和态度。

术后即刻心脏康复护理对 PCI 患者的生理和心理健康具有显著的正面影响。通过健康教育、运动康复、营养指导和心理支持等多方面的综合干预，观察组患者在术后 1 周和 1 个月的生理指标如 BNP 和 6 分钟步行距离均表现出良好的改善趋势。同时，心理支持有效减轻了焦虑和抑郁症状，增强了患者的自信心和自我效能感。因此，推广和应用术后即刻心脏康复护理对于提升 PCI 患者的康复效果和生活质量具有重要意义，应在临床实践中得到更广泛的应用和推广。