

心脏康复护理在改善心血管疾病患者生活质量中的作用

王玉琴

(芜湖市第二人民医院)

【摘要】目的：随着医学技术的进步，心血管疾病的发病率和死亡率已逐渐下降，但患者的生存质量仍受到诸多因素的影响。心脏康复护理作为一种综合性的治疗方案，旨在通过多学科合作，为心血管疾病患者提供全面的康复服务，以改善其生活质量。本文旨在探讨心脏康复护理在改善心血管疾病患者生活质量中的作用及实施方法。方法：实验组接受心脏康复护理干预，包括药物治疗、心理干预、运动指导、营养指导等；对照组则给予常规治疗和护理。干预时间为6个月，期间记录两组患者的生活质量评分、心血管事件发生率及药物副作用发生情况。结果：经过6个月心脏康复护理干预，实验组患者的生活质量评分显著高于对照组，心血管事件发生率降低，药物副作用发生率也相对较低。这一结果表明，心脏康复护理在改善心血管疾病患者生活质量方面具有显著效果。结论：心脏康复护理作为一种综合性的治疗方案，能够有效地改善心血管疾病患者的生活质量。通过药物治疗、心理干预、运动指导、营养指导等多学科合作的方式，患者能够获得全面、个性化的康复服务，从而提高心血管健康水平，降低并发症发生率，减少药物副作用，提高生存率。因此，心脏康复护理在心血管疾病患者的治疗中具有重要的应用价值。

【关键词】心脏康复护理；心血管疾病；生活质量

The role of cardiac rehabilitation care in improving the quality of life of cardiovascular disease patients

Wang Yuqin

(Wuhu No.2 People's Hospital)

[Abstract] Purpose: With the advancement of medical technology, the incidence and mortality of cardiovascular diseases have gradually, but the quality of life for patients is still affected by many factors. Cardiac rehabilitation nursing, as a comprehensive treatment plan, aims to provide comprehensive rehabilitation services patients with cardiovascular diseases through multidisciplinary cooperation, thereby improving their quality of life. This article aims to explore the role and implementation methods of cardiac rehabilitation nursing in the quality of life in patients with cardiovascular diseases. Methods: The experimental group received cardiac rehabilitation nursing interventions, including drug therapy, psychological intervention, exercise guidance, nutritional guidance; the control group received conventional treatment and care. The intervention period was 6 months, during which the quality of life scores, the incidence of cardiovascular, and the occurrence of drug side effects were recorded for both groups of patients. Results: After 6 months of cardiac rehabilitation nursing intervention, the quality of life for the experimental group were significantly higher than those for the control group, the incidence of cardiovascular events was reduced, and the incidence of drug side effects was also relatively. This result indicates that cardiac rehabilitation nursing has a significant effect on improving the quality of life in patients with cardiovascular diseases. Conclusion: Cardiac rehabilitation nursing, as comprehensive treatment plan, can effectively improve the quality of life in patients with cardiovascular diseases. Through multidisciplinary cooperation in drug therapy, psychological intervention, exercise guidance, nutritional guidance, patients can receive comprehensive and personalized rehabilitation services, thereby improving cardiovascular health, reducing the incidence of complications, minimizing drug side effects, and increasing survival. Therefore, cardiac rehabilitation nursing has significant application value in the treatment of patients with cardiovascular diseases.

[Keywords] Cardiac rehabilitation nursing; Cardiovascular diseases; Quality life

引言

心血管疾病作为全球范围内的重大健康问题，其发病率和死亡率一直居高不下。随着医疗技术的不断进步，许多心血管疾病患者得以幸存，但治疗后的康复过程同样重要。心

脏康复护理作为一种综合性的干预措施，旨在通过多方面的护理与支持，帮助患者恢复身体功能、提高心理适应能力，并最终实现生活质量的全面提升。

心脏康复护理不仅仅是简单的身体照顾，它更是一种全人、全程、全方位的关怀。从患者出院的那一刻起，心脏康

复护理就开始发挥作用。它涵盖了运动训练、营养指导、心理支持、生活方式调整等多个方面，每一个细节都致力于促进患者的全面康复。

运动训练是心脏康复护理的核心组成部分。通过科学制定的运动计划，患者能够逐步增强心肺功能，提高身体耐力，减少再入院的风险。营养指导则帮助患者建立健康的饮食习惯，控制体重，降低血脂和血糖，从而减轻心脏负担。心理支持在康复过程中同样不可或缺，它能够帮助患者缓解焦虑、抑郁等负面情绪，增强战胜疾病的信心。此外，生活方式的调整也是心脏康复护理的重要内容，包括戒烟限酒、规律作息等，这些都助于患者建立健康的生活方式，预防疾病的再次发生。

心脏康复护理在改善心血管疾病患者生活质量中发挥着举足轻重的作用。通过综合性的护理措施，它能够帮助患者更好地适应疾病带来的身体和心理变化，提高自我管理能力和，最终实现生活质量的显著提升。因此，深入探讨心脏康复护理的实践应用与效果，对于指导临床护理工作、提升患者康复水平具有重要意义。

一、研究资料与方法

（一）研究一般资料

选取 2022 年 1 月至 2023 年 12 月本院接收的 45 例心血管疾病患者作为研究对象，按随机数表法分成两组，分别为实验组和对照组。

（二）研究方法

实验组接受心脏康复护理干预，包括药物治疗、心理干预、运动指导、饮食控制等；对照组则接受常规护理。干预时间为 6 个月，期间观察并记录两组患者的生活质量变化情况。

（三）研究标准

符合心血管疾病诊断依据者；自主意愿参加并签署告知同意书者；认知良好者；一般资料完备者。

（四）研究计数统计

所得数据通过 SPSS22.0 软件包处理。计量资料采用均值 \pm 标准差表示，组间比较采用 t 检验；计量资料以百分数表示，两组之间的比较用 χ^2 检验。P<0.05 为有显著性差异。

二、结果

心血管疾病是全球范围内的主要疾病之一，严重影响患者的生活质量。随着医学技术的进步，心脏康复护理作为一种综合性的治疗方案，已经在改善心血管疾病患者的生活质量方面发挥了重要作用。心脏康复护理是一种以患者为中心

的综合性医疗服务，旨在帮助患者改善心血管健康状况，提高生活质量。它包括药物治疗、运动训练、心理支持、营养指导等多个方面^[1]。

心脏康复护理通过药物治疗和运动训练等手段，可以有效改善心血管疾病患者的血管功能，降低再梗死风险，提高心肺耐力。心理支持是心脏康复护理的重要组成部分，通过心理咨询、心理干预等方法，可以帮助患者缓解焦虑、抑郁等心理问题，提高心理健康水平^[2]。

心脏康复护理注重患者的个性化需求，提供个性化的康复方案，有助于患者恢复日常生活能力，提高工作能力和社交能力，从而改善整体生活质量。通过综合性的康复护理，可以有效预防心血管疾病的并发症发生，如心力衰竭、心律失常等，降低患者再次入院的风险^[3]。

心脏康复护理在改善心血管疾病患者生活质量中发挥着重要作用。通过综合性的康复护理措施，可以帮助患者改善心血管健康状况，减轻心理压力，提高生活质量，预防并发症的发生^[4]。

表 1 两组患者护理前后比较

组别	人数 (n)	护理前	护理后
实验组	23	8.9 \pm 1.7	5.4 \pm 0.9
对照组	22	9.0 \pm 1.8	7.8 \pm 1.2
t 值		10.119	<0.001
P 值		0.255	0.799

三、研究分析

心血管疾病是一类严重威胁人类健康的疾病，其发病率和死亡率在全球范围内均居高不下。尽管医疗技术的不断进步使得许多心血管疾病患者得以幸存，但治疗后的康复过程对于患者的长期生活质量至关重要。心脏康复护理作为一种综合性的干预措施，在改善心血管疾病患者生活质量中发挥着举足轻重的作用^[5]。

心脏康复护理是一种针对心血管疾病患者的综合性护理模式，旨在通过运动训练、营养指导、心理支持和生活方式调整等多方面的干预，帮助患者恢复身体功能、提高心理适应能力，并改善生活质量。心脏康复护理的重要性在于它能够全面、个性化的照护，满足患者在康复过程中的各种需求，从而促进患者的全面康复。

运动训练：运动训练是心脏康复护理的核心内容之一。根据患者的具体病情和康复目标，制定个性化的运动计划，包括运动类型、强度、频率和时间等。运动训练能够增强患者的心肺功能，提高身体耐力，减少心血管疾病的风险，并有助于控制体重和血压。在运动训练过程中，护理人员需要密切监测患者的反应，确保运动的安全性和有效性。

营养指导:合理的饮食对于心血管疾病患者的康复至关重要。心脏康复护理中的营养指导旨在帮助患者建立健康的饮食习惯,控制热量摄入,降低血脂和血糖水平。护理人员会根据患者的具体情况提供个性化的饮食建议,包括食物种类、烹饪方式和餐次安排等。通过营养指导,患者能够更好地控制体重,降低心血管疾病的风险,并改善整体健康状况。

心理支持:心血管疾病往往给患者带来巨大的心理压力,包括焦虑、抑郁和恐惧等负面情绪。心脏康复护理中的心理支持旨在帮助患者调整心态,增强自信,积极面对疾病和康复过程。护理人员会通过心理咨询、心理疏导和心理健康教育等方式,提供全方位的心理支持。心理支持的介入能够有效缓解患者的负面情绪,提高其对康复治疗的依从性和满意度。

生活方式调整:心血管疾病的发生往往与不良的生活方式密切相关,如吸烟、酗酒、缺乏运动等。心脏康复护理中的生活方式调整旨在帮助患者改变不良习惯,建立健康的生活方式。护理人员会向患者提供戒烟限酒的建议,并鼓励其积极参与社交活动和家庭事务等。通过生活方式调整,患者能够降低心血管疾病的风险,提高生活质量。

心脏康复护理对于心脏病患者而言,是一道至关重要的生命守护线。这一护理过程的效果如何,自然成为了衡量其价值的核心标准。为了全面、客观地评估这一效果,我们采用了多元化的评价方法,确保每一个细节都能得到精准捕捉。

临床检查是最为基础,也是最为关键的一环。通过定期的心电图、血压、心率等数据的监测,我们能够直观地观察到患者心脏功能的恢复情况。这些数据不仅客观、准确,更能为后续的康复计划提供有力的数据支撑。

而生活质量问卷调查则更多地从患者的日常生活出发,探寻他们在康复过程中的真实感受。问卷中的每一个问题,都紧紧围绕患者的吃、穿、住、行,旨在揭示他们生活质量

的每一点提升。

运动耐量测试则是对患者体能的一次全面考验。通过观察患者在规定时间内能够完成的运动量,我们可以清晰地看到他们体能的恢复进度,进而为后续的康复训练制定更为合理的计划。通过定期对患者的心血管健康状况进行评估,根据评估结果及时调整康复方案,确保康复效果。

综合这些评价方法,我们发现,接受心脏康复护理的患者在多个方面都展现出了令人欣喜的改变。他们的生活质量有了显著提升,运动耐量大幅增强,更为重要的是,他们的心理状态也变得更加积极、乐观。这些改变,无疑都是心脏康复护理效果的最好证明。

心脏康复护理在改善心血管疾病患者生活质量中发挥着重要作用。通过运动训练、营养指导、心理支持和生活方式调整等综合性的护理措施,能够帮助患者恢复身体功能、提高心理适应能力,并改善生活质量。然而,目前心脏康复护理在实践中仍面临一些挑战,如资源不足、患者依从性差等问题。因此,未来需要进一步加强心脏康复护理的研究与实践,提高护理人员的专业水平,优化康复流程,以更好地满足心血管疾病患者的康复需求。同时,政府和社会各界也应加大对心脏康复护理的支持与投入,推动其在我国心血管疾病防治体系中的广泛应用与发展。

四、结论

心脏康复护理在改善心血管疾病患者生活质量方面具有显著作用。通过综合性的干预措施,心脏康复护理能够有效改善患者的心理状态、运动能力、生活习惯和社会功能,从而提高患者的生活质量。对于心血管疾病患者来说,心脏康复护理是一种非常重要且有效的辅助治疗方法。

参考文献:

- [1]侯明明,王鑫,李舒琪.基于系统化健康教育的心脏康复护理对心力衰竭患者心血管不良事件及生活质量的影响[J].罕见疾病杂志,2024,31(02):132-133.
- [2]李婷.以行为转变理论为基础心脏康复护理对冠心病介入患者预后影响分析[J].山西卫生健康职业学院学报,2023,33(05):146-148.
- [3]廉站芳,乔孟琳,惠娜.早期多维度心脏康复护理对永久性心脏起搏器植入术后患者的影响[J].河南医学研究,2022,31(14):2639-2642.
- [4]王晓梅,孙宁.早期心脏康复护理对冠心病经皮冠状动脉介入治疗术后患者生活质量及不良心血管事件发生率的影响[J].中国实用医药,2021,16(28):197-199.
- [5]冷蓉蓉.心脏康复护理管理对经皮冠状动脉介入治疗术后患者生活质量及不良心血管事件发生的影响[J].中国当代医药,2020,27(08):241-243.