

行为转变理论在老年冠心病患者护理干预中的应用

钟卫琴

(龙岩市第二医院 CCU)

【摘要】目的了解行为转变理论(TTM)对老年冠心病的护理效果。方法筛选我院112例的老年冠心病患者,具体时间为2023年8月-2024年8月,分为两组,其中接受常规护理的是对照组,接受TTM护理的是研究组。结果研究组心功能指标更好($P < 0.05$);研究组自我效能及管理评分更高($P < 0.05$);研究组生活质量更高($P < 0.05$)。结论TTM护理在老年冠心病患者中的干预效果更好,可以恢复心脏功能,加强运动耐量,调节自我效能,提高自我管理及生活质量,应该推广。

【关键词】行为转变理论;老年冠心病;护理效果;自我效能;心功能;生活质量

Application of behavioral shift theory in nursing intervention for elderly CAD patients

Zhong Weiqin

(CCU, Longyan Second Hospital)

[Abstract] Objective To understand the nursing effect of behavioral change theory (TTM) on coronary heart disease in the elderly. Methods We screened 112 elderly patients in our hospital, selected from August 2023 to August 2024, divided into two groups, including the control group receiving usual care and the study group receiving TTM care. Results The study group had better cardiac function ($P < 0.05$); the study group had higher self-efficacy and management ability ($P < 0.05$) and the study group had higher quality of life ($P < 0.05$). Conclusion The intervention of TTM care in elderly patients with coronary heart disease is better, which can restore cardiac function, strengthen exercise tolerance, regulate self-efficacy, and improve self-management and quality of life, which should be promoted.

[Key words] behavioral change theory; coronary heart disease in the elderly; nursing effect; self-efficacy; cardiac function; quality of life

冠心病属于老年群体非常多发的一种慢性疾病,一旦发病就会使得心肌出现缺血及缺氧表现,并严重威胁其生命健康^[1]。PCI可以有效改善机体冠状动脉的整体狭窄情况,并缓解其具体的临床症状,可是该病的出现和进展与其生活习惯有着密切关系,在术后仍然需要配合药物治疗,并改善不良习惯来控制疾病复发。可是由于患者的整体年龄偏大,就不能对疾病知识有足够认知,导致依从性一般,又加上患病后会长时间出现身心压力和经济负担,就更容易降低自我的效能水平,造成很多的不良事件频繁出现,来严重降低整体的生活质量,因此要在治疗期间配合有效护理^[2-3]。TTM会结合患者治疗周期的具体心理需求,来制定针对性的护理干预,帮助其个人行为有效改变^[4]。因此我院老年冠心病治疗期间,施以该护理进行干预,分析效果,现进行报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

筛选我院112例的老年冠心病患者,具体时间为2023年8月-2024年8月,分为两组,各56例,对照组里的男女比为30及26例;平均年龄在 (70.25 ± 5.89) 岁之间;研究组中男女

依次为29和27例;平均 (70.56 ± 5.93) 岁。且以上资料足够可比($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组:常规护理,按医嘱进行基础指导,提醒其合理用药、健康饮食、介绍疾病和治疗知识,并提醒其恰当运动等。

研究组:TTM护理,(1)意向期:护理人员和患者面对面沟通来详细介绍该病的发病原因、特点、治疗方法、注意事项和预期效果等,来加强其疾病的整体认知、健康状况和自身行为的系统能力,并足够了解到不良习惯会对疾病治疗与康复起到的抑制效果,来让患者能够保持足够积极科学的治疗观念,并自觉调整不良行为,来有效控制血糖和血脂水平。(2)评估期:护理人员系统评价患者是否把自己的不良习惯有效改善并能够持续坚持自己的良好行为,然后准确把握其矛盾心理,并调动其主动改善不良行为的主动性,包括通过病友交流,来分享各自的成功经验以及发放健康知识手册等。(3)准备期:该阶段患者会比较系统的了解自身生活习惯与健康情况的主要联系,然后会更加注重身体情况,并开始主动转变不良习惯和行为。所以护理人员要积极协助其合理评价行为改变时的具体知觉障碍,来引导患者能够主动制定具体的控制目标和计划,确认改变时间,并对具体的计

划执行、心理情绪调整以及个人饮食和运动等相关内容让患者借助日记本来准确记录。(4)行动期:按照患者的个人喜好以及体质等去制定针对性的运动锻炼内容,保证运动锻炼足够科学及合理,并严格把控具体的强度和时间,来恢复肌肉力量,并提高自我免疫力。还要对患者进行定期随访,来掌握生活习惯的实际改变情况,并对比较良好的个人行为进行肯定,来提高其自我信心,并且护理人员要始终保持循序渐进的原则来开展护理指导。(5)维持期:给患者建立健康档案,并提前沟通,明确具体的随访时间和上门次数,从而有效对行为转变进行持续的监督和指导。借助自我效能的具体方法,对于行为改变期间其消耗的精力进行肯定,并提高其改善不良行为的整体信心,调动自我积极性,来对已经产生的良好行为予以持续巩固。

1.3观察指标

分析心功能指标。

分析自我效能及管理能力评分。

分析生活质量。

1.4统计学方法

数据使 SPSS22.0 做分析,计数用 X^2 (%) 检验,计量使 t 检测,若 $P < 0.05$,则差异明显。

2 结果

研究组心功能指标更好 ($P < 0.05$),见表1。

研究组自我效能及管理能力评分更高 ($P < 0.05$),见表2。

研究组生活质量更高 ($P < 0.05$),见表3。

表1 各功能情况对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	时间	LVEF 水平 (%)	LVEDd (mm)	LVEsd (mm)	6min 步行距离 (m)
研究组	护理前	37.54 ± 6.86	55.31 ± 5.54	46.64 ± 7.03	271.64 ± 7.12
	护理后 ^a	46.24 ± 5.93	50.75 ± 5.36	41.60 ± 6.21	402.35 ± 7.52
对照组	护理前	37.45 ± 6.17	56.18 ± 4.94	46.65 ± 7.04	270.65 ± 8.23
	护理后 ^{ab}	43.87 ± 6.02	44.45 ± 4.75	34.64 ± 6.12	343.38 ± 8.12

表2 评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	自我效能		自我管理能力和	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	56	17.22 ± 3.17	23.22 ± 5.11	66.67 ± 1.12	78.78 ± 4.88
研究组	56	17.24 ± 3.12	29.46 ± 4.28	66.68 ± 1.13	91.22 ± 5.25
T 值		1.529	11.671	1.998	11.463
P 值		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

表3 生活质量对比 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别	时间	物质功能	社会功能	日常生活	心理功能
对照组	护理前	65.7 ± 5.4	63.4 ± 3.4	64.4 ± 4.6	64.5 ± 3.6
	护理后 ^a	73.4 ± 4.3	71.2 ± 3.6	72.5 ± 3.7	74.1 ± 3.4
研究组	护理前	65.1 ± 4.8	62.9 ± 4.4	64.9 ± 4.7	63.9 ± 4.1
	护理后 ^{ab}	85.3 ± 5.1	83.6 ± 3.7	82.6 ± 5.3	83.6 ± 4.7

注:组内比较^a $P < 0.05$;组间比较^b $P < 0.05$ 。

3 讨论

冠心病的出现和进展与患者日常的生活行为有着非常密切的关系,如果不能及时改正不良行为,就会造成疾病反复出现,并降低整体的治疗效果,还会让病情进一步加重,来提高整体的死亡几率^[9]。又加上该病患者大多数为老年群体,因为年龄以及文化水平等因素的影响,就会造成其不能按照医嘱准确用药,具体的依从性及配合度也比较低,也会影响最终的治疗效果。所以要在治疗期间配合准确科学的护理干预,来帮助患者尽快康复^[6-7]。

在表1、3中,研究组心功能指标更好 ($P < 0.05$);研究组生活质量更高 ($P < 0.05$),确认TTM护理可以有效恢复其心功能,并提高生活质量。分析原因是因为:TTM作为非常新型的一种护理理念,核心特点就是动态的分阶段性,注重结合不同阶段的具体情况来实施系统的行为支持方法,让患者能够全面掌握自身疾病的具体防治知识,并改善不良行为,督促其养成一个良好科学的生活行为,保证所有行为的改变阶段都可以有与其对应的改变方法^[8-9]。该护理主要包括五个阶段,借助五个阶段的共同应用能够系统了解疾病的具体危险因素,从而在按医嘱开展治疗的基础上积极改善不良

行为,并帮助患者树立一个准确积极的治疗观念,来持续加强自我管理,帮助代谢指标能够尽快恢复,从而调节心功能,最终获得一个比较理想的康复效果^[10-11]。

表2中,研究组自我效能及管理 ability 评分更高 ($P < 0.05$),也能进一步证实该护理能够有效提高其自我效能与管理能力。其中自我效能在临床指的是对某一目标的整体信念,如果自我效能的意识更高,就代表患者能够更加有效的改善不良行为。而在行为转变理论的整体指导和干预下,能够帮助患者持续改善不良行为,提高自我效能感,并最终实现对疾病的合理控制。其次,该护理的目标也非常清晰,借助切实可行的临床计划,并制定针对性的运动内容以及科学的饮食计划,也能够逐渐改善患者的日常生活行为,来进一

步提高整体的自我效能感^[12-13]。又加上该护理属于奖励和激励类的一种护理机制,在患者完成目标时,通过合适奖励,也可以提高自我动机。除此之外,该护理还更加注重环境的塑造以及社会支持,通过对患者予以家庭和社会的共同支持,也能够有效帮助其养成一个健康的自我行为,并提高自我管理能力,家属也能够日常饮食上科学的支持和监督,借助上门随访也能够让患者养成一个足够健康的生活理念和行为习惯,使其在比较舒适的状态下尽快康复^[14-15]。

综上所述,TTM 护理在老年冠心病患者中的干预效果更好,可以恢复心脏功能,加强运动耐量,调节自我效能,提高自我管理及生活质量,应该推广。

参考文献:

- [1] 龚夏倩.行为转变理论在老年冠心病患者护理干预中的应用效果探究[J].国际护理学杂志, 2022, 15 (3): 32-34.
- [2] Cheng L, Nie Y, Wen H, et al. An ensemble machine learning model for predicting one-year mortality in elderly coronary heart disease patients with anemia[J]. Journal of Big Data, 2024, 11 (1): 966-968.
- [3] 汪叶琴, 夏蕊, 李利霞, 等.基于行为转变理论的护理干预在老年冠心病患者中的应用[J].中国当代医药, 2023, 30 (10): 189-192.
- [4] 赵齐美, 张俊梅, 王璐.知信行护理干预联合抗阻力训练在老年冠心病患者中的应用[J].四川解剖学杂志, 2023, 31 (1): 124-126.
- [5] Yan L. Analysis of the Nursing Effect of Continuity of Care on Elderly Patients with Coronary Heart Disease Unstable Angina and its Impact on Quality of Life[J]. Journal of Clinical and Nursing Research, 2024, 8 (2): 185-190.
- [6] 史文科, 孔丽, 万冰蕊.以行为改变理论为核心的护理管理在冠心病 PCI 术后心脏康复中的应用[J].黑龙江医药科学, 2024, 47 (1): 171-172.
- [7] 胡桑, 张丽, 何春林, 等.基于健康信念和计划行为理论的干预方案在冠心病患者中的应用效果[J].中国医师杂志, 2024, 26 (3): 432-436.
- [8] Xu Q, Peng Y, Tan J, et al. Prediction of Atrial Fibrillation in Hospitalized Elderly Patients With Coronary Heart Disease and Type 2 Diabetes Mellitus Using Machine Learning: A Multicenter Retrospective Study[J]. Frontiers in public health, 2022, 10 (45): 842104-842104.
- [9] 郑润茹, 张洁, 王翠翠.基于行为转变理论的护理干预在冠心病患者中的应用效果[J].实用中西医结合临床, 2023, 23 (24): 110-112.
- [10] Melnes T, Bogsrud M P, Christensen J J, et al. Gene expression profiling in elderly patients with familial hypercholesterolemia with and without coronary heart disease[J]. Atherosclerosis, 2024, 45 (33): 392-394.
- [11] 李霞, 张德利.行为转变理论在老年冠心病患者护理干预中的价值[J].临床护理研究, 2023, 32 (7): 10-12.
- [12] 徐新.行为转变理论在老年冠心病患者护理干预中的价值分析[J].自我保健, 2023, 27 (7): 125-127.
- [13] Banfi C, Piarulli F, Ragazzi E, et al. Immature Surfactant Protein Type B and Surfactant Protein Type D Correlate with Coronary Heart Disease in Patients with Type 2 Diabetes[J]. Life (2075-1729), 2024, 14 (7): 886-886.
- [14] 陈格娟.行为转变理论用于冠心病老年患者护理干预中的作用研究[J].每周文摘·养老周刊, 2023, 22 (5): 110-112.
- [15] 于洪英.传统干预技术与行为干预技术应用在中老年冠心病护理中的效果分析[J].中国保健营养, 2023, 33 (25): 34-36.