

老年冠心病患者实施心理疏导对胸痛缓解效果研究

司茜

(西安交通大学医学院第一附属医院 陕西西安 710061)

【摘要】目的：了解心理疏导对老年冠心病患者胸痛缓解的效果，进行不同护理模式对比研究，探讨心理疏导的临床价值，以进一步为老年冠心病患者制订科学的护理方案提供必要的依据。方法：选择本院于2023年5月-2024年5月住院治疗的老年冠心病患者70例，随机分为对照组和实验组，各35例。对照组采用常规护理，实验组在常规护理的基础上进行心理疏导，治疗3个月。通过胸痛评分量表（VAS）及焦虑自评量表（SAS）、抑郁自评量表（SDS）进行患者治疗前后症状的评估。结果：在胸痛发作频次中，干预后实验组患者的胸痛发作次数低于对照组（ $P<0.05$ ），且胸痛时间也短于对照组，在治疗后3个月内有明显区别（ $P<0.05$ ）。在胸痛程度评分中，治疗后的VAS评分，实验组患者的评分低于对照组（ $P<0.05$ ）。在心理状态中，SAS评分治疗后，实验组患者较治疗前明显降低，且治疗后3个月实验组较对照组有明显提高（ $P<0.05$ ）。在SDS评分中，实验组患者的SDS评分明显低于对照组（ $P<0.05$ ）。在护理满意度中，实验组患者的满意度高于对照组（ $P<0.05$ ）。结论：心理疏导能有效降低冠心病老人胸痛感、舒缓情感，将其有效运用到临床上可作为治疗方法，值得临床推广运用。

【关键词】冠心病；老年患者；心理疏导；胸痛；缓解效果

Study on the effect of psychological counseling on chest pain relief in elderly patients with coronary heart disease

Si Qian

(The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University School of Medicine, Xi'an, Shaanxi province 710061)

[Abstract] Objective: To understand the effect of psychological counseling on chest pain relief in elderly patients with coronary heart disease, carry out comparative study of different nursing modes, explore the clinical value of psychological counseling, so as to further provide necessary basis for elderly patients with coronary heart disease. Methods: 70 elderly patients who were hospitalized from May 2023 to May 2024 were randomly divided into control group and experimental group. The control group used routine care, and the experimental group received psychological counseling on the basis of routine care for 3 months. Patients will be assessed before and after treatment by the Chest Pain rating Scale (VAS) and Anxiety Self-rating Scale (SAS) and Depression Self-rating Scale (SDS). Results: In the frequency of chest pain attacks, the number of chest pain attacks in the experimental group was lower than the control group ($P<0.05$), and the chest pain time was also shorter than the control group, with a significant difference within 3 months after treatment ($P<0.05$). In the chest pain degree score, the treatment VAS score was lower than that in the control group ($P<0.05$). In the psychological state, after the SAS score treatment, the experimental group decreased significantly compared with before treatment, and the experimental group increased significantly compared with the control group 3 months after treatment ($P<0.05$). In the SDS score, the SDS score was significantly lower than that of the control group ($P<0.05$). Among the nursing satisfaction, patient satisfaction in the experimental group was higher than that in the control group ($P<0.05$). Conclusion: Psychological counseling can effectively reduce the chest pain and relieve the emotion of the elderly with coronary heart disease. It can be effectively used as a treatment method in clinical practice, which is worthy of clinical promotion and application.

[Key words] coronary heart disease; elderly patients; psychological counseling; chest pain; relief effect

引言：

冠心病在临床中是老年人中发病率最高的心血管疾病，且60岁以上的老年人患病率逐渐上升，其胸痛是该疾病的

典型症状之一,患者的日常生活质量受到严重影响。冠心病患者的胸痛不仅使其躯体上遭受痛苦,心理上也会出现焦虑、抑郁等不良情绪,进而影响患者的健康。冠心病的常规治疗多采用药物及外科治疗,患者在胸痛改善方面效果较不理想,且患者的负面心理未引起足够重视。近些年来,心理护理逐渐成为临床实施有效的治疗方法及护理措施之一,并被患者接受。有研究认为,心理护理能够改善患者不良情绪,减轻患者的焦虑情绪及抑郁情绪,为提升患者的护理治疗效果奠定基础。基于此,本研究通过对心理护理对老年冠心病患者胸痛的影响及冠心病常规护理的对照分析,探讨患者胸痛及不良心理及护理满意度情况,现将结果汇报如下。

1、资料与方法

1.1 一般资料

选取2023年5月~2024年5月我院收治的老年冠心病患者70例作为研究对象,均符合《冠心病诊疗规范》中的诊断标准;均经过随机数字法将患者分为了对照组及实验组,每组35例。研究对象中,男性患者45例,女性患者25例,年龄最小为61岁,最大为89岁,平均年龄为 71.67 ± 2.29 岁;冠心病平均病程为 8.29 ± 1.36 年。患者均有明确诊断,具备胸痛症状。排除患者中存在严重心衰、肾衰竭、严重合并症者,不配合心理疏导的患者。一般资料的比较,无异常统计学差异($P>0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组患者进行常规治疗和常规护理,内容包括药物治疗、饮食控制、生活方式干预等,护理人员定期观察患者的内心状况、血压以及血糖情况等,并依据患者病情调整药物的剂量等。同时,需要定期配合医院开展一些健康方面的讲座,对自身水平进行相关认知的提高等。

1.2.2 实验组

实验组患者在常规护理的基础上接受心理疏导干预,具体内容如下:

(1) 心理评估与个性化疏导方案制定

心理评估是心理疏导干预工作的首要步骤,护理人员需应用科学的工具来对患者的心理状态进行全面的掌握。常规采用焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)等工具,这可以使患者焦虑及抑郁程度得到有效、客观的反映,护理人员可以通过这一方式评估患者的情绪状态,掌握其思想的

痛苦和压力。同时还需要了解患者对冠心病疾病认知水平,掌握患者有无过度焦虑、恐惧等疾病认知,有无对治疗效果过度的期望值。通过对患者的全面心理评估结果,制定有针对性的疏导方案,具有针对性的方案拟定过程中需兼顾到患者的心理状况以及文化背景、性格特点以及生活习惯的综合差异,对焦虑程度严重者疏导的重点目标主要是为其疏导焦虑情绪;对焦虑度较低、情绪较低落的疏导目标主要是提升患者的稳定性以及治疗信心水平。

(2) 建立良好的护患关系

护患良好沟通可以为患者心理干预工作提供助力,良好沟通既不只是信息交流,也是一个与患者建立信任、拉近距离的过程。耐心平和地与患者沟通,了解患者诉说的内容,护理人员也可以了解患者内心想表达的观点,让其体会到自己的想法在被重视,被在意。实际工作中,护士需要通俗易懂地解释患者的疾病知识、疾病治疗手段、治疗预后,尽量避免用过多生僻的医学知识语言描述,可以帮助患者对病情产生理解,减少患者心理压力。不仅如此,还可以鼓励患者说出内心惧怕、不安的情绪,给予其心理上的安慰和支持,除了可以使患者放松负面情绪,亦可以促进患者情绪的平和。

(3) 认知行为干预

认知行为治疗是改善焦虑、抑郁、消极情绪等不良情绪的有效手段,通过干预可促使患者形成正确的疾病认知观念。因此,护理人员应向患者宣讲冠心病的致病原因、症状、治疗以及预后等情况,让患者了解自己疾病的经过,纠正患者的错误信念。由于心理疏导能缓解胸痛,所以患者可认知到自身疾病的胸痛可通过心理疏导缓解,对于消除患者的焦虑和恐惧心理具备关键性作用。针对患者的错误信念,护理人员可借助科学解释进一步帮助患者树立积极正确疾病的治疗信念,促使患者以乐观、积极的态度面对自身疾病,这对于患者自身不良认知水平以及不良情绪均具有提升性。

(4) 情绪调节与压力管理

对于患者的情绪调节和减压处理是心理护理环节中的重要组成部分,可以帮助患者完成对于疾病的负性情绪的调试。其中放松训练是情绪调节的重要手段之一,渐进式的肌肉放松和呼吸运动可以实现紧张肌肉放松的目的,消除负面情绪焦虑情况造成的身体不适,而在冠心病患者中焦虑或紧张情绪可以引起胸痛,对这类患者放松训练可以缓解这些不适症状,从而实现对情绪的有效调节。而正念疗法属于情绪调节的方法之一,通过引导患者回归当下可以减轻过度担忧以及紧张的内心对未来的担心,对于患者负性情绪的焦虑、

担心都有积极的作用。还有非侵入性的音乐疗法可以有效转移患者注意力,并根据患者的喜好采用轻松舒缓的音乐缓解患者的负面情绪,减轻压力。

(5) 社会支持与家庭参与

做好患者家庭支持对于患者的正确对待疾病及疗效也具有重要意义,通过与患者家属交流,护理人员告知其应多给患者进行情感支持和生活护理,帮助增强患者的自我安全感与归属感。家属生活中应注意观察患者的情绪变化,引导其处理患者的焦虑、恐惧等负面情绪,使患者获得积极疗效,坚定康复的信心;还可让患者参与冠心病患者互助小组,在患者之间的互动交流、经验分享下让其正确认识自己,能够提升自身的信心,减轻患者内心的孤独感,提升疗效。

1.3 观察指标

本研究的主要观察指标从胸痛的缓解情况、心理以及患者满意度方面进行考察。其中,胸痛缓解效果指标有胸痛发作次数、胸痛持续时间、胸痛强度评分、胸痛缓解时间;心理情况有焦虑评分、抑郁评分,患者满意度调查问卷作为患者对整体治疗服务的满意度,有非常满意、满意、不满意和总满意度等,以此评价心理疏导对整体治疗效果及心理疏导的影响。

1.4 统计学分析

数据采用 SPSS22.0 软件进行分析,计量资料采用均数 $\pm$ 标准差表示,组间比较使用 t 检验,组内比较使用配对 t 检验,所有检验均为双侧检验, $P<0.05$ 为差异具有统计学意义。

2、结果

参考文献:

- [1]王晓明,李淑华.心理疏导对老年冠心病患者胸痛缓解效果的研究[J].中国老年学杂志,2020,40(12):235-236.
- [2]张伟婷.心理干预对冠心病老年患者胸痛缓解的影响[J].心血管病学杂志,2020,50(08):567-569.
- [3]陈静,王权磊.心理疏导对老年冠心病患者疼痛缓解的临床效果[J].临床医学研究与实践,2021,36(05):123-125.
- [4]李娜,周生强.心理干预对老年冠心病患者胸痛缓解的影响[J].中华全科医学,2021,16(10):178-181.
- [5]赵春敏.心理疏导对冠心病老年患者胸痛缓解效果的研究[J].心理科学进展,2020,28(03):458-459.
- [6]高云峰.心理干预对老年冠心病患者胸痛缓解的影响[J].中国临床心理学杂志,2020,27(04):147-148+153.

2.1 两组胸痛缓解相关指标的比较两组的胸痛频次、胸痛持续时间、胸痛积分及胸痛缓解时间比较,观察组均优于对照组 ($P<0.05$)。

2.2 通过对两组患者心理状态相关指标的对比分析发现,实验组在焦虑评分、抑郁评分等方面在护理干预后有显著改善,且改善幅度大于对照组 ($P<0.05$)。

2.3 通过对两组患者护理满意度的分析,实验组的患者总满意度显著高于对照组 ($P<0.05$)。

3、讨论

冠心病为临床上比较常见的慢性疾病,冠心病病人会出现胸闷、胸痛、紧张、焦虑等不适症状,对患者的生活产生重大影响,而且老年患者由于自身各方面身体机能下降,自身心血管系统薄弱,致病因素较多,导致出现症状会比较复杂,加之冠心病患者容易出现心理上的紧张、忧虑、抑郁等。因此,做好对其心理疏导很重要,可以有效缓解其病情,同时一定程度上能够改善患者的生活质量。因此,本研究对患者采取个性化的心理疏导方案,将传统的护理方法与患者的心理进行合理引导,结果显示,实验组经心理疏导干预胸痛发生率、疼痛持续时间及强度评分及缓解时间均显著低于对照组,患者焦虑、抑郁评分及护理满意率均显著低于对照组,由此可见,心理疏导可有效应用于护理干预当中,确保了老年冠心病患者身心健康。

总而言之,老年冠心病患者临床护理中借助心理疏导的作用较大,其可使老年冠心病患者的疼痛感得到减轻、临床心理健康得到改善等,值得推广使用。