

运动康复护理干预对老年冠心病慢性心力衰竭病人生活质量的影响

孙润润

胜利油田中心医院 山东东营 257000

摘要:目的: 科学研究运动康复护理干涉对老年冠心病慢性心力衰竭患者效果。方式: 选择我院 2018 年 3 月—2020 年 3 月接诊的 84 例老年冠心病慢性心力衰竭患者开展此次科学研究, 分成对照组 42 例(行基础护理)和观察组 42 例(行运动康复护理), 较为 2 组医护实际效果。**结论:** 观察组各类生活品质得分和有关心脏功能指标值均显著好于对照组($P < 0.05$)。**结果:** 在老年冠心病慢性心力衰竭患者临床医学护理工作中, 引进运动康复护理, 有利于促进患者病情稳定, 提高患者身体健康水准, 具备推广性。

关键词: 运动康复护理; 年冠心病; 慢性心力衰竭; 生活质量

Influence of exercise rehabilitation nursing intervention on quality of life of elderly patients with coronary heart disease and chronic heart failure

Runrun Sun

Shengli Oilfield Central Hospital, Dongying, Shandong Province 257000

Abstract: Objective: To study the effect of exercise rehabilitation nursing intervention on elderly patients with chronic heart failure of coronary heart disease. Methods: 84 elderly patients with chronic heart failure treated by our hospital from March 2018 to March 2020 were selected to carry out this scientific study, which was divided into 42 cases in the control group (basic care) and 42 cases in the observation group (exercise rehabilitation nursing), with the practical effect of 2 groups. Conclusion: The scores of quality of life and the cardiac function were significantly better than the control group ($P < 0.05$). Results: In the clinical medical nursing work of elderly patients with chronic heart failure, the introduction of sports rehabilitation nursing is conducive to promoting the stability of patients' condition, improving the health level of patients, and popularizing.

Keywords: Exercise rehabilitation nursing; Years of coronary heart disease; Chronic heart failure; Quality of life

引言

冠心病(CHD)为临床常见的心血管疾病, 具有较高发病率, 随着患者病情进展可并发慢性心力衰竭(CHF), 除给予患者有效的治疗外, 护理干预也必不可少, 这是提高患者预后的有效手段。有研究指出, 康复运动对心脑血管疾病患者临床预后具有积极意义。但常规的运动康复无法完全满足患者需求, 患者需要更加优质的康复干预方式, 运动康复护理作为康复运动方式中的一种, 对患者机体功能恢复有积极作用。

一、资料与方法

1. 一般资料

选取本院 2018 年 3 月—2020 年 3 月收治的 84 例老年冠心病慢性心力衰竭患者开展本次研究, 分成对照实验 42 例和观察组 42 例。对照实验男: 女以 11 : 10; 平均年龄为(57.18±5.89)岁。观察组男: 女以 1 : 1; 平均年龄为(57.76±5.13)岁。2 组一般资料对比, $P > 0.05$, 具有可比性。

2. 方法

(1) 对照组

本组病人给予常规护理。

(2) 观察组

联合运动康复护理。①基础活动: 由护理人员帮助, 引导病人展开骨关节弯折活动, 对上下肢肌肉开展推拿, 每一次 10min, 每日 2 次, 按时翻盘, 间隔为 3h。展开床边腿部活动, 引导病人将两脚迟缓伸出, 不断 2~3s, 再慢慢伸出小腿肚, 让其和腿处在同一直线, 保持 10s, 将腿撤回, 每一次 15s, 每日 4~5 次。展开床边手臂活动, 引导病人采用座位, 平伸双臂, 引导其将手心向下, 于胸口曲屈, 从里到外渐渐地画圆圈, 共完成 10 次, 向上下平伸双臂, 让其和乳房维持平行面, 手臂朝下, 各自于垂直方向渐渐地划圈, 一直到胸口, 共完成 10 次, 每一次 25s, 每日 4 至 5 次。展开座位治疗法, 帮助病人, 令其在椅子或者沙发上坐下, 每次持续 20~30min, 每天 1~2 次, 根据病人实际情况, 将次数适当增加。②心理护理: 护理人员需搞好随访工作中, 贯彻落实心态调节, 增进交换关联, 剖析病人心理特点和文化素养, 开展健康宣讲, 为病人解读病因学专业知识、常见问题、护理相互配合关键点、康复治疗实际意义, 为病人解读恢复良好的医论, 助其清除顾虑, 缓解负自我意识, 加强自信心。引导亲属多陪伴病人, 令病人体会到关心和照顾, 保持轻轻松松、愉快的心绪, 促进有效性提高。③全身性运动: 诊疗体操运动, 制做诊疗体操视频, 转发给病人, 嘱咐病人每日坚持锻炼,

每一次 20min, 每日 1 次, 包含处于被动运动训练、积极运动训练、伸展运动、肌张力运动训练和抗阻运动 5 一部分。徒步试验, 要为病人制订精准医疗康复治疗对策前, 必须全方位评定病人的具体情况, 令病人徒步 6min, 纪录病人行走距离。④实施策略: 在开展健身运动康复治疗时, 需遵照低抗压强度到高韧性, 低运动强度到高运动量, 慢慢增加健身时间标准, 本质上所有住院治疗病人都必须仿真模拟 1 遍以上医护方法, 但由于一部分病人病情恶化、人体素养较弱, 护理人员可以直接向其解读方式、常见问题和关键点, 然后示范。⑤针对饮食。告知患者及家属不良饮食习惯是 CHD 合并 CHF 的危险因素。本院营养科根据患者个体情况, 制定个性化饮食方案, 以保证维生素的摄入。告知患者少食多餐对机体康复有积极意义。

3. 观察指标

评定 2 组心脏功能改进状况: 包含左室末径、左室射血分数和左房公称直径。评定 2 组生活质量: 采用 SF-36 评定量表, 包含身体作用、心理结构和社会意识形态得分, 成绩都与生活质量正相关。

二、结论

1. 心脏功能改善状况

观察组, 不论是在左室舒张末径方面, 还是在左室射血分数以及左房内径方面, 都显著好于对照组, $P < 0.05$ 。

2. 生活质量

观察组的各种生活质量得分均远远高于对照组, $P < 0.05$ 。

三、讨论

有研究显示, 体育运动对预防 CHD 有积极作用。因此, 对于 CHD 合并 CHF 患者的治疗, 更需要给予合适的运动康复训练及护理干预。针对性护理从“生物-心理-社会”模式对患者进行干预, 其针对治疗期间患者可出现的问题以及影响患者预后的相关因素进行提前干预, 对患者治疗有积极意义^[1]。心肌梗塞是临床医学高发心脑血管疾病, 此病患者临床表现为动脉硬化, 此病发病率与年龄展现出成正比, 多发于抽烟人群、糖尿病患者人群、高血压人群和肥胖症人群, 此病患者普遍风险源有高脂血症、血压上升、不良生活方式, 缺乏精力活动等。慢性心衰是老年人心肌梗塞患者普遍并发症, 老年人各类人体机能明显下降, 产生心脑血管疾病的几率明显提升。此病患者临床观察艰难, 在没有给与患者目的性、立即临床观察时, 患者有可能会产生各种并发症, 会让患者安全与健康造成重

大危害^[2]。此外, 老年人患者通常合并慢性疾病, 容易出现焦虑情绪、躁动不安等负性情绪, 会让临床观察和康复护理相关工作的成功展开造成严重危害。剖析患者病况和运动耐受力, 为患者制定精准医疗运动康复护理方案, 有利于促使患者各类功能恢复, 提健康意识。

过去多给与此病患者用药治疗, 为患者给予合适的药品, 正确引导患者卧床静养, 该治疗方法具备一定程度局限, 尽管可以改善患者临床表现, 可是无法提升患者的心肺功能, 与此同时协同运动康复护理, 有利于加强患者的愈后实际效果, 提升患者的心脏功能^[3]。在正确引导患者展开运动康复治疗以前, 医护人员必须精确测量患者的身体素质, 以患者具体情况为基础, 为患者制定专业化、精准医疗运动健康管理计划, 时间推移增加, 依据患者身体恢复状况, 运动耐受性, 适度布局调整, 进而改进患者心脏功能, 提升患者生活品质。此外, 为此病患者加强基础护理, 详尽为患者解读病因学专业知识, 突显运动康复护理执行的方式和重要作用, 加重患者针对病症及其临床医学护理工作中的认识。关心患者心态变化状况, 立即疏通患者造成的焦虑、躁动不安等负性情绪, 促使患者能动性提升^[4]。此次科学研究结果显示观察组患者有关指标值改进状况显著好于对照实验, 运动康复护理运用可以明显提升患者的心脏功能, 促使各类生理作用改进; 比照 2 组生活品质得分, 观察组明显较高, 表明运动康复护理运用可以明显提升患者的生活品质。表明运动康复护理的应用能够明显改进患者病况, 促使患者身体健康水准, 确保患者人身安全。

总的来说, 在老年人心肌梗塞慢性心衰患者临床医学护理工作中, 引进运动康复护理, 有利于促使患者病情稳定, 提升患者身体健康水准, 具备推广性。

参考文献:

- [1] 刘洋. 集束化护理干预对冠心病慢性心力衰竭患者生活质量的影响 [J]. 中国医药指南, 2021, 19(30): 126-127.
- [2] 周倩. 运动康复训练对老年冠心病慢性心力衰竭患者的应用效果研究 [J]. 中国实用医药, 2020, 15(33): 167-169.
- [3] 牛喜娟, 付翠翠, 李颖柯. 运动康复护理干预对冠心病慢性心力衰竭患者心功能及运动耐量的影响 [J]. 临床医学工程, 2020, 27(01): 91-92.
- [4] 郑春风, 陈瑶琴. 运动康复护理对冠心病慢性心力衰竭患者预后的影响 [J]. 中国卫生标准管理, 2018, 9(21): 183-185.