

健康教育联合综合护理干预对冠心病患者疾病认知及自我管理能力的影 响

冷娜

(新疆维吾尔自治区中医医院, 新疆 乌鲁木齐 830001)

摘要:目的 健康教育联合综合护理干预对冠心病患者疾病的认知及自我管理能力的影 响。方法 抽取 100 例冠心病患者进行探讨, 随机 分组, 对照组开展传统护理干预, 实验组采取健康教育联合综合护理干预。结果 通过分析, 实验组远远强于对照组, 差异明显, 具有统 计学意义。结论: 针对冠心病患者采取健康教育联合综合护理干预, 提高遵医行为性, 有效的控制血压, 显著的提高治疗效果, 改善生活 质量, 具有良好的临床效果。

关键词: 健康教育; 综合护理干预; 冠心病; 自我管理能力

冠心病即冠状动脉粥样硬化性心脏病 (CAHD), 属于临床多见 的心血管疾病, 其患病率极高, 严重影响人类的生命安全[1]。不但 对病人身体产生不适, 降低活动功能; 同时还会加重心理负担, 明显 的降低该生活质量, 严重时死亡。所以, 需要加强分析和实践, 逐渐 的增强治疗此病的临床效果[2]。现抽取 100 例冠心病患者开展 综合护理联合健康教育, 获得良好的临床疗效, 体会如下。

1 资料与方法

1.1 一般情况:

抽取 2019 年 1-7 月收治的 200 例冠心病患者进行分析, 包括 男性 134 例, 女性 66 例, 年龄 60~90 岁, 平均年龄 (72.3 ± 2.4) 岁, 病程 1-9 年。纳入要求[3]: ①采取心电图检查、动态超声图检 查等, 并且根据病人的具体症状, 诊断为冠心病; ②排除认知功能 障碍、精神病史, 能够完成问卷填写; ③知情同意本次研究。平均 分成两组, 经过对比所有病人的年龄, 性别, 文化水平以及疾病等 一般情况, 差异较小, (P>0.05), 存在对比性。

1.2 方法:

对照组选择一般护理干预, 主要措施: 健康知识教育, 饮食干 预, 和患者沟通, 增强战胜疾病的信心。实验组选择健康教育联合 综合护理干预, 具体分为:

1.2.1 健康教育内容: ①入院健康教育。入院后护士对病人进行 基础健康宣教, 主要内容有冠心病的发病机理, 治疗措施, 必要性 以及相关的禁忌事项, 详细的为病人进行介绍。进而有效地提高病 人对疾病的认知, 从而提高治疗依从性, 保证临床效果。②心理干 预。按照患者的具体病情, 开展针对性的心理疏导, 冠心病病程漫 长, 容易反复发作, 必须坚持长时间的服药, 从而病人极易出现焦 虑, 紧张的不良心理, 并且有些病人治疗依从性差, 不正确的服药, 造成疾病恶化[4]。护士需要积极和病人交流。在进行健康宣教的过程 中, 给予及时的心理疏导。特别是长时间服药效果较差的病人, 为其介绍治疗成功的病例, 解除病人的顾虑, 增强战胜疾病的信心。③远程健康教育。护士为病人发放健康教育的宣传册。用于病人的 日常生活学习, 主要内容分为: 掌握关心病的诱发因素以及与血压, 血糖之间的联系。此外, 让病人掌握关心病的主要症状, 病理特点 以及自救方法等。指导病人形成健康规律的生活习惯, 坚持低盐低 脂饮食。并指导患者进行适当的体育锻炼。出院后通过微信, 电话 等途径进行远程健康教育, 随时掌握病人饮食, 运动以及心理状态 等情况。

1.2.2 综合护理: ①用药干预: 由于关心病病程漫长, 疾病难以

治愈, 长时间的用药或者药物种类繁多。患者容易忘记药物的服用 量与方法, 依从性减弱, 对于这种现象, 护士应及时和患者以及家 属交流, 告知用药的目的以及必要性, 如果患者年龄较大, 叮嘱家 属监督其服药, 从而提很治疗依从性。如果患者药物较多, 为了避 免其出现服药错误, 把每天每次服用的药物名称, 剂量, 用法打印 出来交给家属, 告知其监督患者每日药物服用, 进而显著的增强服 药的依从性。②生活指导与饮食干预: 患者入院后对企业实施饮食 干预以及生活指导。因为冠心病患者主要是因为冠状动脉粥样硬化 造成的相关文献报道, 饮食以及生活行为, 对于关心病患者的治疗 效果具有直接的影响[5]。所以患者住院后, 护理人员为其介绍形成 科学健康的饮食方法, 生活行为的目的以及必要性。规律饮食, 按 时进餐, 低盐低脂, 饮食清淡, 禁止暴饮暴食。少吃脂肪、热量及 盐分含量高的食物, 如油炸食品、生冷、辛辣食品。多吃蔬菜和果 以及维生素量丰富的食物。另外, 指导患者形成健康的生活方式, 戒烟戒酒, 适当的体育锻炼, 如饭后散步, 早晨快步走等。同时, 注意调节心情, 保证心情愉悦, 防止出现心理焦虑。③康复训练: 康复训练应在专业医师或护士的指导下进行。护士应该按照每位患 者的病情以及身体机能, 制定合理的康复锻炼方案。例如有氧训练、 力量训练、呼吸训练、室步行训练和放松性训练等, 然而, 应结合 病人的身体情况, 掌握好运动强度, 以患者可以接受为宜, 禁忌过 于劳累, 在活动过程中, 注意做好保护工作, 病人在锻炼时应有专 业的人员陪同和指导, 病人训练完毕也应由一人陪同送至病床。相 关文献报道[6], 适量合理的的康复锻炼, 可以增强患者的身体素质。 增强患者的心血管功能。康复训练结束后, 护理人员需对其进行放 松训练, 进而降低乳酸堆积, 缓解肌肉酸痛感。在进行放松训练时, 可播放舒缓的音乐或对其进行按摩, 从而促进周身血液循环, 令其 能够达到身心完全放松的状态, 更好的进行下一次训练。

1.3 效果判断:

评价护理效果时通过我科设计的疾病认知及自我管理问卷调 查进行, 具体分为: 服药规律、监测心率及血压、饮食调节、复查 规律、戒烟戒酒等遵医行为。

1.4 数据处理:

计量资料用均数 ± 标准差 (x ± s) 表示, 统计分析使用 SPSS20.3 软件包完成, P<0.05 为有显著性差异, 具有统计学意义。

2 结果

通过对比两组患者的生活自我管理能力, 疾病认知等情况, 治疗 组远远强于对照组, 差异较大, (P<0.05), 具有统计学意义, 见表 1。

表 1 两组患者的遵医行为的比较 (%)

组别	例数	规律服药	监测血压	饮食控制	戒烟戒酒	复查规律
治疗组	100	100 (100%)	98 (98%)	96 (96%)	98 (98%)	97 (97%)
对照组	100	87 (87%)	83 (83%)	78 (78%)	87 (87%)	85 (85%)
P 值		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

(下转第 80 页)

(上接第 103 页)

冠心病主要是因为冠状动脉血管狭窄或堵塞,造成心肌缺血、缺氧,进而出现坏死的疾病,严重的降低病人的生活质量。相关的文献报道,这种病人往往会出现恶心,呕吐,发汗,休克,心力衰竭等表现[7],此外还有相关资料报道:对于关心表心绞痛病人开展健康教育,结合综合护理干预,可以提高病人对疾病的认识,增强患者自我管理能力和良好的临床效果[8]。健康教育联合综合护理干预是一种科学化,合理化,个性化的多种形式的教育,主要是为了缓解病人的不良心理以及不科学的行为习惯。该报告中,治疗组病人开展健康教育护理干预,在病人入院后开展健康宣教的护理,提升病人对疾病的认知,通过心理护理缓解患者的不良心理,加强其治疗依从性及治疗信心,患者出院后利用 QQ、微信等工具给予患者远程健康教育,指导出院后的生活,促使病人形成科学规律的生活方式,既然显著的控制病情,发挥良好的效果。本研究结果显示,治疗组护理后在疾病认知及自我管理能力和自我管理能力方面情况显著优于对照组,差异显著, ($P < 0.05$),具有统计学意义。由此证明在常规用药的基础上,进一步对冠心病患者实施综合护理与健康教育,可以显著改善其治疗效果,提高其治疗总有效率,具有良好的临床运用价值。

综上所述,针对冠心病心绞痛患者应在常规护理的基础上,进行健康教育和综合护理,让病人全面的掌握疾病产生的诱因,以及

相关的治疗方法,不仅能够明显的增强治疗依从性,同时促使患者形成科学规律的生活方式,经常而明显的提高生活质量,有效的控制病情,改善预后,具有良好的临床应用价值效果。

参考文献:

- [1]王宁.健康教育心理护理对冠心病心绞痛患者生活质量的影响研究[J].基层医学论坛,2019,6(10)231-233
- [2]崔秀云.门诊健康教育及心理护理对冠心病患者生活质量的影响观察[J].中国保健营养,2019,7(11)893-894
- [3]高玉梅.心理护理与健康教育对冠心病心绞痛患者生活质量的影响[J].今日健康,2018,5(32)64-65
- [4]李莹.心理护理与健康教育对冠心病心绞痛患者效果分析[J].临床医药文献电子杂志,2018,25(9)27-28
- [5]张晓方.心理护理与健康教育对冠心病心绞痛患者心理状态、生活质量的影响[J].首都食品与医药,2019,7(12)382-383
- [6]黄丽.冠心病心绞痛患者心理护理与健康教育对生活质量的的影响研究[J].基层医学论坛,2018,6(13)52-53
- [7]陈红平.心理护理与健康教育应用于冠心病心绞痛患者的效果研究[J].世界临床医学,2018,21(13)63-64
- [8]何轶.新型健康教育护理模式在冠心病临床护理中的应用研究[J].健康大视野,2019,7(13)38-39