

渐进式康复护理指导对急性心肌梗死的影响

黄美连

来宾市人民医院 广西 来宾 546111

【摘要】：目的：探究对急性心肌梗死实施渐进式康复护理指导的具体影响 方法：采用我院2021年3月-2022年4月收治的77例急性心肌梗死患者作为研究对象，随机分为对照组38例，试验组39例，对照组对急性心肌梗死患者采用常规护理方式，试验组实施渐进式康复护理指导，对比两组护理后的心功能指标、焦虑抑郁评分以及生活质量评分。结果 试验组实施护理干预后，患者的心功能改善情况明显优于对照组，其焦虑抑郁评分低于对照组，生活质量评分高于对照组，差异均有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：渐进式康复护理指导对急性心肌梗死的心肌功能有明显改善作用，降低患者的不良情绪，同时提高患者的生活质量，具有临床应用价值。

【关键词】：渐进式康复护理指导；急性心肌梗死；影响

The Impact of Progressive Rehabilitation Nursing Guidance on Acute Myocardial Infarction

Meilian Huang

Laibin People's Hospital Guangxi Laibin 546111

Abstract: Objective: To explore the specific impact of implementing progressive rehabilitation nursing guidance for acute myocardial infarction. Method: 77 patients with acute myocardial infarction admitted to our hospital from March 2021 to April 2022 were selected as the research subjects. They were randomly divided into a control group of 38 cases and an experimental group of 39 cases. The control group used routine nursing care for patients with acute myocardial infarction, while the research group implemented progressive rehabilitation nursing guidance. The cardiac function indicators of the two groups after nursing were compared Anxiety and depression scores, as well as quality of life scores. After the implementation of nursing intervention in the experimental group, the improvement of patients' cardiac function was significantly better than that in the control group. Their anxiety and depression scores were lower than those in the control group, and their quality of life scores were higher than those in the control group, with statistical significance ($P<0.05$). Conclusion: Progressive rehabilitation nursing guidance has a significant improvement effect on myocardial function in acute myocardial infarction, reducing patients' negative emotions, and improving their quality of life, which has clinical application value.

Keywords: Progressive rehabilitation nursing guidance; Acute myocardial infarction; Influence

急性心肌梗死（AMI）是由于冠状动脉缺血而引起心肌坏死，多出现剧烈胸痛疼痛，并无法通过休息或止痛药物缓解，同时并发心律失常、心力衰竭或休克，严重危及患者生命健康^[1]。根据相关数据统计 2002 年 -2019 年我国 AMI 死亡率呈逐年上升趋势，2012 年农村地区 AMI 死亡率呈现大幅度增长，2021 年急性心肌梗死（AMI）死亡率已高达 69.4%，预计 2030 年我国 40 岁以上的 AMI 患者将达到 2263 万人，该疾病成为威胁人类生命健康的主要疾病之一^[2]。另外随着社会生活的变化，超重率及肥胖率的整体上涨趋势，导致我国高血压、糖尿病以及其他心血管病患病率也逐年增长，导致多数病患都具有合并症，加大了病症治疗的难度。目前针对 AIM 治疗多数医院开通了急性心肌梗死抢救绿色通道，保障在较短时间内明确患者病情及实施救治，稳定病情发展，提高治愈率^[2]。该治疗以延续患者生命为主，致使后续出现并发症或不良反应，因此需要进行有效的护理方式来减少并发症的出现，是目前研究的重要问题^[3]。本文对急性心肌梗死实施渐进式康复护理指导，观察该护理方式对患者的具体影响，现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

采用我院 2021 年 3 月 -2022 年 4 月收治的 77 例急性心肌梗死患者。随机分为对照组 38 例，试验组 39 例进行研究，其中对照组女性 11 例，男性 27 例，年龄 34 ~ 72 岁，平均年龄（55.82±8.94）岁；试验组女性 13 例，男性 26 例，年龄 33 ~ 71 岁，平均年龄（55.61±8.43）岁，两组患者性别、年龄比较差异无统计学意义（ $P>0.05$ ），具有可比性。同时所有患者均自愿参与本研究。我院伦理委员会对本研究完全知情，并批准研究。依据《急性心肌梗死诊治指南》纳入标准：（1）符合诊断标准；（2）发病时间不超过 12h；（3）自愿参与本次研究，并能够配合护理进展的。排除标准：（1）患有其他恶性疾病；（2）无法正常交流；（3）有精神性疾病；（4）无法配合本次研究。

1.2 方法

对照组患者采用常规的护理指导，如监测患者体征和病情进展、用药指导、心理安抚等，试验组实施渐进式康复护理指导，具体方法如下：

1.2.1 渐进式康复护理指导

（1）设立专业指导部门或小组，制定渐进式康复护理指导方案，归类患者的病情状况，对方案进行详细分类。开展该护理指导培训，对部门或小组人员进行统一培训，

将渐进式康复护理的要点和关键内容进行讲解，并让部门人员熟练该护理模式，培训后进行考核，考核达标该部门人员可对患者进行护理指导。

(2) 要求在第一阶段对患者进行病情进行详细了解，以便于制定后续护理方案，让患者卧床休息，帮助患者日常活动或让家属协助进行。为患者讲解目前病情状况以及相关健康知识，管理患者戒掉不良生活习惯，如熬夜、抽烟、饮酒、不良饮食等，让家属也起到监督作用，制定康复计划并告知患者及家属。为患者制定的饮食搭配以清淡易消化为主，对患者表示关心，多与患者沟通交流，了解患者治疗的想法，拉近护患距离，从而使后续护理进展更加顺利，第一阶段的进展以轻微活动，缓解患者疼痛为主。

(3) 第二阶段需要指导患者缓慢起身，协助患者进行上肢和下肢活动训练，以及腕关节、肘关节、肩关节等部位进行适当活动。对于情况良好的患者可以进行自行洗漱、饮食等简单活动。

(4) 第三阶段根据患者病情状态，指导患者的关节和肢体活动，引导患者练习腹式呼吸、关节伸展运动等，同时可进行多次行走活动，后过渡到室外行走、台阶练习，根据患者的情况多次重复训练，并提醒患者若身体出现不适立即休息调整，对于恢复效果较好的患者可以到室外进行有氧运动，如太极、八段锦、慢走等，同时对每次训练的状态进行评估监测，密切观察患者的身体状况。

(5) 强调在每个阶段中都应当加入肌肉放松训练，指导患者保持肌肉放松后进行用力收缩肌肉，引导患者正确呼吸，反复呼气放松肌肉、吸气收缩肌肉，在每个阶段训练后进行，每次放松训练 15min 左右，根据患者的具体情况，

直至完成整体康复护理指导方案。放松肌肉训练时要观察患者的具体情况，对训练较吃力或过于轻松的患者做对应的训练调整，同时不可操之过急，定要循序渐进逐步增加难度。

1.3 疗效标准

实施护理后对患者的心功能指标进行记录对比；同时对采用抑郁自评量表 (SDS) 和焦虑自评量表 (SAS) 对患者的抑郁焦虑情绪进行评分，对评分数据进行统计对比；同时采用 SF-36 量表对两组患者的生活质量和健康状态进行评分，对比两组患者的 SF-36 评分。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS21.0 软件中分析，计量资料比较采用 t 检验，并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，率计数资料采用 χ^2 检验，并以率 (%) 表示，($P < 0.05$) 为差异显著，有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者进行护理指导后各项指标对比

试验组进行渐进式康复护理指导后，心功能 LVEF、LVESD 指标有明显改善，对比对照组效果明显；差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)，见表 1。

护理后两组患者的生活质量均有提升，其中试验组生活质量量表 (SF-36) 评分高于对照组；差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)，见表 1。

试验组实施护理后，患者的焦虑抑郁不良情绪有了明显的改善，其 SDS、SAS 评分均低于对照组，改善效果明显。差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)，见表 1。

表 1 两组护理后各项指标评分对比 [n (%)] ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	LVEF(%)	LVESD(mm)	SDS	SAS	SF-36
试验组	39	46.54±3.74	49.32±4.26	33.28±7.53	32.57±6.43	78.62±10.81
对照组	38	43.82±4.62	51.84±3.71	37.54±8.12	35.82±7.14	72.14±10.46
t/χ^2	-	2.843	2.765	2.388	2.100	2.672
P	-	0.006	0.007	0.019	0.039	0.009

3 讨论

急性心肌梗死给人们带来的危害显而易见，由于社会发展、工作、生活及环境或各种因素的影响，导致发病率逐年增长，过度劳累、情绪激动、暴饮暴食、寒冷刺激、吸烟饮酒等都是引发急性心肌梗死的危险因素^[4]。虽对心肌梗死目前已经有了良好的治疗方案，但部分患者在治疗过程中或治疗后依然会发生休克、死亡现象，在日常生活中依然存在着高危因素，导致病情复发或并发症的发作^[5-7]。

目前急性心肌梗死主要治疗方式有经皮冠状动脉介入治疗、溶栓治疗以及急诊外科搭桥手术治疗等，以疏通冠状动脉流通、使缺血缺氧心肌得到恢复为主要治疗目的^[8-9]。但治疗后需要对患者进行有效的护理指导，才能利于病情的恢复，常规的护理方式主要以限制患者活动，控制病情为主要护理目的，但由于卧床时间较长，因此引发的并发症发生率逐步增大，同时卧床过久的患者内心受到病情的影响，出现焦虑抑郁情绪，导致病情不利发展，造成体

内机能紊乱，出现并发症的概率增加，而病情的恶化更会导致患者产生不良情绪和心理压力，因此导致恶性循环，增加了病情治愈康复的难度^[10]。渐进式康复护理指导是根据患者的疾病情况和身体状态制定的一种系列性护理方式，该护理方式遵循循序渐进的原则，有效调节患者的负面情绪，减轻对心血管带来的负担，逐步加强的肢体训练及呼吸训练，促进身体细胞活度和体内新陈代谢，改善患者心脏功能和病情的恢复，有研究表示适当的运动和训练可以起到转移患者对病情的注意力，从而使患者心情愉悦，提高患者对康复的信心^[11]。通过渐进式康复护理指导给予正确的引导，改善不良情绪，避免因卧床时间过长出现并发症和抑郁情绪的现象。耐心多次地讲解健康疾病知识，戒掉不良嗜好和不良生活作息，让患者能够及时了解自身病症情况和并发症的预防，起到自我监督的作用，正确面对疾病，提高治疗积极性。利用运动训练提高患者对事物的积极主动性，预防抑郁焦虑情绪的出现，提高身体素质，

肌肉力量和耐力,使患者的自我生活能力得到一定程度的提升^[12-13]。

本次研究中,对试验组实施渐进式康复护理指导,能够明确地观察到患者的心功能指标得到了明显的提高,其焦虑抑郁评分对比对照组明显降低,生活质量评分有所提高,这种护理方式,通过对患者的肌肉反复训练并利用逐渐加强的方式,使四肢和关节得到有效锻炼,给病情康复打下基础。模式从简单到困难,具有挑战意义,能够激发患者的生活生命力量,训练后进行肌肉放松练习能够缓解肢体疲惫,还能提高患者的精神面貌,使体内活性因子得到充分释放^[14]。相关资料表示运动会分泌多巴胺及肾上腺素,使人体交感神经处于兴奋状态,从而让患者产生愉悦感,还能释放患者的心理和精神压力,同时能够降低皮质醇含量,增加记忆力^[15]。因此对患者进行循序渐进的运动训练有效缓解患者的不良情绪,提高患者生命活力,有利于病情的治疗与康复。通过本次研究也证实了该护理方式对急性心肌梗死具有良好的影响,改善患者的心功能指标和生活质量评分,降低焦虑抑郁评分,提高患者的治疗积极性,利于病情康复。

综上所述,对急性心肌梗死进行渐进式康复护理指导,能够有效改善患者心脏功能,提高治疗后患者的生活质量,同时减轻患者的焦虑抑郁情绪,利于病情康复,与常规护理方式相比护理效果显著,值得临床应用推广。

参考文献:

- [1] 王小琴,梁红梅,裴传凤等.急性心肌梗死心源性休克患者渐进式早期康复训练[J].护理学杂志,2019,34(23):72-74.
- [2] 武艳妮,王蓉,栾春红等.急性心肌梗死PCI术后患者基于5A模式的早期心脏康复护理[J].护理学杂志,2021,36(05):5-9+39.
- [3] 贾菲,王方.I期心脏康复运动在急性心肌梗死病人急诊PCI术后护理中的应用[J].护理研究,2022,36(10):1868-1870.
- [4] 许嘉慧,邱杰.渐进式抗阻训练联合正念干预对急性心肌梗死患者术后康复的影响[J].中国疗养医学,2022,31(12):1287-1290.
- [5] 包小妹.渐进式阶段性康复护理对急性心肌梗死PCI术后患者康复及心功能影响[J].疾病监测与控制,2022,16(05):413-415+420.
- [6] 霍红,李冰,曲超.早期心脏康复对急性心肌梗死介入术后患者的预后影响[J].系统医学,2022,7(03):32-35.
- [7] 李晓欢.急性心肌梗死患者早期康复护理干预研究进展[J].中国城乡企业卫生,2022,37(01):41-44.
- [8] 杨淑珍.渐进式康复护理指导对急性心肌梗死患者心脏功能康复及预后的影响分析[J].心血管病防治知识,2021,11(20):62-64.
- [9] 付倩,文盼盼.渐进式康复护理对急性心肌梗死PCI术后患者康复效果的影响[J].护理实践与研究,2020,17(15):48-50.
- [10] 孙立荣,靳美玲,吴文静等.心功能评估下个体化护理干预在急性心肌梗死术后患者康复中的应用[J].齐鲁护理杂志,2022,28(24):10-13.
- [11] 赖春风.早期康复护理对急性心肌梗死急诊经皮冠状动脉介入治疗后患者并发症及生命质量的影响[J].医疗装备,2020,33(01):179-181.
- [12] 赵颖芳,雷华冰,郭彩铃.渐进式康复护理对急性心肌梗死患者预后的影响[J].心血管病防治知识,2022,12(03):57-60.
- [13] 李慧萍,王息兰,鲍玉新.早期渐进式康复护理指导配合心理干预对脑梗死患者神经功能及自我管理能力的的影响[J].护理实践与研究,2018,15(24):1-4.
- [14] 马树琴,马树英.渐进式康复护理措施对冠脉内支架植入术患者的疗效及心脏功能的影响分析[J].临床医学研究与实践,2017,2(27):157-158.
- [15] 翁淑静.早期渐进式康复护理指导对改善脑梗死患者运动功能及焦虑状态的影响分析[J].中国医院统计,2015,22(03):208-210.