

健康教育在老年人心血管内科护理的应用研究

文楚楚

惠州市第三人民医院广东惠州516002

【摘要】目的：本研究的目的是评估舒适护理在老年慢性心衰患者护理中的效果。方法：将140名老年慢性心衰患者，分为对照组和实验组。对照组接受传统护理方法，实验组接受舒适护理干预。通过生活质量评估、症状评估和再住院记录等指标，对两组患者进行了观察和分析。**结果**：实验组在生活质量方面表现出显著改善。身体功能、心理健康和社交互动等方面得分明显提高。症状缓解方面，实验组患者的呼吸困难减轻，疲劳感减少，水肿症状得到缓解。住院率方面，实验组的再住院率显著低于对照组 ($P<0.05$)。**结论**：舒适护理在老年慢性心衰患者护理中展现出显著的效果，能够改善患者的生活质量、减轻症状并降低再住院率。

【关键词】慢性心衰；舒适护理；生活质量

Research on the Application of Health Education in Cardiovascular Nursing for the Elderly

Wen Chuchu

The Third People's Hospital of Huizhou, Guangdong 516002

Objective: The purpose of this study is to evaluate the effectiveness of comfort care in the care of elderly patients with chronic heart failure. **Method:** 140 elderly patients with chronic heart failure were divided into a control group and an experimental group. The control group received traditional nursing methods, while the experimental group received comfort nursing interventions. Two groups of patients were observed and analyzed through indicators such as quality of life assessment, symptom assessment, and readmission records. **Result:** The experimental group showed significant improvement in quality of life. The scores of physical function, mental health, and social interaction have significantly improved. In terms of symptom relief, the experimental group patients' breathing difficulties were alleviated, fatigue was reduced, and edema symptoms were alleviated. In terms of hospitalization rate, the readmission rate of the experimental group was significantly lower than that of the control group ($P<0.05$). **Conclusion:** Comfortable care has shown significant effects in the care of elderly patients with chronic heart failure, improving their quality of life, alleviating symptoms, and reducing readmission rates.

Keywords: Chronic heart failure; Comfortable care; Quality of Life

老年人心血管疾病是全球范围内的严重健康问题，其发病率和死亡率逐年增加。随着人口老龄化趋势的加剧，老年人心血管内科护理的重要性也日益凸显。老年人心血管疾病的护理涉及到多个方面，包括疾病预防、治疗管理以及生活方式改变等。然而，老年人心血管内科护理面临着一些挑战，如复杂的疾病特点、多重疾病的共存、药物治疗的不良反应等，这些因素使得护理工作更加复杂和具有挑战性。在老年人心血管内科护理中，健康教育被广泛认可为一种重要的护理手段。健康教育是一种系统的、有目的地向个体或群体传授有关健康和疾病的知识、技能和态度的过程。在老年人心血管内科护理中，健康教育的应用可以起到多重作用。首先，它能够提高老年人对心血管疾病的认知水平，使他们了解疾病的病因、发展过程和预后，从而增强他们对疾病的理解和合作意愿。其次，健康教育可以帮助老年人掌握自我管理技能，包括定期监测生命体征、正确使用药物、控制饮食和进行适当的运动等，从而有效地控制和预防心血管疾病的发展。此外，健康教育还可以通过心理支持和心理干预等手段，提升老年人的心理健康水平，缓解他们的焦虑和抑郁情绪，改善他们的生活质量。然而，尽管健康教育在老年人心血管内科护理中具有巨大潜力，但其应用仍面临一些挑战和困难。首先，

老年人的认知和学习能力存在差异，需要针对其特点设计和实施个性化的健康教育方案。其次，健康教育的传达途径和内容需要与老年人的文化背景和教育水平相适应，以提高其接受和理解的效果。此外，健康教育还需要与其他护理措施和团队合作相结合，形成一个整体化的护理模式，以取得更好的效果。因此，本研究旨在深入探讨健康教育在老年人心血管内科护理中的应用，通过分析不同治疗方法的优势和效果，评估健康教育对老年人心血管健康的影响，以期改进老年人心血管内科护理提供科学依据和实践指导。具体报道如下：

1对象和方法

1.1 对象

本研究的对象为某医院心血管内科收治的老年人心血管病患者。研究时间跨越2021年到2023年，共计三年时间。该医院是地区内心血管内科的重点医疗机构，拥有先进的设备和专业的医护团队。研究采用对照组和实验组的设计。对照组包括70名患者，实验组也包括70名患者。在对照组和实验组中，男性和女性的比例基本相当，保持着性别均衡。研究对象的年龄范围为60岁至80岁，涵盖了老年人常见的心血管疾病患者。两组患者的平均年龄均为70岁。为确保研究的科学性和可靠性，本研究采用了严

格的入选标准。患者必须符合心血管内科疾病的诊断标准，并在研究开始时具有稳定的病情。同时，排除了其他严重并发症或慢性疾病的患者，以保证研究结果的准确性和可比性。

在研究开始前，所有参与研究的患者和其家属签署了知情同意书，明确了研究的目的、过程和潜在风险。该研究得到了某医院伦理委员会的批准，并严格遵守了伦理原则和保护患者隐私的相关规定。

通过对两组患者的一般资料分析，结果显示其年龄、性别和其他基本特征在统计学上无显著差异 ($P>0.05$)。这表明在研究开始时，两组患者的基本情况相似，具备进行比较分析的基础。

1.2 方法

本研究采用前瞻性、随机对照试验的方法，将参与者随机分配至对照组和实验组。对照组接受传统的心血管内科护理，包括药物治疗、手术治疗和康复护理等。实验组除接受传统护理外，还进行了健康教育干预。

1.2.1 对照组的护理流程如下：

对照组患者接受规范的药物治疗，包括抗高血压药物、抗血栓药物等，根据患者的具体病情和医生的建议进行调整。在治疗过程中，患者定期进行心血管相关检查，包括心电图、超声心动图等，以评估疾病的进展和治疗效果。对于需要手术治疗的患者，按照医生的建议进行手术，并进行术后的康复护理。康复护理包括监测患者的恢复情况、合理的康复运动指导等，以帮助患者尽快康复。对照组患者在治疗过程中接受了常规的医疗护理，以控制疾病进展和改善患者的症状和生活质量。

1.2.2 实验组的护理流程如下：

在传统护理的基础上，实验组接受了个体化的健康教育干预。护士首先与患者进行面对面的沟通，了解他们的病情、需求和期望，以制定个性化的健康教育计划。在健康教育过程中，护士向患者传授关于心血管疾病的认识、生活方式的调整以及药物的正确使用等方面的知识。为了更好地帮助患者理解，护士使用了图表、模型等辅助工具，直观地展示疾病的发生机制和影响因素。此外，护士还进行了康复指导，推荐适合患者的康复运动和生活方式改变，以促进患者的身心康复。通过个体化的健康教育干预，实

验组患者得到了更全面和针对性的护理，以提高他们的自我管理能力和促进康复。

健康教育干预的具体内容根据患者的病情和个体需求进行调整和实施。护士与患者建立良好的沟通和信任关系，鼓励患者积极参与健康管理，提供持续的支持和指导。

在整个研究期间，对照组和实验组的护理团队均接受了相同的培训，以确保护理流程的一致性和质量。同时，为了保证数据的准确性和可靠性，采用了标准化的数据收集工具和流程，对观察指标进行定期记录和评估。

1.3 观察指标

本研究主要观察以下指标：

1、心血管疾病的症状和体征改善情况：包括心悸、胸痛、气短等症状的改善程度，以及血压、心率、血脂等指标的变化情况。

2、药物依从性：评估患者是否按时、按量服用药物的情况。

3、生活方式改变：观察患者是否改变了不良生活习惯，如戒烟、控制饮食、增加体育锻炼等。

1.4 统计学分析

对两组患者的一般资料进行描述性分析，包括年龄、性别等。两组之间的差异性进行统计学分析，采用t检验或 χ^2 检验，以确定差异是否具有统计学意义。观察指标的比较采用配对t检验或方差分析 (ANOVA)，以评估不同治疗方法对观察指标的影响。统计学分析将使用 SPSS 软件 (版本XX, SPSS Inc., 芝加哥, 美国) 进行，P 值小于 0.05 被视为具有统计学意义。

2 结果

2.1 心血管疾病的症状和体征改善情况分析

初步结果显示，在实验组接受健康教育干预的患者中，心悸、胸痛、气短等症状的改善程度较对照组更为显著 ($P<0.05$)。以下结果表明，在实验组接受健康教育干预的患者中，心血管疾病的症状和体征改善情况较对照组更为显著 ($P<0.05$)，部分指标的改善在统计学上具有显著差异。这说明健康教育在老年人心血管内科护理中对于改善患者的症状和体征具有积极的影响。如表1：

表1 心血管疾病的症状和体征改善情况分析 ($\bar{x} \pm s$) [n(%)]

组别	心悸改善	胸痛改善	气短改善	血压变化	心率变化	血脂变化
实验组	70%	80%	65%	-10mmHg	下降8次/分钟	下降20mg/dL
对照组	50	60%	45%	-5mmHg	下降4/分钟	下降15mg/dL
T/ χ^2	2.34	3.21	1.87	2.10	2.05	1.58
P	<0.05	<0.01	>0.05	<0.05	<0.05	>0.05

2.2 药物依从性对比

通过患者的自述和医护团队的观察，我们记录了患者

是否按时、按量服用药物的情况。初步结果显示，在实验组接受健康教育干预的患者中，药物依从性较对照组更高 (P

<0.05)。这表明健康教育干预能够提高患者对药物治疗的认知和理解，促进患者主动参与药物管理，并提高患者对药物治疗的遵从性。如表2：

表2药物依从性分析[n(%)]

组别	人数	药物依从性评估
实验组	70	85%
对照组	70	70%
χ^2		2.75
P		<0.01

2.3生活方式改变对比

结果显示，在接受健康教育干预的实验组中，更多的患者采取了积极的生活方式改变，如成功戒烟、控制饮食中的高脂食物摄入和开始适量的体育锻炼。这些生活方式改变有助于改善心血管健康，并对患者的预后产生积极的影响。健康教育的干预在患者的生活方式改变中起到了关键作用。如表3：

表3生活方式改变分析[n(%)]

组别	戒烟情况	饮食控制情况	体育锻炼情况
实验组	60%	70%	65%
对照组	40%	50%	45%
χ^2	2.30	2.15	2.00
P	<0.05	<0.05	<0.05

3讨论

本研究通过对老年人心血管内科患者进行健康教育干预的实践，初步评估了健康教育在该领域中的应用效果。综合分析研究结果和现有文献，我们可以得出以下结论和讨论。

首先，健康教育在老年人心血管内科护理中显示出显著的应用效果²。我们的研究结果表明，在接受健康教育干预的患者中，心血管疾病的症状和体征得到了显著改善。心悸、胸痛、气短等症状的频率和强度明显减少，血压、心率、血脂等指标呈现出更为理想的趋势。此外，患者的药物依从性和生活方式也得到了积极的改变³。这些结果与现有文献中的研究一致，验证了健康教育在老年人心血管内科护理中的应用价值。然而，我们也要意识到健康教育在老年人心血管内科护理实践中存在一些局限性和挑战。首先，老年人的认知能力和健康素养可能存在差异，这会影响到他们对健康教育的接受和理解程度。因此，在进行健康教育时，需要根据老年人的个体特点和认知水平进行个性化的教育指导，以提高教育效果。其次，健康教育需要长期的

持续性干预，而老年人可能面临诸多生活和社会因素的干扰，导致干预效果的不稳定。因此，建立有效的跟踪和回访机制，加强对老年人的持续性支持和教育是十分重要的。此外，由于老年人心血管内科患者的病情复杂多样，存在多重共病和多药治疗的情况，因此需要综合考虑个体化的治疗方案和教育内容，以满足患者的特殊需求。为了进一步提升健康教育在老年人心血管内科护理中的应用效果，我们提出以下策略和方法。首先，加强专业护理团队的健康教育培训和素养提升，提高其在健康教育中的专业水平和能力。专业护理人员在健康教育过程中起到关键的角色，他们需要具备良好的沟通技巧和教育能力，能够与老年人建立互信和有效的合作关系。其次，引入多媒体和信息技术手段，如互联网、手机应用程序等，为老年人提供便捷的健康教育资源 and 个性化的健康管理工具。老年人逐渐接触和使用数字技术的趋势在不断增加，适应他们的健康教育需求可以更好地推广和实施健康教育。此外，建立健康教育的社区支持网络，鼓励老年人之间的互动和经验分享，提供更广泛的支持和帮助⁵。社区环境中的互助和支持可以增强老年人对健康教育的参与度和满意度。最后，开展定量和定性的研究，深入探讨健康教育在老年人心血管内科护理中的机制和效应，为进一步改进和优化健康教育提供科学依据。

综上所述，健康教育在老年人心血管内科护理中具有重要的应用价值。通过针对个体的健康教育干预，可以改善心血管疾病的症状和体征，提高药物依从性和促进积极的生活方式改变。然而，健康教育在老年人护理中仍面临着一些挑战，如认知差异、持续性干预和个体化教育需求等。因此，我们需要不断探索和改进健康教育的策略和方法，以提高老年人心血管内科护理中健康教育的效果和成效。同时，加强相关研究的开展，为健康教育在老年人心血管内科护理领域的进一步推广和实践提供更为可靠的证据支持。

参考文献：

- [1]李莉. 健康教育在老年人心血管内科护理中的应用分析[J]. 中国医药指南, 2021, 19(22):142-143. DOI:10.15912/j.cnki.gocm.2021.22.065.
- [2]宋梅. 健康教育在老年人心血管内科护理中的应用效果[J]. 中国医药指南, 2020, 18(36):194-195. DOI:10.15912/j.cnki.gocm.2020.36.094.
- [3]张晓宇. 健康教育在老年人心血管内科护理中的应用分析[J]. 中国医药指南, 2020, 18(27):165-166. DOI:10.15912/j.cnki.gocm.2020.27.080.
- [4]王丽莉. 健康教育在老年人心血管内科护理中的应用[J]. 继续医学教育, 2019, 33(10):90-91.
- [5]崔丽琴, 张向东. 健康教育在老年人心血管内科护理中的应用分析[J]. 黔南民族医专学报, 2019, 32(02):121-123.