

循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的应用

解 燕 康春景 龚兴媛*

宁夏人民医院 宁夏 银川 750000

【摘要】目的: 探究循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的应用效果。方法: 选取2022.1-2022.12期间在我院进行冠心病心绞痛治疗的患者150例, 随机分组为对照组(75例, 进行常规护理干预)和观察组(75例, 进行循证护理干预)。对比两组护理干预后的心绞痛改善情况和心理状态。**结果:** 观察组护理干预后的心绞痛改善情况明显优于对照组, 差异具有统计学意义($p < 0.05$); 观察组护理干预后的心理状态明显强于对照组, 差异具有统计学意义($p < 0.05$)。**结论:** 循证护理应用于老年冠心病心绞痛患者中有显著效果, 能够有效地改善患者的心绞痛症状和心理状态, 值得临床推广应用。

【关键词】 循证护理; 老年冠心病心绞痛; 护理效果

Application of Evidence-based Nursing in Elderly Patients with Coronary Heart Disease and Angina Pectoris

Yankang Xie, Chunjing Kang, Xingyuan Gong*

Ningxia People's Hospital, Ningxia Yinchuan 750000

Abstract: Objective: To explore the application effect of evidence-based nursing in elderly patients with coronary heart disease and angina pectoris. **Methods:** 150 patients who underwent coronary heart disease angina treatment in our hospital from January 2021 to December 2022 were randomly divided into a control group (75 cases which were given routine nursing intervention) and an observation group (75 cases receiving evidence-based nursing intervention). Comparing the improvement of angina pectoris and psychological status between two groups of nursing interventions. **Result:** The improvement of angina pectoris in the observation group after nursing intervention was significantly better than that in the control group, with a statistically significant difference ($p < 0.05$). The psychological state of the observation group after nursing intervention was significantly stronger than that of the control group, and the difference was statistically significant ($p < 0.05$). **Conclusion:** The application of evidence-based nursing in elderly patients with coronary heart disease and angina pectoris has a significant positive effect, which can effectively improve the symptoms and psychological state of patients with angina pectoris, and is worthy of clinical promotion and application.

Keywords: Evidence-based nursing; Elderly patients with coronary heart disease and angina pectoris; Nursing effectiveness

冠心病心绞痛是一种右冠状动脉供血不足引起的疾病。它通常表现为胸骨后的挤压感和疼痛, 可以辐射到左臂、肩膀和下巴。此外, 在心肌耗氧量增加的情况下, 如情绪激动、劳累和饱腹感, 它可能会诱发心绞痛。随着年龄的增长, 人们的身体功能逐渐下降, 包括各种器官的功能下降和免疫力减弱。这使得老年冠心病心绞痛患者的身体更容易受到外部不利因素的影响, 而老年冠心病心绞痛患者的病情往往复杂, 有多种并发症和并发症, 如高血压、糖尿病、慢性阻塞性肺病等。因此, 老年冠心病心绞痛患者需要有效地护理, 帮助患者保持身体功能的稳定。循证护理(EBN)是一种护理实践, 强调结合当前最佳研究证据、临床经验和患者在护理过程中的需求, 以获得最佳护理结果。本研究主要分析了循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的应用效果, 具体报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选取 2022.1-2022.12 之间在我院进行冠心病心绞痛治疗的患者 150 例, 随机分组为对照组(75 例, 男 43 例, 女 32 例, 75.21 ± 3.22 岁)和观察组(75 例, 男 42 例, 女 33 例, 75.98 ± 3.49 岁), 对比两组数据, 差异不具有统计

学意义($p > 0.05$)。本研究中的所有患者均对本研究知情并签署知情同意书。

1.2 方法

对照组进行常规护理干预, 包括健康宣教、生活护理等; 观察组进行循证护理干预, 具体方法如下:

(1) 成立循证小组: 由护士长和护理人员组成循证小组。首先, 识别患者的问题和需求, 这是通过患者的病史、体检和相关评估工具来确定的; 护理人员根据患者的问题和需求收集相关文献和证据, 并根据患者的意愿制定个性化的护理计划。

(2) 心理支持: 护理人员需要与患者建立良好的沟通关系, 了解他们的需求和担忧, 以便更好地为他们提供支持和安慰。尊重患者的意愿和隐私, 让他们感到被照顾和被理解。老年冠心病心绞痛患者可能面临焦虑、抑郁等情绪问题, 需要心理支持。鼓励患者表达自己的情绪和担忧, 提供倾听和理解, 帮助他们建立积极的情绪和态度。

(3) 饮食护理: 老年冠心病心绞痛患者应控制热量摄入, 避免过度肥胖, 从而减轻心脏负担。护理人员需要将患者每天的卡路里摄入量控制在 2500 至 3000 卡路里之间, 这可以通过选择低热量、高蛋白和高纤维的食物来实现。老年冠心病心绞痛患者应控制脂肪摄入量, 尤其是动物脂

肪摄入量。建议选择脂肪含量低、不饱和脂肪含量高的食物，如鱼类、瘦肉、鸡胸肉、豆类等。同时，尽量避免食用含有反式脂肪的食物，例如油炸食品、快餐等。

(4) 运动指导：护理人员应帮助患有冠心病心绞痛的老年患者选择适合自己的运动方式，如散步、慢跑、太极、游泳等。建议根据患者的身体状况和兴趣进行选择，避免过度运动或不适。老年冠心病心绞痛患者应控制运动强度，避免过度运动或身体损伤。建议根据患者的身体状况和锻炼目标制定计划，采用循序渐进的锻炼方法，逐步增加锻炼时间和强度。老年冠心病心绞痛患者应控制运动时间，避免过度疲劳和损伤。建议每次锻炼 20—30 分钟左右，可分为多次，以实现每周至少 150 分钟的中等强度有氧运动。

(5) 用药指导：老年冠心病心绞痛患者需严格遵医嘱，按时服药，不能随意改变用药剂量、停药或换药。老年冠心病心绞痛患者可能需要同时服用多种药物，应注意药物之间的相互作用。老年冠心病心绞痛患者需要注意药物的副作用，如出血和胃肠道反应。老年冠心病心绞痛患者需要定期进行随访检查，包括心电图和血液生化检查，以评估其病情和治疗效果。

1.3 观察指标

本研究观察对比两组护理干预后的心绞痛改善情况和心理状态。心绞痛改善情况对比两组患者心绞痛发作次数和心绞痛发作持续时间；心理状态采用 SDS 抑郁量表评分和 SAS 焦虑量表评分，评分范围 0-100 分，分数越高说明心理状态越差。

1.4 统计学分析

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计学分析， $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 心绞痛改善情况对比

观察组的心绞痛改善情况明显优于对照组，差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。详见表 1。

表 1 观察组和对照组的心绞痛改善情况对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	心绞痛发作次数(次)	心绞痛持续时间(min)
观察组	75	1.98±1.25	3.96±1.51
对照组	75	2.79±1.95	5.01±2.66
<i>t</i>	-	3.029	2.973
<i>P</i>	-	0.003	0.003

2.2 心理状态对比

观察组的心理状态明显强于对照组，差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。详见表 2。

表 2 观察组和对照组的心理状态对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	SDS 抑郁量表评分(分)	SAS 焦虑量表评分(分)
观察组	75	28.54±1.51	27.92±1.01
对照组	75	31.15±9.85	31.04±9.66
<i>t</i>	-	3.136	2.782
<i>P</i>	-	0.002	0.006

3 讨论

由于年龄和生理功能的变化，老年冠心病心绞痛患者可能会出现痛觉迟钝，并可能出现不典型症状，如腹胀、

恶心、呕吐、肩臂疼痛等，糖尿病、慢性阻塞性肺病等。老年冠心病心绞痛患者可能会因孤独、焦虑、抑郁等心理因素而加重。由于身体限制，老年冠心病心绞痛患者的社交能力和生活质量可能会下降，需要适当的支持和援助。老年冠心病心绞痛患者需要更多的关心和关注，包括日常生活护理、药物治疗、疾病监测等。同时，他们还需要与医疗团队建立密切的合作关系，共同制定护理计划和康复目标。

循证护理是遵循证据的护理实践，以证据为决策依据，强调以最好的科学研究证据为指导进行护理实践。在护理实践中，通过系统评价、随机对照试验、队列研究等方法获得最可靠的证据，为护理决策提供支持；循证护理以患者为中心，关注患者的需求和兴趣，将患者的价值观和愿望融入护理决策中。在护理过程中，与患者建立伙伴关系，鼓励他们参与决策过程，实现个性化护理；循证护理追求最佳实践，并将最有效的护理措施应用于临床实践。我们参考权威的护理指南、专家共识和实证研究结果，结合护理经验和专业技能，为患者提供最高质量的护理服务；循证护理强调持续改进，不断寻求提高护理质量和安全的方法。通过定期审查和分析护理实践的数据，评估现有护理实践的有效性和有效性，并采取改进措施以实现持续的质量改进；循证护理强调跨专业、跨学科的合作与协作。在护理过程中，护理人员与医生、药剂师和康复治疗师等其他医疗专业人员密切合作，制定和实施护理计划，为患者提供全面、多学科的护理服务。循证护理的核心思想是批判性地接受现有的专业知识，并将其转化为可应用于临床实践的的证据，减少护理工作的可变性，促进传统的基于经验的护理向基于证据和证据的现代护理发展。循证护理对老年冠心病心绞痛患者的护理有积极影响。循证护理强调以科研证据为基础的护理实践，可以减少传统护理工作当中的经验主义和盲目性。通过实施循证护理，可以提供更科学、规范、个性化的护理服务，提高护理质量和患者满意度。循证护理强调患者的需求和个体差异。通过制定个性化的护理计划和康复计划，患者可以更好地适应自己的疾病状态，促进康复，提高健康水平。老年冠心病心绞痛患者容易出现各种并发症，如心肌梗死和心律失常。循证护理可以提供全面的护理干预，包括药物治疗、生活指导和康复训练，以降低并发症的风险，提高患者的生存率和生活质量。循证护理强调提高患者的自我管理 and 自我护理能力。通过教育和指导，帮助患者掌握相关健康知识和技能，增强自我管理能力，提高疾病控制效果。循证护理强调医生和护士之间的协作以及患者参与决策的过程。通过共同制定护理计划和康复目标，患者可以增加对护理工作的参与度和满意度，促进和谐的医患关系，提高治疗效果。本研究也显示，观察组护理干预后的心绞痛改善情况明显优于对照组，差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)；观察组护理干预后的心理状态明显强于对照组，差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。

综上所述，将循证护理应用于老年冠心病心绞痛患者的护理实践，可以取得多种积极效果，提高护理质量和患者的健康水平。同时，也可以促进护理专业的发展和进步，促进护理实践的科学化、现代化。

参考文献:

- [1] 李芳. 循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的应用效果 [J]. 中国民康医学, 2022, 34(06): 156-158+162.
- [2] 崔建凤, 邓齐英, 江志云. 以循证为基础的综合护理在老年冠心病心绞痛患者中的应用 [J]. 卫生职业教育, 2020, 38(12): 149-150.
- [3] 李红. 循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的临床效果观察 [J]. 基层医学论坛, 2020, 24(08): 1161-1163. DOI: 10.19435/j.1672-1721.2020.08.084.
- [4] 暨小燕. 循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的临床应用 [J]. 心血管病防治知识 (学术版), 2020, 10(07): 47-49.
- [5] 翟艳凤. 循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的临床应用观察 [J]. 中国农村卫生, 2020, 12(04): 69.
- [6] 赵亭亭. 循证护理在冠心病心绞痛患者护理中的应用效果 [J]. 河南医学研究, 2019, 28(21): 4019-4020.
- [7] 曹芳. 循证护理在老年冠心病心绞痛患者中的临床应用价值体会 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4(29): 24.
- [8] 刘翠梅. 延续性护理在老年冠心病不稳定型心绞痛患者中的应用效果 [J]. 中国当代医药, 2019, 26(15): 251-253.