

分析运动康复干预改善慢性心衰者心脏功能的护理效果

陶丽红

四川省第三退役军人医院 四川大邑县 611300

【摘要】目的：分析运动康复干预改善慢性心衰者心脏功能的护理效果。方法：选择我院2020年1月至2022年2月期间收治的90例慢性心力衰竭患者作为本次探究对象，随机平均分为两组，对照组患者给予常规护理干预，探究组患者给予运动康复干预护理。结果：探究组患者护理后各项心功能指标、平均动脉压，心率、护理依从性均明显优于对照组，（ $P<0.05$ ）。结论：对慢性心衰患者实施运动康复干预效果明显，相较于常规护理能进一步提升患者的心功能，提高患者治疗依从性，具有良好的临床实用价值，值得推广。

慢性心衰是临床上常见的心血管疾病，多发，是多种心脑血管疾病的最终阶段，主要发生于中老年人群。对于慢性心衰患者不仅要重视治疗，还需要关注康复护理，提高运动耐量，改善患者的生活质量^[1]。基于此本次探究选择我院2020年1月至2022年2月期间收治的90例慢性心力衰竭患者作为本次探究对象，分析运动康复干预对慢性心衰患者的护理效果，内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院2020年1月至2022年2月期间收治的90例慢性心力衰竭患者作为本次探究对象，随机平均分为两组，每组45例，对照组患者给予常规护理干预，探究组患者给予运动康复干预护理，观察对比两组护理后各项心功能指标、平均动脉压，心率以及护理依从性。对照组男性23例、女性22例；年龄最大77岁，最小50岁；病程1~8年。探究组患者男性23例、女性22例；年龄最大76岁，最小50岁；病程1~8年。两组患者的年龄、性别等一般资料无统计学意义（ $P>0.05$ ）具有可比性。

纳入标准^[2]：所有患者均符合关于慢性心衰相关诊断标准，确诊为慢性心衰，心功能等级为II~IV级；所有患者均能清晰表达语言，能够自述感受，可配合医生护理人员的医护工作，能够获得随访结果；所有患者均在了解本次探究内容的基础上自愿参与并签署知情同意书。

排除标准：存在严重心肝肾重要脏器疾病患者；存在精神障碍、意识障碍；正在服用激素类药物。

1.2 方法

对照组患者给予常规护理干预，具体内容为：对患者进行用药护理，指导患者按照医生叮嘱严格用药；叮嘱患者多卧床休息；大多数慢性心衰患者伴有焦虑、担心、害怕等不良心理，护理人员需要主动与患者沟通，安慰患者，转移患者注意力，及时消除不良情绪；向患者讲解疾病

相关知识，介绍成功案例，提高患者的质量依从性，建立良好的医患信任关系。

探究组患者给予运动康复护理，具体内容为：根据患者的心功能分级制定针对性护理干预方案（1）心功能等级为II级的患者在入院后，护理人员应为患者提供一个舒适、安静的病房环境，叮嘱患者多休息保持充足睡眠，鼓励患者叮嘱家属陪同患者在室外走动，每次运动的距离为1000米以内，步行上下楼1~2层，每日两次。根据患者的具体情况制定合理的运动量和运动时间。（2）心功能为III级的患者，入院后要叮嘱患者绝对卧床休息，随后进行床边移动和站立练习，每日3~4次，每次10分钟左右，根据患者的具体情况制定合理的运动量和运动时间。（3）心功能等级为IV级的患者，入院后叮嘱患者绝对卧床休息，护理人员及其家属协同帮助患者进行翻身、洗漱进食等。护理人员需要每日对患者进行关节的被动训练，每天4次，每次5~10分钟。根据患者恢复情况，对于恢复良好稳定的患者叮嘱进行主动关节运动，在护理人员的指导下进行床下锻炼。根据患者的具体情况制定合理的运动量和运动时间。

1.3 观察指标

观察对比两组护理后各项心功能指标、平均动脉压，心率以及护理依从性。两组护理后各项心功能指标，分别对两组患者护理后的心功能进行测定（左心室射血分数、左心室舒张末径等）；两组患者的平均动脉压，心率对比，护理后分别对两组患者的平均动脉压，心率进行测定并记录，统计分析；采用三级评分法对两组患者的依从性进行评估，完全依从：患者能够完全按医护人员叮嘱进行用药，关节的主动被动锻炼；部分依从，患者存在不配合医护人员叮嘱进行用药，关节的主动被动锻炼的情况；不依从，患者不配合医护人员叮嘱进行用药，关节的主动被动锻炼。

1.4 统计学方法

使用 SPSS18.0 统计学软件处理, 计量资料以 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 采用 T 检验, 计数资料采用 (n, %) 表示, 用 X^2 检验, $p < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2.2 两组患者平均动脉压, 心率对比。探究组患者平均动脉压, 心率明显优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$) 见表 2。

2 结果

2.1 两组患者护理干预前后各项心功能指标对比。探究组患者护理后各项心功能指标明显优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$) 见表 1。

2.3 两组患者护理依从性对比。探究组患者护理依从性明显优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$) 见表 3。

表 1 两组患者护理干预前后各项心功能指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	时间	左室射血分数	左室舒张末径	左室收缩末径
对照组	45	护理前	42.16 ± 5.62	57.85 ± 4.49	48.73 ± 6.23
		护理后	47.45 ± 5.40	52.28 ± 5.25	44.21 ± 5.18
探究组	45	护理前	42.12 ± 5.32	57.44 ± 6.35	48.64 ± 5.26
		护理后	75.45 ± 6.98	48.43 ± 5.40	40.11 ± 4.48

表 2 两组患者平均动脉压, 心率对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	平均动脉压		心率	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	45	110.64 ± 10.65	103.25 ± 6.59	107.57 ± 4.95	102.15 ± 4.58
探究组	45	110.25 ± 10.40	90.77 ± 5.25	107.43 ± 4.26	82.23 ± 3.36
T 值		0.189	10.468	0.142	31.631
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 3 两组患者护理依从性对比 (n, %)

组别	例数	完全依从	部分依从	不依从	依从率
对照组	45	19	16	10	35 (77.78)
探究组	45	30	12	3	42 (93.33)
X^2 值					5.325
P 值					<0.05

3 讨论

心力衰竭是目前较为复杂的临床综合病症, 其治疗过程亦是一个综合而又复杂的过程。在按药物治疗的基础之上还包含了饮食、运动等生活方式上的调整来共同治疗本病。据权威研究表明: 在药物治疗之上采用多种方式的疾病综合管理, 能够最大程度的帮助患者促进心功能的改善, 缩短住院时间, 降低死亡率, 增加生存期限, 提高生活质量并降低医疗费用。

本次探究结果显示: 探究组患者护理后各项心功能指标明显优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$); 探究组患者平均动脉压, 心率明显优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$); 探究组患者护理依从性明显优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

综上所述: 对慢性心衰患者实施运动康复干预效果明显, 相较于常规护理能进一步提升患者的心功能, 提高患者治疗依从性, 具有良好的临床实用价值, 值得推广。

参考文献:

[1]葛丹, 姜红, 刘桂芳, 等. 运动康复改善老年慢性心衰患者心功能和生活质量的研究[J].黑龙江医药科学, 2016, 39 (3) : 15-16.

[2]赵珊珊, 张继红, 孙志琴. 动机性访谈对慢性心力衰竭患者运动康复的干预效果[J].护士进修杂志, 2016, 31 (24) : 2250-2253.

[3]黄鸣, 徐慧玉. 运动康复护理对慢性心力衰竭患者心功能及生活质量的影响[J].中国当代医药, 2017, 24 (21) : 187-189.