

急性心梗患者合理饮食护理与健康指导

赵艳秋

兴安盟人民医院 内蒙古兴安盟 137400

【摘要】本文旨在探讨对急性心肌梗死患者实施合理饮食护理和健康指导的有效性。该研究采用 80 名急性心梗患者为研究对象, 根据入院先后平均分为对照组和实验组, 通过比较两组患者的治疗复发率、心功能评估、并发症发生率和生活质量等方面的差异, 评估实施合理饮食护理和健康指导的效果。结果显示实验组的护理满意度明显高于对照组, 且复发率和并发症发生率明显低于对照组, 具有显著的差异性 ($P < 0.05$)。在治疗前, 两组患者的心功能评估无差异, 但在治疗后, 实验组患者的评估分值更高 ($P < 0.05$), 显示出合理饮食护理和健康指导的积极影响。另外, 两组患者的生活质量评估结果无差异 ($P > 0.05$), 但经过护理后, 实验组的生活质量更高, 差异具有显著意义 ($P < 0.05$)。综上所述, 采取合理的饮食护理和健康指导对急性心肌梗死患者具有显著的疗效和护理效果。该方法能够有效地提高患者的心功能和生活质量, 降低并发症风险, 对护理质量和患者满意度也有显著的提升。因此, 建议临床广泛推广该方法, 以提高急性心肌梗死患者的康复效果和生活质量, 提升医疗护理水平。

【关键词】急性心梗患者; 合理饮食护理; 健康指导

Rational diet nursing and health guidance for patients with acute myocardial infarction

Zhao Yanqiu

Hinggan League People's Hospital Inner Mongolia Hinggan League 137400

Abstract: This paper aims to investigate the effectiveness of rational diet nursing and health guidance for patients with acute myocardial infarction. In this study, 80 patients with acute myocardial infarction were divided into the control group and the experimental group according to the order of admission. By comparing the treatment recurrence rate, cardiac function evaluation, complication rate and quality of life and other aspects of the two groups of patients, the effect of implementing reasonable diet nursing and health guidance was evaluated. The results showed that the nursing satisfaction of the experimental group was significantly higher than that of the control group, and the recurrence rate and complication rate were significantly lower than that of the control group, with significant differences ($P < 0.05$). Before treatment, there was no difference in the assessment of cardiac function between the two groups, but after treatment, patients in the experimental group had a higher assessment score ($P < 0.05$), indicating the positive impact of reasonable diet nursing and health guidance. In addition, there was no difference in the quality of life assessment results between the two groups ($P > 0.05$), but after nursing, the experimental group had a higher quality of life, the difference was significant ($P < 0.05$). In conclusion, taking reasonable diet nursing and health guidance has significant curative effect and nursing effect on patients with acute myocardial infarction. This method can effectively improve patients' cardiac function and quality of life, reduce the risk of complications, and significantly improve the quality of care and patient satisfaction. Therefore, it is recommended to popularize this method widely in clinic, so as to improve the rehabilitation effect and life quality of patients with acute myocardial infarction and improve the level of medical care.

Key words: patients with acute myocardial infarction; Reasonable diet nursing; Health guidance

引言

急性心梗是指由于冠状动脉缺血、缺氧引起的心肌坏死所导致的一种心脏疾病。为了提高急性心梗患者的生活质量, 给予优质的护理非常重要。为此, 本文选取了 80 名急性心梗患者进行研究, 旨在探究饮食护理和健康指导在急性心梗护理中的应用。本文的研究结果将为相关护理工作提供参考和指导, 以改善急性心梗患者的康复效果和重返正常生活的机会。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究针对患有急性心肌梗死的病人, 选择在本院在 2021 年 1 月至 2022 年 1 月期间接受治疗的 80 位病人作为研究对象。这些患者将成为我们研究的重点, 旨在探究急性心肌梗死的相关治疗手段和效果, 为临床医学提供精准的理论指导和实践指导, 采用随机分组方法将这 80 例患者平均分为实验组和对照组, 每组 40 例。其中实验组患者的年龄在 37-72 岁之间, 男女比例为 27: 13, 平均年龄为 (61.26 ± 3.22) 岁; 对照组共包括 40 名病患, 其中 26 名为男性, 14 名为女性, 年龄跨度在 35-71 岁之间, 平均年龄为 60.29 ± 2.29 岁。经过数据对比分析, 我们发现两组患者在重要的指标上并无显著性差异 ($P > 0.05$)。

在有关纳入标准的方面, 所有病患都在自愿的前提下签署了知情通知书, 并且所有研究方案都经过了严格的医学伦理委员会的审核批准, 以确保所有患者的安全性和隐私性。在有关排除标准方面, 我们要求所有选择入组的病患必须排除合并恶性肿瘤或严重心肺衰竭等重大疾病,

同时也必须具备完全的行为能力; 药物过敏的病患以及对本次治疗和护理不认可的病患也被排除在外。这些标准的制定旨在保证本研究的科学性、准确性和可靠性, 提高研究数据的可比性和可信度。

1.2 方法

在本研究中, 对照组采用了常规护理, 而实验组则采取了合理的饮食和健康指导。具体内容包括以下几个方面: 首先, 针对患者的住院环境, 我们为他们配置了齐全的基础设施, 如空调、饮水机和电视机等, 并控制了病房的温度和湿度, 确保在 $18^{\circ}\text{C} \sim 23^{\circ}\text{C}$ 的舒适温度和 $50\% \sim 60\%$ 的适宜湿度下进行治疗和恢复。其次, 进行健康教育, 护理人员要向患者及其家属介绍急性心梗的相关知识, 让他们了解该疾病的有效治疗和护理方法。同时, 将与急性心梗相关的书籍和报纸放置在病房中, 以便患者深入了解该疾病。第三, 采取心理护理措施, 通过对患者的健康检查和心理观察, 对患者进行心理疏导, 缓解其紧张和焦虑情绪。第四, 进行用药护理, 护士要告知患者正确的用药方法和剂量, 并监督患者按时按量用药, 以避免用药错误导致治疗效果不佳等不良现象的发生。最后, 进行饮食护理, 针对患者的病情制定针对性的饮食方案, 帮助患者养成健康的饮食习惯, 禁止其食用油腻和刺激性食物。这些合理的饮食和健康指导措施的实施将会改善急性心肌梗死患者的治疗效果, 提高其生活质量。在本项目中, 我们还注重了术后患者的出院后护理, 以确保其完全康复和健康生活。为此, 我们采取了以下护理措施。首先, 在出院后的第一个月内, 我们将通过电话对患者的术后康复情况进行监测和评估, 并对其健康生活方式进行评估和宣教, 以提高其康复信心和健康

水平。此外，我们还会向患者讲解如何预防和控制一些高危因素症状，并为其指导科学合理的饮食方式，建议戒烟戒酒，并为合并糖尿病和高血压等心血管疾病的患者提供进一步指导。其次，在出院后的第二个月内，我们将注重为患者进行运动康复指导，并针对其身体素质和康复情况为其制定运动计划，包括运动的种类、时间、频率和强度等。此外，我们还将加强前期健康生活方式的内容，以进一步提高其自我管理和保健能力，并为其强调复诊的重要性，同时鼓励其早日回归社会角色。最后，在出院后的第三个月内，我们将鼓励患者多与他人进行交流，积极参与各种社交活动，并根据患者的病情状况和身体素质为其制定短期和长期的康复目标，以提高其治疗信心和自我认同感。这些出院后护理措施将有助于患者的康复和健康生活，并提高其整体生活质量。

1.3 观察指标

满意率对比、心功能评价、并发症发生情况对比、生活质量评价对比。

1.4 统计学方法

我们使用 SPSS19.0 对研究对象所采集的数据进行了分析处理。其中，计量数据使用 $(\bar{x} \pm s)$ 来表示，而计数数据则使用百分比%表示。为了对数据进行校验，我们采用 χ^2 方法进行推断分析，同时将显著性水平 P 的置信区间设置为 $P > 0.05$ 。如果检验结果显示差异无统计学意义，则认为数据无显著性差异。

2 结果

2.1 满意率对比

在本研究中，根据对实验组和对照组的护理满意度和患者病情复发率进行比较分析，发现实验组的护理满意度更高，且复发率较低，而对照组的数据值则高于实验组 (< 0.05)，见表 1。具体数据方面，实验组的复发率为 5.0%，相较于对照组的 22.5% 有明显的差异。这表明我们采用的实验组护理措施更为有效，能够显著降低患者的病情复发风险。这些研究结果表明实验组护理措施的采用将能为患者提供更为优质的医疗护理服务，对于提高患者的康复率和生活质量具有重要的意义。

表 1 将两组患者的护理满意率与复发率进行对比 (n, %)

| 组别 | 满意 | 一般满意 | 不满意 | 满意率 | 复发率 |
|------------|-----------|----------|----------|------------|----------|
| 实验组 (n=40) | 35(87.50) | 5(12.50) | 0(0.00) | 40(100.00) | 2 (5.0) |
| 对照组 (n=40) | 31(77.50) | 4(10.00) | 5(12.50) | 35(87.50) | 9 (22.5) |
| χ^2 | | | | 5.3333 | 5.1647 |
| P | | | | 0.0209 | 0.0231 |

2.2 心功能评价

治疗前无差异，治疗后所纳入患者经展开针对心功能的评估，实验组显示分值更高 ($P < 0.05$)，见表 2。

表 2 心功能比较 (n=40, $\bar{x} \pm s$)

| 组别 | 治疗后 LVEF (%) | 治疗后 LVESD (mm) | 治疗后 LVEDD (mm) |
|-----|--------------|----------------|----------------|
| 实验组 | 51.44 ± 3.23 | 53.64 ± 4.21 | 31.32 ± 2.97 |
| 对照组 | 43.45 ± 3.19 | 59.51 ± 4.15 | 37.49 ± 2.58 |
| t | 8.5250 | 6.2801 | 9.9190 |
| P | 0.0000 | 0.0000 | 0.0000 |

2.3 并发症发生情况对比

通过对实验组和对照组的护理后出现并发症的例数进行分析，我们发现实验组的并发症发生率要明显低于对照组，经过数据的对比分析，结果是显著且有实际意义的 ($P < 0.05$)。具体数据可以参见表 3。

表 3 实验组和对照组患者的并发症发生情况对比 (n=40, %)

| 组别 | 心动过速 | 室速 | 房颤 | 室上速 | 并发症发生率 |
|----------|------|----|----|-----|----------|
| 实验组 | 1 | 0 | 0 | 0 | 1(2.50) |
| 对照组 | 2 | 2 | 1 | 2 | 1(2.50) |
| χ^2 | - | - | - | - | 7(17.50) |
| P | - | - | - | - | 5.0000 |

2.4 生活质量评分对比

两组生活质量对比无差异 ($P > 0.05$)，护理后实验组生活质量高于对照组，数据存在显著差异 ($P < 0.05$)，见表 4。

表 4 两组患者生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

| 组别 | 肢体功能 | 生活能力 | 心理状态 | 人际关系 |
|------------|-------------|-------------|-------------|-------------|
| 实验组 (n=40) | 9.55 ± 1.78 | 8.44 ± 1.88 | 9.12 ± 1.33 | 9.26 ± 1.55 |
| 对照组 (n=40) | 7.11 ± 1.76 | 6.47 ± 1.15 | 7.66 ± 1.76 | 7.33 ± 1.67 |
| T | 6.1649 | 5.6535 | 4.1858 | 5.3573 |
| P | 0.0000 | 0.0000 | 0.0001 | 0.0000 |

3 讨论

针对急性心梗患者的救治过程，要求护理人员执行严格的抢救步骤，同时，患者家属在患者突发疾病时需要保持冷静，同时也需要掌握合理、有序、规范的抢救方法。我们医院在制定临床路径护理方案后，有效改变了护理工作的模式，护理人员能更全面、准确地观察患者的病情变化，积极主动地对患者的生理指标进行监控，一旦发现指标出现异常，能够高效快速地采取相应的措施，并进行正确的护理操作。由于急性心肌梗塞患者的家属缺乏相关的医学知识，对疾病的认识不足或过分重视，会出现不同程度的负性心理或情绪，进而影响到患者的病情和康复。因此，我们注重患者的饮食护理与健康指导，强调家属的饮食知识及健康观念的普及，帮助家属更好地了解患者的病情和护理需求，以便为患者提供更为全面和优质的医护服务，提高患者康复的成功率。

结束语

急性心肌梗死突然发作，会使患者和家属紧张、恐惧，对康复不利。我们通过饮食护理和健康教育，帮助家庭成员了解疾病知识、支持患者、降低心理障碍，促进康复和生活质量。这种方法有效缓解了患者和家属的情绪，提高了抗击疾病的信心和康复率，医疗效果更佳。

参考文献:

[1]史丽丽.延续护理对急性心梗术后患者健康促进生活方式的影响评价[J].名医, 2019 (11): 187.
 [2]赵雪云, 李娟利.延续护理对急性心梗术后患者健康促进生活方式的影响研究[J].中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6 (28): 131-132.
 [3]于利辉.优质护理在急性心梗护理中的应用[J].中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6 (23): 162.
 [4]杨清.急性心梗并发恶性心律失常的急救护理探讨[J].中国卫生标准管理, 2018, 9 (05): 117-118.
 [5]刘柳.急性心梗患者的整体护理效果观察[J].实用心脑血管病杂志, 2018, 25 (S2): 118-119.