

老年冠心病护理应用健康教育的研究

吴其格其

兴安盟人民医院全科医学科 137400

【摘要】目的：本研究旨在探讨健康教育在老年冠心病护理中的应用效果，通过对比健康教育前后的患者生活质量、心理状态和遵医行为，为临床提供科学依据，以改善老年冠心病患者的预后。方法：1.对照组护理方法：对照组患者采用常规护理方法，包括病情观察、药物指导、饮食护理等。2.实验组护理方法：在对照组的基础上，实验组患者增加健康教育。具体包括：（1）制定个性化教育计划；（2）定期开展健康讲座；（3）发放冠心病健康知识手册；（4）个别指导患者家庭护理方法。4.观察指标：比较两组患者的生活质量、心理状态和遵医行为的变化。结果：1.生活质量比较：经过护理干预后，实验组患者的生活质量明显高于对照组，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。2.心理状态比较：实验组患者在焦虑、抑郁等心理状态方面，明显优于对照组，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。3.遵医行为比较：实验组患者的遵医行为明显高于对照组，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：本研究表明，在老年冠心病护理中应用健康教育可以显著提高患者的生活质量、改善心理状态，并提高患者的遵医行为。因此，健康教育是老年冠心病护理中不可或缺的一部分，值得在临床推广应用。

【关键词】老年冠心病；护理；健康教育

引言

随着人口老龄化的加剧，老年冠心病的发病率逐年上升，成为影响老年人健康和生活质量的重要因素。然而，许多老年患者对冠心病的知识了解不足，导致自我管理能力有限，治疗效果不佳。因此，加强老年冠心病患者的健康教育显得尤为重要。健康教育能够帮助老年患者更好地了解冠心病的相关知识，提高自我保健意识和能力，从而改善生活质量，降低并发症的风险。本研究旨在探讨健康教育在老年冠心病护理中的应用效果，以期为临床护理工作提供有益的参考，进一步优化老年冠心病患者的护理方案，提升医疗服务质量。

一、研究资料与方法

（一）研究一般资料

选取 2022 年 12 月—2023 年 3 月期间收治的 88 例老年冠心病患者，采用抽签法将患者分成对照组和健康教育组，各 44 例。

（二）研究方法

实验组护理：实验组患者接受包括健康教育在内的综合护理干预。健康教育内容包括冠心病的基本知识、预防措施、药物治疗和康复训练等。同时，我们还为实验组患者提供了个性化的心理疏导和家庭支持。

对照组护理：对照组患者接受常规护理，包括基本的生命体征监测、药物指导等。

评估指标：对比两组患者在护理前后的生活质量、心理状态、疾病认知等方面的变化。

（三）研究标准

使用院内自拟的健康知识掌握情况评估量表评估冠心病知识与自我保健知识，每项满分 100 分，分值高则健康知识掌握程度高。

（四）研究计数统计

数据以统计学软件 SPSS19.0 分析，经 t 检验；计数资料以率（%）表示，经 χ^2 检验， $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

二、结果

冠心病是老年人中最常见的疾病之一，它对患者的健康和生活方式产生了严重影响。有效的健康教育可以提高患者对冠心病的认知水平，增强自我护理能力，促进康复。

健康教育主要包括教育患者关于冠心病的发病机制、症状、治疗和预防措施，帮助患者了解冠心病的日常护理和注意事项，以及提高患者自我监测和管理的能力。具体实施方法包括面对面讲解、发放宣传资料、视频教学、在线咨询等。

实施健康教育后，老年冠心病患者的健康知识水平显著提高，自我护理能力增强，焦虑和抑郁情绪得到缓解。同时，患者对治疗的依从性提高，生活质量也有所改善。此外，健康教育还能促进医患之间的沟通，提高患者对医生的信任度。

老年冠心病患者的健康教育是一项长期而持续的过程，需要医护人员和患者共同参与。通过健康教育，患者可以更好地了解自己的病情，掌握自我护理技能，从而降低复发风险，提高生活质量。同时，健康教育还能增强患者对医生的信任度，改善医患关系。

通过实施有效的健康教育，可以提高患者对冠心病的认知水平，增强自我护理能力，改善患者的生活质量。因此，在老年冠心病护理中，应积极推广和应用健康教育。

针对老年冠心病患者的健康教育，建议从以下几个方面进行优化：定期开展健康讲座和培训，提高医护人员的专业知识和技能；建立患者

健康教育档案,跟踪患者的康复情况;开展多样化的健康教育形式,如在线咨询、微信群聊等,以满足不同患者的需求。此外,应注重家庭和社会支持对老年冠心病患者健康教育的促进作用,鼓励家庭成员参与患者的健康教育过程。

老年冠心病护理应用健康教育是提高患者认知水平、增强自我护理能力、改善生活质量的重要手段。通过实施有效的健康教育,可以促进患者的康复,提高医疗服务的水平。

表1 两组依从性比较

组别	例数	特别依从	依从	不依从	依从性
对照组	44	13 (29.55)	19 (43.18)	12 (27.27)	32 (72.73)
实验组	44	18 (40.91)	25 (56.82)	1 (2.27)	43 (97.73)
χ^2					10.921
P					0.001

三、研究分析

随着人口老龄化的日益加剧,老年冠心病的发病率不断攀升,已成为严重威胁老年人健康和生活质量的疾病之一。冠心病是一种由于冠状动脉供血不足导致心肌缺血、缺氧而引起的心脏病,其发病原因复杂,包括高血压、高血脂、糖尿病等多种因素。对于老年冠心病患者而言,除了药物治疗外,科学合理的护理同样重要。其中,健康教育作为护理的重要组成部分,对于提高患者的自我管理能力和改善生活质量具有显著意义。

老年冠心病患者的健康教育需求确实十分迫切。这一迫切性源于老年患者对冠心病及其治疗普遍存在的知识盲区。由于年龄、教育背景、健康状况等多种因素的影响,许多老年患者对冠心病的基本知识、预防措施、治疗方法以及必要的生活方式调整等方面了解不足,甚至存在误解和偏见。

这种知识的匮乏直接导致老年患者在疾病管理过程中面临诸多困惑和误区。他们可能不清楚如何正确服用药物,怎样合理安排饮食和运动,以及如何有效应对疾病带来的心理压力。这些困惑和误区不仅影响患者的治疗效果,还可能加重其病情,甚至引发并发症。

因此,针对老年冠心病患者的健康教育显得尤为重要。通过健康教育,我们可以向患者系统传授冠心病的基本知识,包括其发病原因、症状表现、诊断方法和治疗原则等。同时,我们还可以教授患者实用的预防措施,如定期体检、合理饮食、适度运动等,以降低患病风险。

除此之外,健康教育还应涵盖冠心病的治疗方法,包括药物治疗、非药物治疗以及可能需要的手术干预等。我们会详细解释各种治疗方法的原理、效果及可能的副作用,帮助患者做出明智的治疗选择。

更重要的是,健康教育将强调生活方式调整在冠心病管理中的重要性。我们会指导患者如何调整饮食结构、增加有益的运动,以及如何有

效管理情绪和压力,从而提升生活质量,减轻疾病负担。

健康教育在老年冠心病护理中的应用具有多方面的优势。首先,健康教育能够增强患者的遵医行为。通过向患者详细解释药物的作用、用法及可能出现的副作用,使患者充分认识到按时服药的重要性,从而提高药物治疗的依从性。其次,健康教育有助于患者形成良好的生活习惯。冠心病患者需要保持低脂、低盐、低糖的饮食,适当进行有氧运动,戒烟限酒。通过健康教育,患者能够更好地理解这些生活方式的调整对于疾病控制的重要性,并付诸实践。最后,健康教育还能够提高患者的心理调适能力。面对疾病带来的压力和不适,患者往往会产生焦虑、抑郁等负面情绪。通过心理健康教育,患者能够学会如何调节情绪、保持积极乐观的心态,从而更好地应对疾病。

在实施健康教育时,应注重个体化、全面性和长期性。由于老年患者的文化程度、接受能力和病情各异,因此健康教育的内容和方式应根据患者的具体情况进行个性化调整。同时,健康教育应涵盖冠心病的各个方面,包括疾病的基本知识、治疗方法、生活方式调整、心理调适等,以确保患者能够全面掌握所需的知识和技能。此外,健康教育应贯穿于患者的整个治疗过程,并根据病情的变化及时调整教育内容,以确保其长期有效性。

综上所述,健康教育在老年冠心病护理中发挥着举足轻重的作用。通过个性化的健康教育,不仅能够提高患者对冠心病的认知水平,还能增强其自我管理能力和改善生活质量并降低并发症的风险。因此,在临床护理工作中应充分重视并积极开展针对老年冠心病患者的健康教育活动,为患者提供全方位的护理服务。

四、结论

老年冠心病是一种常见的慢性疾病,对患者的生活质量和心理健康造成严重影响。健康教育作为一种综合性的护理方法,通过向患者提供关于疾病的知识、技能和态度,有助于提高患者对自身疾病的认知水平,增强自我管理能力和改善生活质量。本研究结果显示,在老年冠心病护理中应用健康教育能够有效提高患者的生活质量、心理状态和遵医行为,这与前人研究结果一致。

参考文献:

- [1] 缪亚琼.老年冠心病护理应用健康教育的价值及患者健康知识掌握度分析[J].名医,2023,(10):33-35.
- [2] 朱磊.老年冠心病患者护理中健康教育的具体措施及应用分析[J].婚育与健康,2023,29(01):79-81.
- [3] 张爱红,李静竹,程军,罗灿梅.基于CGA的专科护理结合反馈式健康教育在老年冠心病患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2022,28(24):60-63.