干休所老年慢性心衰患者心脏康复的护理

曹志宏

(山东省军区莱阳离职干部休养所 山东莱阳 265200)

摘要:目的 探讨老年慢性心衰患者的临床心脏康复护理方法。方法 选择干休所 2019/1~12 期间 64 例老年慢性心衰患者为研究对象,采取抽签的方式随机均分为对照组与实验组。前组采用我院常规的心脏康复护理干预,后组在此基础上行综合心脏康复护理干预,然后对比两组患者在护理一段时间后的临床疗效。结果 在两组经过心脏康复护理干预后,实验组患者的生活质量评分显著高于对照组;对照组患者的并发症发生率为 15.63%,指标差异显著 ($P < 0.05$)。结论 老年慢性心衰患者可以给予心脏康复综合护理干预,可以显著改善患者的生活质量,降低不良反应的发生率。

关键词:老年患者;慢性心衰;心脏康复;护理方法

慢性心衰是临床老年人群中比较常见的一种心脏疾病,具有发病危急、致死率高等基本特征,患者常常会伴有疲乏、呼吸困难以及体液滞留等病症,并且一般要经历比较长时间的卧床休息,会给患者的预后带来不利影响^[1]。为了改善患者伴有的心肌缺血问题,确保其脉搏次数的合理性,必须要注意加强心脏康复护理。本次研究选择 64 例干休所老年慢性心衰患者为研究对象,探讨了心脏康复综合护理的临床疗效,取得了理想疗效,现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2018/12~2019/12 间于我院接收临床治疗的 64 例干休所老年慢性心衰患者为研究对象,采取抽签的方式随机均分为对照组与实验组。在对照组中,男 30 例,女 2 例;年龄 80~91 岁,平均 (83.42 ± 1.48) 岁。在实验组中,男 31 例,女 1 例;年龄 81~92 岁,平均 (83.18 ± 1.29) 岁。两组患者在性别等一般资料方面,比较差异不显著 ($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 方法

对照组患者均采用常规的心脏康复护理干预,即要保证患者正常的饮食、作息以及遵医嘱、按时服用药物、保持病房环境整洁性与卫生性等。实验组患者在此基础上行心脏康复综合护理干预,具体的综合护理干预措施如下:

(1) 运动康复护理。在每天要为患者适当地安排一些运动康复训练活动,具体要点包括:①晨跑训练活动。在每天上午 7~8 点钟的时间开展晨跑活动,晨跑的运动幅度和距离都要小一些。②爬楼梯训练活动。在每日用餐之后,可以抽出一段时间开展简易的爬楼梯训练活动。在楼梯攀爬期间可以结合患者的具体的心脏情况进行合理确定。③简易健康操训练活动。在医院中指导患者开展康复训练轰动期间,可以针对慢性心衰老年患者的实际生理发展情况,为他们科学地编制一套适宜他们的简易健康操,鼓励患者每日坚持参与。

(2) 心理干预护理。考虑到老年慢性心衰患者的疾病容易出现反复问题,并且预后效果也相对较差,这使得患者在临床接受治疗期间容易出现低落、焦虑等负面情绪,所以为了增强他们临床治疗的自信心,必须要注意做好心理护理干预,及时疏导他们存在的这些负面心理。

(3) 生活干预措施。要对患者病房的温度与湿度进行严格控制,避免过冷或过热的温度加重了患者的心衰疾病,同时要注意对患者的皮肤破损和水肿情况,确保床单、衣物等的干燥性与清洁性,避免对患者的皮肤造成擦伤;要定期辅助患者在病床上进行翻身,对他们的肢体进行按摩,避免出现压疮问题,并要对他们伴有的水肿问题进行消除。

(4) 饮食干预措施。基于患者自身的疾病情况,如临床症状严重程度、基础病以及身心健康情况等,为他们多提供一些低脂肪、低盐,高蛋白且富含维生素和纤维素的清淡、易消化食物等,但是要避免患者出现暴食暴饮等饮食问题,否则容易加重他们的心脏负担,也容易诱发便秘问题^[2]。

在两组患者接受临床护理干预一段时间后,对比两组患者在护理一段时间后的临床疗效。

1.3 评价指标

本次研究中患者的临床护理疗效的指标主要包括生活质量评分、并发症发生率,其中的生活质量评分采用 SF-36 量表进行评定;并发症发生率主要是评定患者出现心律失常和心源性休克等并发症的概率。

1.4 统计学分析

本次实验所得的数据统一利用统计软件 SPSS20.0 进行处理,其中计量数据与计数数据分别行 χ^2 校验和 t 校验,以 $P < 0.05$ 表征差异显著,有统计学意义。

2 结果

2.1 2 组患者护理后生活质量比较

在两组经过心脏康复护理干预后,实验组患者的生活质量评分 89.45 ± 2.42 分显著高于对照组的 75.12 ± 2.18 分 ($t = 21.065$, $P < 0.05$)。

2.2 2 组患者并发症发生率比较

对照组患者的并发症发生率为 15.63%,显著高于实验组 0.00% ($P < 0.05$),详见表 1。

表 1 2 组患者并发症发生率比较 n(%)

组别	心律失常	心源性休克	并发症发生率(%)
实验组 (n=32)	0	0	0.00
对照组 (n=32)	2	3	15.63
χ^2			4.984
P			<0.05

3 讨论

慢性心衰是临床比较多见的一种心脏疾病,尤其是多发于老年人群体,患者常常伴有体力活动受限,心肌缺血,运动耐受度降低,并发症发生率等临床病症,尤其是病情危急,致死率高等特点使得该种疾病常常无法得到有效救治,这会给患者的生存质量、生存质量与身心健康带来不利影响。而心脏康复是当前临床中治疗慢性心衰疾病的一种最为常用的治疗手段,除了可以对患者心肌缺血症状进行改善之外,也可以增强患者的心脏功能,促进其预后康复中取得比较理想的效果。基于此,为了改善患者伴有的心肌缺血问题,确保其脉搏次数的合理性,必须要注意加强心脏康复护理^[3]。通过本次研究,发现在两组经过心脏康复护理干预后,实验组患者在生活质量评分、并发症发生率等护理疗效指标方面均显著优于对照组,比较差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。

综上所述,在临床护理老年慢性心衰患者期间,可以给予心脏康复综合护理干预,这样可以显著改善患者的生活质量和生存治疗,提升患者的护理满意度,降低不良反应的发生率,值得在临床进行推广。

参考文献:

- [1] 蒋洪.老年慢性心衰患者心脏康复护理的效果观察[J].医药前沿,2019,(35):115-116.
- [2] 俞佩柔.老年慢性心衰患者心脏康复的护理体会[J].医学美容美容,2019,12(2):165-166.
- [3] 王小芸.运动康复护理对老年慢性心衰患者的影响评价[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(29):113-114.