

自我管理在慢性心力衰竭病人护理中的应用

华 彬

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：目的：观察在对慢性心力衰竭患者护理时将自我管理护理模式运用的价值。方法：按照对比护理的方式开展探究，选入2021年3月至2022年11月收治慢性心力衰竭患者68例，按照数字表随机排序分组的方式，抽选划分对照组（34例，常规护理支持）和观察组（34例，开展自我管理护理）。分析对比护理干预效果。结果：对比患者在恢复期间心功能改善情况，干预前无差异， $P>0.05$ ，干预后观察组心功能优于对照组， $P<0.05$ 。对比两组恢复期间生活质量，观察组高于对照组， $P<0.05$ 。对比两组患者自我管理能力，观察组在各维度评分方面均明显高于对照组， $P<0.05$ 。对比两组恢复期间治疗依从性，观察组高于对照组， $P<0.05$ 。结论：在对心力衰竭患者护理时将自我管理护理模式进行运用，可以帮助患者心功能改善，并提升患者恢复期间生活质量，增加患者自我管理能力，有助于患者恢复。

【关键词】：自我管理；心力衰竭；心功能；生活质量；依从性

DOI:10.12417/2705-098X.23.10.031

Application of self-management in the care of patients with chronic heart failure

Bin Hua

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

Abstract: Objective To observe the value of applying the self-management care model when caring for patients with chronic heart failure. Methods According to the method of comparative nursing, 68 patients with chronic heart failure were selected from March 2021 to November 2022, and the control group (34 cases, routine nursing support) and observation group (34 cases, self-managed nursing) were selected according to the random ranking of the number table. Analyze and compare the effect of the nursing intervention. Results compared with the improvement of cardiac function during recovery, no difference before intervention, $P>0.05$, and the observation group was better than the control group, $P<0.05$. Comparing the quality of life during the recovery period, the observation group was higher than the control group, $P<0.05$. Comparing the self-management ability of the two groups, the observation group was significantly higher than the control group in terms of each dimension, $P<0.05$. Comparing the treatment compliance during the recovery period, the observation group was higher than the control group, $P<0.05$. Conclusion Using the self-management nursing mode in the care of heart failure patients can help patients to improve the heart function, improve the quality of life of patients during the recovery period, increase the self-management ability of patients, and help the recovery of patients.

Keywords: self-management; heart failure; heart function; quality of life; compliance

慢性心力衰竭为临床最为常见且发生率较高的类型，以中老年群体为主要病发群体，致病机制较为复杂，治疗周期较长，对患者健康以及日常生活所造成的负面影响较大。患者心功能恢复情况，不仅和临床治疗方案存在联系，更与患者的日常生活习惯存在有密切关联^[1-2]。在对患者进行治疗期间，需及时采取有效干预措施，促使患者自我管理能力得到提升，在恢复过程中保持健康的生活方式以及遵医行为，帮助患者心功能进行恢复^[3-4]。本次研究就主要对自我管理护理模式在慢性心力衰竭患者护理中的作用进行分析。

1 资料与方法

1.1 一般资料

按照对比护理的方式开展探究，选入2021年3月至2022年11月收治慢性心力衰竭患者68例，按照数字表随机排序分组的方式，抽选划分对照组（34例，常规护理支持）和观察组

（34例，开展自我管理护理）。在患者组成方面，对照组中男性18例，女性16例，年龄在52—79岁间，均值为（63.23±1.78）。观察组中男性19例，女性15例，年龄在54—78岁间，均值为（62.01±1.84）。对比两组基本数据， $P>0.05$ 。纳入标准：认知、交流能力正常；无合并肿瘤类病症；无先天性疾病；近1年时间内无手术经历；无药物过敏症状。排除标准：不愿参与本次研究；治疗期间依从性低；存在其他心脑血管类疾病。

1.2 方法

在为对照组提供护理支持时，各方面护理操作都按照常规临床规定进行开展。结合患者治疗方案，做好对应用药指导工作，协助患者养成科学用药习惯。详细为患者讲解在恢复过程中应当注意的细节问题，保持健康生活习惯。在对观察组进行护理时则将自我管理护理模式进行运用，干预内容如下：（1）提升患者对自身病症认知。在患者恢复期间，护理人员需耐心

和患者进行沟通,评估患者对自身病症的了解程度,按照患者容易理解的方式,耐心为患者宣贯慢性心力衰竭的特点,临床对于该症的研究进展,当前患者的主要治疗方案等,加深患者对自身病症的了解。并指导患者观看有关病症的科普视频或者书籍资料,进一步明确病症特点。(2)心理层面干预。因病症周期长,在病症长时间作用下,会导致患者存在有较大的负面心理,出现紧张、焦虑等负面情绪。护理人员则需要在与患者沟通过程中,准确了解患者心理状态,指导患者将内心压力进行倾诉,告知患者当前治疗方案的有效性,只要配合好各方面治疗自然可以迅速进行恢复。并引导患者做一些自己所喜欢的事情,可以通过阅读、听音乐等方式缓解心理压力,并参与一些团体活动,转移注意力。(3)合理运动。在康复期间,积极开展有效运动,可以达到增强体质,改善患者心功能的目的。在运动方式上首选有氧运动,运动时间控制在1小时左右,并指导患者在运动过程中合理对运动强度进行控制。部分年龄较大患者则运动时需在家属陪同的情况下进行。(4)养成科学用药行为。患者治疗周期较长,不同阶段在用药方案上存在有明显差异。护理人员需耐心为患者讲解严格按照医嘱进行用药的重要性,并指导患者做好用药记录工作,严格按照医生的要求进行用药。且在用药过程中若出现不良反应,则需要及时告知医护人员。(5)保持合理饮食。康复期间需保持科学饮食,在食物类型上以清淡、营养丰富食物为主,可以多摄入鸡汤、鱼汤等蛋白质丰富食物,以及新鲜蔬菜、水果等,补充维生素,对于改善患者心功能同样存在有作用。(6)病症监测。在康复期间,护理人员需指导患者做好自身病症变化监测工作,按时回医院进行复诊,且在日常恢复过程中,若出现不适症状,需立即到医院进行检查。

1.3 观察指标

对两组在恢复期间心功能水平进行检测与对比。包括心率水平、左心室舒张末期压、左心室射血分数。(2)生活质量评估。借助SF-36量表对患者康复过程中生活质量进行分析。(3)自我管理能力分析。结合患者恢复期间具体行为,按照百分制对患者合理运动、科学饮食以及科学用药、病症监测维度进行评估。(4)依从性对比。对两组病例在康复期间治疗依从性进行统计。

1.4 统计学方法

研究中与两组有关数据都按照SPSS20.0进行处理,百分数对计数数据表示,卡方检测,计量数据则按照均值±标准差表示,t检测,P<0.05差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 两组心功能对比

对比患者在恢复期间心功能改善情况,干预前无差异,P>0.05,干预后观察组心功能优于对照组,P<0.05,详见表1。

表1 两组心功能水平对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	观察组	对照组	t	P
例数	34	34	-	-
心率水平 (次/min)	干预前 95.52±2.45	95.43±2.42	1.142	0.567
	干预后 75.05±2.12	87.13±2.04	12.435	0.001
左心室舒张 末期压 (mmHg)	干预前 61.45±1.86	61.34±1.91	1.425	0.725
	干预后 50.13±2.13	56.92±2.04	10.042	0.001
左心室射血 分数(%)	干预前 36.25±2.13	36.19±2.22	1.142	0.564
	干预后 50.41±2.13	42.05±2.42	11.085	0.001

2.2 两组生活质量对比

对比两组恢复期间生活质量,观察组高于对照组,P<0.05,详见下表2。

表2 两组生活质量分析 ($\bar{x} \pm s$)

组别	观察组	对照组	t	P
例数	34	34	-	-
精力维度评分	护理前 75.22±2.05	75.51±1.15	1.425	0.625
	护理后 91.25±1.52	82.25±1.71	14.525	0.001
情绪角色维度	护理前 75.71±2.16	75.83±1.89	1.425	0.363
	护理后 92.02±1.35	81.05±1.53	13.142	0.001
躯体角色维度	护理前 74.32±2.05	74.17±1.76	1.675	0.325
	护理后 92.12±1.76	81.22±1.68	13.534	0.001
活力	护理前 77.63±2.14	77.86±1.86	1.864	0.425
	护理后 91.82±1.91	82.52±1.73	12.142	0.001

2.3 两组自我管理行为对比

对比两组患者自我管理能力,观察组在各维度评分方面均明显高于对照组,P<0.05,详见下表3。

表3 两组自我管理行为对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	观察组	对照组	t	P
例数	34	34	-	-
合理运动	护理前 77.85±2.12	77.96±2.31	1.758	0.425
	护理后 92.36±1.78	83.65±1.46	12.425	0.001
科学饮食	护理前 76.71±2.68	76.78±1.91	1.425	0.524
	护理后 92.12±1.86	85.45±1.86	10.425	0.001
科学用药	护理前 75.45±2.11	75.61±1.98	1.785	0.252
	护理后 90.05±1.86	84.35±1.76	11.425	0.001
病症监测	护理前 79.55±2.05	79.61±2.04	1.425	0.628
	护理后 90.52±1.74	81.52±1.86	11.425	0.001

2.4 两组依从性对比

对比两组恢复期间治疗依从性，观察组高于对照组， $P < 0.05$ ，详见下表4。

表4 两组依从性对比[n,(%)]

组别	例数	依从	较为依从	不依从	依从性
观察组	34	18 (52.94)	14 (41.18)	2 (5.88)	32 (94.12)
对照组	34	14 (41.18)	14 (41.18)	6 (17.65)	28 (82.35)
χ^2	-	8.425	0.000	12.425	12.425
P	-	0.001	1.000	0.001	0.001

3 讨论

慢性心力衰竭属于心血管病症中治疗难度相对较大的病症类型，由多种因素导致，病症周期长，无法在短时间内治愈。对患者健康所造成的负面影响较大，若未及时得到有效治疗，在病症持续发展下，会增加患者其他并发症发生率，甚至危及患者生命安全^[5-6]。在对该部分患者进行治疗期间，需积极引导患者保持良好自我管理行为，做到科学用药以及规律生活等，避免自身不健康生活行为影响到恢复。

在患者恢复期间及时开展自我管理护理模式进行运用，结

参考文献：

- [1] 张文敏,李锦娜.双心护理联合运动康复护理在慢性心力衰竭患者中的应用效果[J].临床医学研究与实践,2023,8(10):149-152.
- [2] 王拓.聚焦解决护理模式联合心脏康复对慢性心力衰竭患者的效果分析[J].中国现代药物应用,2023,17(03):165-169.
- [3] 张蒙蒙,李倩,丁宁.Orem 模式下的运动康复护理对慢性心力衰竭患者自我效能、运动功能及生活质量的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(03):108-110.
- [4] 宋瑞芳,张伟娟,董运婷.慢性病轨迹模式的护理干预在老年慢性心力衰竭患者中的应用效果[J].河南医学研究,2022,31(21):4015-4018.
- [5] 张丽敏.护士主导自我管理教育模式在慢性心力衰竭病人护理中的作用及对生活质量的影响[J].疾病监测与控制,2022,16(04):322-324.
- [6] 彭欢欢,莫政群,辛宗妍.呼吸训练联合体重管理在慢性心力衰竭病人延续护理中应用的研究进展[J].护理研究,2022,36(06):1037-1041.
- [7] 张清齐,蹇祥玉,吴洁华.延续性护理在慢性心力衰竭患者生活质量及自我管理中的应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2021,7(10):115-117.
- [8] 姚芳.自我管理在慢性心力衰竭患者护理中的应用效果[J].现代养生,2021,21(18):103-105.
- [9] 江成平.自我管理在慢性心力衰竭病人护理中的应用价值探讨[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(22):158.
- [10] 靳鑫.自我管理在慢性心力衰竭病人护理中的应用[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(13):103.
- [11] 朱冉君,芦良花.奥马哈问题分类系统在慢性心力衰竭住院病人护理问题评估中的应用[J].全科护理,2020,18(09):1138-1140+1149.
- [12] 何芬.自我管理在慢性心力衰竭患者护理中的应用体会[J].心理月刊,2020,15(01):146.

合对患者认知水平的了解做好对应健康指导工作，可以帮助患者对自身病症特点形成清晰认识。并在有效心理护理干预的作用下，可以缓解患者心理压力，在恢复过程中保持良好心态^[7-8]。结合患者用药方案做好患者用药指导工作，确保患者在恢复过程中可以严格按照医嘱进行用药。并合理开展运动锻炼，增加患者体质，帮助患者心功能进行恢复。指导患者保持科学饮食，养成良好饮食习惯，对刺激性食物摄入严格控制，可以避免不合理饮食影响到恢复^[9-10]。在各方面护理干预操作的综合作用下，可以促使慢性心力衰竭患者在恢复过程中，自我管理行为得到有效提升，增加患者和各方面治疗操作的配合性，养成良好的生活习惯以及遵医行为，对于帮助患者进行恢复存在有极为重要的作用^[11-12]。在本次研究中，观察组在护理管理过程中则将自我管理护理干预模式进行运用，结合对比常规护理可以发现，在自我管理模式的作用下，可以促使患者在恢复过程中依从性得到提升，帮助患者心功能得到改善，提升患者恢复期间生活质量，对于帮助患者恢复存在有极为重要的作用。

综合本次研究，在对慢性心力衰竭患者进行护理的过程中可以将自我管理模式进行运用，有效提升临床对慢性心力衰竭患者的护理效果，达到帮助患者进行恢复的目的，促使患者在恢复过程中可以得到最为全面的护理支持，避免患者不正确行为方式影响到自身恢复。