

心理护理结合放松训练对老年冠心病介入治疗患者心理应激、睡眠质量的影响分析

孙 艳

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：目的：探究心理护理结合放松训练对老年冠心病介入治疗患者心理应激、睡眠质量的影响。方法：选取我院在 2019 年 12 月至 2020 年 12 月收治的 60 例老年冠心病介入治疗患者，随机分为观察组（心理护理结合放松训练）和对照组（常规护理）各 30 人。结果：相比于对照组，观察组桡动脉穿刺成功率（90.0%）、护理满意度（93.3%）均较高，并发症发生率（6.7%）较低（ $P<0.05$ ）；干预后，观察组不良情绪、睡眠质量评分均低于对照组（ $P<0.05$ ）。结论：对老年冠心病介入治疗患者实施心理护理结合放松训练能够获得更为理想的护理效果。

【关键词】：心理护理；放松训练；老年冠心病；介入治疗；心理应激；睡眠质量

The influence analysis of psychological nursing and relaxation training on psychological stress and sleep quality in elderly patients with CAD interventional treatment

Yan Sun

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

Abstract: Objective: To explore the influence of psychological nursing combined with relaxation training on psychological stress and sleep quality in elderly patients with CHD interventional therapy. Methods: 60 elderly patients admitted to our hospital from December 2019 to December 2020 were selected and randomly divided into 30 patients from observation group (psychological care combined with relaxation training) and control group (routine care). Results: Compared with the control group, patients with higher success rate (90.0%), nursing satisfaction (93.3%), lower complication rate (6.7%) ($P<0.05$); After the intervention, the bad mood and sleep quality scores of the observation group were lower than those of the control group ($P<0.05$). Conclusion: Psychological nursing and relaxation training for elderly patients.

Keywords: Psychological care; Relaxation training; Elderly coronary heart disease; Interventional therapy; Psychological stress; Sleep quality

随着人口老龄化程度的不断加剧，导致老年冠心病的发生率明显增高，医学界对老年冠心病治疗的关注度也越来越高^[1]。近年来，经皮冠状动脉介入术是一种新兴的微创治疗手段，它可以通过微创导管将支架植入，对冠状动脉管腔的狭窄和闭塞起到疏通作用，有利于改善心肌的供氧、供血，使心功能状态得到明显改善^[2-3]。即便介入治疗的安全性高、创伤小、术后恢复快，然而因老年患者的身体机能和适应能力逐渐减退，且缺乏对治疗的充分认识，所以较易有不良的心理应激反应出现，引起冠脉痉挛，对手术通道的顺利建立产生影响，出现动脉血栓、局部血肿、穿刺血管出血等并发症，甚至会引起严重的意外事件，例如猝死、心肌梗死等^[4-5]。因此，为降低围手术期冠心病介入治疗患者的心理应激程度，保证顺利实施治疗，需要为患者提供有效的护理干预。本文旨在探究心理护理结合放松训练对老年冠心病介入治疗患者心理应激、睡眠质量的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院在 2019 年 12 月至 2020 年 12 月收治的 60 例老

年冠心病介入治疗患者，随机分为观察组和对照组各 30 人。观察组男 17 例、女 13 例，平均年龄（ 74.64 ± 5.12 ）岁；对照组男 19 例、女 11 例，平均年龄（ 74.17 ± 5.51 ）岁。一般资料无差异， $P>0.05$ 。

1.2 方法

常规护理对照组。加强对观察组的心理护理与放松训练：

（1）心理护理。①心理疏导：责任护理人员需要与患者充分的沟通、交流，对患者的心声耐心倾听，掌握其内心想法，疏导其不良情绪，给予患者一定的鼓励和关心，将保持良好心态的重要作用告知患者，使其保持良好的情绪状态，将宣泄情绪的方法告知患者，进而使其内心的焦虑和恐慌减轻，提高其治疗依从性。②认知干预：责任护士需要充分结合患者的实际情况，利用一对一交流、发放健康手册、播放视频等方式，将冠心病的临床表现、治疗方法、致病因素及介入治疗等相关知识告知患者，使患者对自身疾病具有全面、系统地认识，提高其疾病认知力，进而能够使其治疗依从性显著增强。并且，将冠心病的危害性告知患者及家属，使其能够对心肌梗死、心绞

痛等心血管急症正确识别，向患者讲解简单的自救方法，消除其恐惧感。

(2) 放松训练。①腹式呼吸训练：实施腹式呼吸训练，每次的持续时间为5至10分钟；②肌肉放松：护理人员在患者床侧，鼓励其将心中的杂念消除，放松全身，进行肌肉放松训练，每次的持续时间为1至3分钟；③音乐放松：按照患者的兴趣爱好、欣赏能力、认知能力及受教育程度等，对合适的音乐进行选择，指导患者闭眼放松，每次播放音乐的时间为15至20分钟。

1.3 观察指标

- (1) 桡动脉穿刺成功率；
- (2) 护理满意度；
- (3) 并发症；
- (4) 运用 SAS、SDS 评分^[6]评定不良情绪；
- (5) 运用 PSQI 评分标准^[7]评定睡眠质量。

1.4 统计学分析

运用 SPSS22.0 统计学软件，用“ $(\bar{x} \pm s)$ ”、“ $[n(\%)]$ ”表示，“t”、“ χ^2 ”检验， $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 桡动脉穿刺成功率

观察组高于对照组 ($P < 0.05$)，见表 1。

表 1 桡动脉穿刺成功率 $[n(\%)]$

组别	例数	成功例数	成功率
观察组	30	27	90.0%(27/30)
对照组	30	21	70.0%(21/30)
χ^2			13.965
P			<0.05

2.2 护理满意度

观察组高于对照组 ($P < 0.05$)，见表 2。

表 2 护理满意度 $[n(\%)]$

组别	例数	非常满意	满意	不满意	总满意度
观察组	30	11	17	2	93.3% (28/30)
对照组	30	9	13	8	73.3% (22/30)
χ^2					12.054
P					<0.05

2.3 并发症发生率

观察组低于对照组 ($P < 0.05$)，见表 3。

表 3 并发症发生率 $[n(\%)]$

组别	例数	血肿	渗血	穿刺时紧张	发生率
观察组	30	1	1	1	6.7% (2/30)
对照组	30	2	4	2	26.7% (8/30)
χ^2					15.087
P					<0.05

2.4 SAS、SDS 评分

观察组改善情况优于对照组 ($P < 0.05$)，见表 4。

表 4 SAS、SDS 评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

检查指标		观察组 (n=30)	对照组 (n=30)	t	P
SAS 评分	干预前	60.32 ± 5.54	61.05 ± 6.15	3.974	>0.05
	干预后	42.41 ± 6.64	52.16 ± 4.75	11.625	<0.05
SDS 评分	干预前	61.18 ± 6.12	60.75 ± 5.85	2.351	>0.05
	干预后	41.29 ± 6.84	51.78 ± 6.91	12.041	<0.05

2.5 睡眠质量

干预后，观察组均低于对照组 ($P < 0.05$)，见表 5。

表 5 睡眠质量 ($\bar{x} \pm s$)

检查指标		观察组 (n=30)	对照组 (n=30)	t	P
觉醒次数 (次)	干预前	5.28 ± 1.52	5.32 ± 1.27	5.214	>0.05
	干预后	1.21 ± 0.37	3.60 ± 1.85	12.397	<0.05
入睡时间 (h)	干预前	4.25 ± 0.68	4.24 ± 0.59	3.642	>0.05
	干预后	0.29 ± 0.16	1.61 ± 0.31	10.354	<0.05
睡眠质量评分 (分)	干预前	8.12 ± 1.39	8.10 ± 1.29	2.394	>0.05
	干预后	3.29 ± 1.40	6.37 ± 1.25	12.558	<0.05

3 讨论

大部分冠心病介入手术治疗患者在围手术期会有各种心理应激出现，例如抑郁、焦虑等^[8]，因老年冠心病患者的身体机能逐渐减弱，有较多的合并症和原发病，会影响治疗效果，使治疗周期和病程时间延长，这样不仅会加重患者的痛苦感，还会增加其心理负担和经济负担，进而引起各种不良情绪，例如失眠、依赖、行为退化、自卑、忧郁、焦虑等，导致机体交

感神经的活动性增强,出现血压升高、脂类代谢紊乱、心率加快等一系列的生理病理性改变,从而引起严重的心血管意外事件,例如心绞痛、心肌梗死、冠状动脉痉挛、心脏骤停等^[9-10]。因此,为提高治疗效果,改善预后恢复,为患者提供系统、全面的护理干预措施尤为重要。

本文通过探究心理护理结合放松训练对老年冠心病介入治疗患者心理应激、睡眠质量的影响,结果显示,相比于对照组,观察组桡动脉穿刺成功率(90.0%)、护理满意度(93.3%)均较高,并发症发生率(6.7%)较低($P<0.05$);观察组不良情绪、睡眠质量改善更明显($P<0.05$)。表明对患者实施心理护理结合放松训练能够获得更为理想的护理效果,分析原因主要在于:通过对患者实施心理护理和认知干预,能够使其更加

全面、正确的认识自身疾病,同时重视行为改变对疾病预防及治疗的促进作用,提高自我管理能力,进而保证治疗效果,减少并发症的发生^[11-12]。并且,护理人员指导患者实施放松训练,能够使患者保持愉悦、轻松的心态,积极地面对疾病,减轻其不良情绪^[13]。此外,放松训练能够增加具有镇静作用的内啡肽的分泌,减少对交感神经具有兴奋作用的儿茶酚胺的分泌,有利于患者达到心理上的放松,保持心情愉悦、全身舒适,从而促进其睡眠质量得到显著改善^[14-15]。

综上所述,对老年冠心病介入治疗患者实施心理护理结合放松训练,能够提高桡动脉穿刺成功率和护理满意度,减少并发症的发生,减轻其不良情绪,使其睡眠质量得到显著改善。

参考文献:

- [1] 屈莫,薛崙丹.心理护理联合放松训练对老年冠心病介入治疗患者心理应激、睡眠质量的影响研究[J].贵州医药,2021,45(2):318-319.
- [2] 李玉东.双心护理联合放松训练对老年冠心病介入治疗患者心理应激、睡眠质量和意外事件的影响[J].护士进修杂志,2019,34(2):102-106.
- [3] 甘婉瑜.心理护理配合放松训练在老年冠心病患者介入治疗中的效果观察[J].中国医药指南,2021(34):155-157.
- [4] CHENYING FU,HAIMING WANG,QUAN WEI,et al.Effects of rehabilitation exercise on coronary artery after percutaneous coronary intervention in patients with coronary heart disease:a systematic review and meta-analysis[J].Disability and rehabilitation.,2019,41(24):2881-2887.
- [5] 樊金花,杨晶.放松训练联合正念疗法对老年冠心病患者 PCI 围手术期心理应激及生活质量的影响[J].心血管康复医学杂志,2017,26(4):381-384.
- [6] 张耕瑞,杨丽,段东奎,等.正念放松训练对经皮冠状动脉介入治疗患者心理应激反应及睡眠质量影响的研究[J].中华护理杂志,2018,53(12):1463-1467.[7]潘媛媛,彭羽,付明欢,等.多元化护理干预对经皮冠状动脉介入治疗老年冠心病患者生活质量和心理状态的影响[J].成都医学院学报,2017,12(3):342-346.
- [8] 张宝静,张丽君.双心护理模式对老年冠心病介入治疗患者心理应激及意外事件的影响[J].中国老年保健医学,2019,17(4):142-144.
- [9] 姚瑶,杨超群.探讨多元化护理干预对经皮冠状动脉介入治疗老年冠心病患者生活质量和心理状态的影响[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(9):158.
- [10] KOSMIDOU,IOANNA,CROWLEY,AARON,MACEDO,LEON,et al.Usefulness of Discharge Resting Heart Rate to Predict Adverse Cardiovascular Outcomes in Patients With Left Main Coronary Artery Disease Revascularized With Percutaneous Coronary Intervention vs Coronary Artery Bypass Grafting(from the EXCEL Trial)[J].The American Journal of Cardiology,2020,125(2):169-175.
- [11] 王兴芳.多元化护理干预对经皮冠状动脉介入治疗老年冠心病患者生活质量和心理状态的影响[J].心血管外科杂志(电子版),2019,8(3):185.
- [12] 章金.多元化护理干预对经皮冠状动脉介入治疗老年冠心病患者生活质量和心理状态的影响评价[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(33):141.
- [13] miR-146a and miR-146b predict increased restenosis and rapid angiographic stenotic progression risk in coronary heart disease patients who underwent percutaneous coronary intervention[J].Irish journal of medical science,2020,189(2):467-474.
- [14] 何晓红,陈嘉凤,王苏英.多元化护理干预对经皮冠状动脉介入治疗老年冠心病患者生活质量和心理状态的效果评价[J].中国现代医生,2019,57(25):158-161,165.
- [15] 骈美玲.多元化护理干预模式对经皮冠状动脉介入治疗老年冠心病患者的应用效果[J].河南医学研究,2021,30(27):5166-5169.