

# 早期康复运动护理对重症急性心肌梗死患者心功能的影响分析

左热古力·依明

(阿克苏地区第一人民医院 CCU 新疆阿克苏 843000)

**摘要:** 目的: 探讨重症急性心肌梗死患者应用早期康复运动护理对其心功能的影响。方法: 选取我院治疗的 90 例重症急性心肌梗死患者(2023.1~2023.12 期间治疗), 随机分为 2 组, 给予对照组常规护理, 研究组在此基础上联合早期康复运动护理, 对比两组心功能、生活质量改善情况。结果: 心功能指标、WHOQOL-100 评分: 护理前无差异 ( $P > 0.05$ ), 护理后研究组改善更明显 ( $P < 0.05$ )。结论: 重症 AMI 患者应用早期康复运动护理效果显著, 可有效改善患者心功能、生活质量, 该护理值得推广。

**关键词:** 重症急性心肌梗死; 早期康复运动护理; 常规护理; 心功能; 生活质量

急性心肌梗死 (AMI) 在临床中十分常见, 是指冠状动脉阻塞、供血不足导致的心肌缺血坏死, 发病率较高, 相比其他人群, 中老年群体更易发生该病<sup>[1]</sup>。重症 AMI 患者病情危重、进展迅速、极为凶险、死亡率高, 以胸前区疼痛、憋闷感、心跳加快、呼吸困难、意识不清、大汗淋漓等为主要临床表现, 这些症状给患者带来了较大困扰, 并且若治疗不及时, 可引起多种并发症, 如心源性休克、心力衰竭、低血压、心脏梗死后综合征、心律失常等, 也可导致患者死亡, 故需及早治疗<sup>[2]</sup>。除积极治疗外, 还需加强护理。往常采取的常规护理改善患者心功能的效果欠佳, 需联合别的护理。临床实践发现, 对于该类患者, 实施早期康复运动护理可促使患者心功能得到有效改善<sup>[3]</sup>。本研究即探讨了重症 AMI 患者应用早期康复运动护理对其心功能的影响, 具体介绍如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 临床资料

选取我院治疗的 90 例重症急性心肌梗死患者(2023.1~2023.12 期间治疗), 随机分为 2 组, 即对照组(45 例, 男 23 例, 女 22 例, 年龄 41~76 岁, 平均  $58.56 \pm 8.14$  岁) 和研究组(45 例, 男 24 例, 女 21 例, 年龄 42~74 岁, 平均  $58.12 \pm 8.07$  岁)。两组资料  $P > 0.05$ , 可比。

### 1.2 方法

给予对照组常规护理, 遵医嘱为患者提供相关治疗, 用药时仔细核对, 确保药物使用正确, 药液现配现用, 用药期间加强药物不良反应的观察与处理, 治疗期间密切监测患者各项生命体征、症状表现、病情变化等, 有异常及时处理, 并给予患者健康教育, 向其讲解关于疾病的各方面知识, 解答患者疑问, 指导患者合理饮食, 告知患者摄入营养丰富、清淡、低盐低脂、易消化的食物, 养成良好的生活习惯, 保持规律作息, 避免熬夜, 戒烟酒, 并给予患者心理疏导, 向患者讲解心理状态与

疾病控制之间的关联, 引导患者调整心态。研究组在此基础上联合早期康复运动护理, 如下:

1.2.1 康复评估与教育。对患者进行康复评估, 了解患者年龄、一般资料、健康史、既往史、心电图、心功能分级、吸烟史、心功能指标、运动耐力等, 根据每位患者的不同情况制定针对性康复方案, 后对患者进行康复宣教, 向其讲解疾病和康复相关知识, 告知患者康复运动的重要性、具体措施、康复时间、注意事项等, 解答患者提出的疑问, 通过宣教提升患者对康复的依从性, 带动患者主动参与到康复中。

1.2.2 实施早期康复运动。对于处于急性期 24h 内的患者, 指导患者绝对卧床休息, 控制体力活动, 指导患者取半高斜位或半卧位休息, 对于发病 1~3d 内的患者, 指导患者进行床上腹式呼吸练习, 并协助患者进行各关节的被动运动, 包括各关节的屈曲、外展、旋转等, 同时协助患者床上洗漱、坐起进餐, 发病第 4~7 天, 指导患者练习关节主动运动, 并逐渐练习座椅上活动、床边活动, 逐步增加活动时间, 发病 7d~出院前, 指导患者练习肢体主动运动, 如上下肢伸展、屈曲、上举等, 并指导患者进行呼吸功能锻炼, 同时指导患者练习步行, 根据患者具体情况逐步增加步行距离, 待患者具备一定步行能力后, 指导患者练习上下台阶; 出院后~发病 6 个月, 指导患者进行运动训练, 运动项目选择强度较低的运动, 如骑车、快走、慢跑、散步等, 将运动强度、时间等控制在合理范围内, 告知患者坚持运动锻炼, 并指导患者合理规避、控制心肌梗死危险因素, 养成和保持良好的生活习惯、饮食习惯。

### 1.3 观察指标

对比两组心功能、生活质量改善情况。生活质量采用世界卫生组织生活质量测定量表 100(WHOQOL-100) 评价, 得分呈正比。

### 1.4 统计学分析

数据纳入 SPSS21.0 软件分析,  $P < 0.05$  表示数据有差异。

2 结果

表 1 两组心功能指标对比 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	LVESD (mm)		LVEDD (mm)		LVEF (%)	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	45	40.73 ± 5.70	32.28 ± 4.56	56.29 ± 8.08	48.59 ± 6.03	43.26 ± 3.14	52.98 ± 5.27
研究组	45	40.49 ± 6.01	29.59 ± 4.14	57.01 ± 7.66	42.33 ± 5.41	44.01 ± 3.59	58.37 ± 5.16
t	-	0.194	2.930	0.434	5.184	1.055	4.902
P	-	0.846	0.004	0.666	0.001	0.294	0.001

2.2 两组 WHOQOL-100 评分对比

WHOQOL-100 评分: 护理前无差异 ( $P > 0.05$ ), 护理后研究组更高 ( $P < 0.05$ )。详见表 2:

表 2 两组 WHOQOL-100 评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ ) (分)

组别	例数	护理前	护理后
对照组	45	75.36 ± 5.49	80.02 ± 5.13
研究组	45	74.51 ± 4.98	86.39 ± 6.29
t	-	0.769	5.265
P	-	0.444	0.001

3 讨论

AMI 是冠心病常见的一种类型, 发病率较高, 多数由冠脉粥样硬化引起, 少数由先天畸形、炎症、栓塞、冠脉痉挛等引起, 常见诱发因素有暴饮暴食、情绪过于激动、用力排便、剧烈运动、过度疲劳等, 以持久性的胸骨后剧烈疼痛、心电图进行性改变、心肌酶增高等为主要临床表现<sup>[4]</sup>。重症患者病情危重, 进展迅速, 若治疗不及时, 可导致患者猝死, 故需及早治疗, 除治疗外, 还需重视护理<sup>[5]</sup>。传统观念认为 AMI 患者应绝对卧床至少 6 周, 但实践发现, 长期卧床不仅不利于疾病康复、心功能改善, 而且还会引起多种并发症, 如肌肉萎缩、肺部感染、压疮、下肢深静脉血栓等<sup>[6]</sup>。

早期康复运动护理可通过指导患者练习多种系统、科学、全面的康复训练措施, 有效提升机体最大耗氧量, 促使肌纤维强度和力量增强, 以此增加骨骼肌线粒体密度, 改善肌肉有氧代谢, 并且该护理可有效改善患者心肺功能、运动耐力, 同时该护理可减轻患者症状体征, 减少功能性残疾<sup>[7]</sup>。除此之外, 该护理可有效改善患者的左室重构情况, 还可提升其心储备功能、心排出量, 从而改善远期预后<sup>[8]</sup>。同时该护理可有效避免长期卧床的诸多并发症, 提升患者的社会参与能力、生活能力。本研究为患者提供了多种康复护理, 系统、早期、全面的康复运动护理发挥了积极作用。结果显示, 心功能指标、

2.1 两组心功能指标对比

心功能指标: 护理前无差异 ( $P > 0.05$ ), 护理后研究组改善更明显 ( $P < 0.05$ )。详见表 1:

WHOQOL-100 评分: 护理前无差异 ( $P > 0.05$ ), 护理后研究组改善更明显 ( $P < 0.05$ ), 说明早期康复运动护理是有效的。

综上所述, 重症 AMI 患者应用早期康复运动护理效果显著, 可有效改善患者心功能、生活质量, 该护理值得推广。

参考文献:

[1]卢智娇,康娜婷. 早期康复运动护理对重症急性心肌梗死患者心功能的影响 [J]. 心血管病防治知识, 2023, 13 (28): 80-82.

[2]宋宁,王翠翠,林少慧. 早期康复运动护理对急性心肌梗死患者急性期、恢复期心功能的影响价值分析 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2019, 7 (13): 105+108.

[3]许萌萌,王娟,郭琳. 早期康复运动护理对重症急性心肌梗死患者心功能的影响[J]. 反射疗法与康复医学, 2022, 3(11):108-111.

[4]李小燕,詹榕,陈. 早期心脏康复运动对 CCU 急性心肌梗死患者急诊 PCI 术后并发症及心功能的影响[J]. 心血管病防治知识:学术版, 2023, 13(14):63-65.

[5]鄯丽萍,朱青兰,张信芳,等. 艾灸贴联合早期康复运动对急性心肌梗死患者心脏康复的影响[J]. 中西医结合护理(中英文), 2022, 8(1):45-48.

[6]高慧,张园园. 早期心脏康复护理对急性心肌梗死患者 PCI 术后运动耐力及心脏不良事件的影响[J]. 中国校医, 2022, 36(4):306-307.

[7]职统利,孙琳娜,田利丽. 早期康复护理对急性心肌梗死 PCI 术后患者心功能及运动功能的影响[J]. 西藏医药, 2020, 41(3):133-135.

[8]陈芳玲,崔英姿,曾四英,等. 基于 5A 模式的早期心脏康复护理对急性心肌梗死患者 6 min 步行距离的影响 [J]. 当代医药论丛, 2023, 21(12):175-179.