

个性化心理护理联合健康教育对老年冠心病的影响

明雪花, 程晶

江阴长泾医院有限公司 江苏江阴

【摘要】目的 研究分析个性化心理护理联合健康教育对老年冠心病的影响。**方法** 选取2022年1月-2024年1月期间于我院进行治疗的老年冠心病患者30例,采用计算机随机数字排序的方法将其分为联合组与常规组,每组各15例,予常规组患者常规护理干预,在常规护理基础上给予联合组患者个性化心理护理联合健康教育。比较护理效果。**结果** (1)相较于常规组,联合组患者的焦虑(SAS)抑郁(SDS)心理状态评分明显更低,对比有统计学意义($P < 0.05$);(2)经过护理,联合组患者的ESCA量表各维度得分均较高,对比有统计学意义($P < 0.05$);(3)经护理,联合组患者的睡眠质量评分明显低于常规组,对比有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 在常规护理基础上予老年冠心病患者个性化心理护理联合健康教育,临床效果良好,不仅能显著改善患者不良情绪与睡眠质量,还能明显提升患者自护能力水平,值得推广。

【关键词】 个性化心理护理; 健康教育; 老年冠心病; 自护能力

【收稿日期】 2024年11月15日

【出刊日期】 2024年12月30日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20240482

Effect of individualized psychological nursing combined with health education on coronary heart disease in the elderly

Xuehua Ming, Jing Cheng

Jiangyin Changjing Hospital Co., Ltd. Jiangyin, Jiangsu

【Abstract】 Objective To study and analyze the effect of personalized psychological nursing combined with health education on elderly patients with coronary heart disease. **Methods** Thirty elderly patients with coronary heart disease who were treated in our hospital from January 2022 to January 2024 were selected and divided into a combined group and a conventional group by computer random number sorting, with 15 cases in each group. The conventional group was given routine nursing intervention, and the combined group was given personalized psychological nursing combined with health education on the basis of routine nursing. The nursing effects were compared. **Results** (1) Compared with the conventional group, the anxiety (SAS) and depression (SDS) psychological state scores of the combined group were significantly lower, and the comparison was statistically significant ($P < 0.05$); (2) After nursing, the scores of each dimension of the ESCA scale of the combined group were higher, and the comparison was statistically significant ($P < 0.05$); (3) After nursing, the sleep quality scores of the combined group were significantly lower than those of the conventional group, and the comparison was statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion** Based on routine nursing, personalized psychological care combined with health education for elderly patients with coronary heart disease has good clinical effect. It can not only significantly improve patients' negative emotions and sleep quality, but also significantly improve patients' self-care ability, which is worthy of promotion.

【Keywords】 Personalized psychological care; Health education; Elderly coronary heart disease; Self-care ability

冠心病(CHD)是一种缺血性心脏病,多发于40岁以上人群,发病人群具有男性多于女性的特点。老年冠心病的发病率较高,其发病常与年龄有关,随着年龄的增加,老年人的生理功能及体质会渐弱,其发生血管

阻塞的几率也更高,因而其更易出现冠心病^[1]。

为进一步老年冠心病的临床护理效果,本文研究了个性化心理护理联合健康教育对老年冠心病的影响。如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

30 例老年冠心病患者一般资料如下: ①联合组: 15 例, 男性 9 例, 女性 6 例, 年龄 (63~84) 岁, 平均年龄 (72.19±2.39) 岁, 在常规护理基础上予个性化心理护理联合健康教育; ②常规组: 15 例, 男性 8 例, 女性 7 例, 年龄 (63~84) 岁, 平均年龄 (72.23±2.31) 岁, 予常规护理干预。上述资料对比无统计学意义 ($P > 0.05$)。

纳入标准: (1) 所有患者经临床诊断或医学检查均确诊为冠心病; (2) 所有患者均未患有沟通障碍、语言理解障碍类疾病; (3) 所有患者的临床资料均收集完整。

排除标准: (1) 患有精神、认知障碍类疾病的患者; (2) 合并患有身体其他组织、器官基础疾病的患者; (3) 合并患有身体其它组织、器官恶性肿瘤的患者。

1.2 方法

予常规组患者常规护理干预, 包括常规心理护理、用药指导、饮食指导及运动指导等, 在常规护理基础上给予联合组患者个性化心理护理联合健康教育, 具体如下:

1.2.1 个性化心理护理

(1) 环境护理。为患者营造一个安静、舒适的病房环境, 可在病房内张贴爱心卡片或山水风景画, 以缓和患者不良情绪。另外, 还可依据患者的爱好, 在病房内放置其感兴趣的书籍等, 起到转移注意力与缓解不良情绪的目的。

(2) 心理护理。定期对患者当前的心理情绪状态进行评估, 并依据评估所得的具体情况对患者开展针对性的心理疏导。对于恐惧心理较严重的患者, 护理人员应耐心详细地为其讲解老年冠心病的治疗有效性与安全性, 必要时, 可列举以往经治疗并取得良好预后效果的案例, 进一步缓解患者恐惧心理情绪, 增强其治疗信心。对于焦虑情绪较为严重的患者, 护理人员应积极耐心与患者进行沟通交流, 耐心听取患者当前的顾虑, 并进行针对性解答, 进一步缓解患者的不良情绪。

(3) 认知干预。①疾病认知干预: 护理人员可采用“1 对 1”或“1 对多”等方式为患者详细讲解老年冠心病相关诱因与发病机制等, 叮嘱患者日常养成良好的生活饮食习惯, 并指导其多使用纤维含量高的食物等; ②用药干预: 定期评估患者的用药情况与用药依从情况, 并以此为依据为患者详细讲解 β 受体阻滞剂

等相关所用药物的具体知识, 如相关使用方法、可能出现的不良反应以及不良反应的具体应对方法等, 提升患者对自身所用药物的认知。

(4) 行为干预。①运动指导: 依据患者的恢复情况, 指导其在身体条件允许情况下进行适当的运动, 如“慢走”、“上下楼梯”等。逐渐提升患者的自身免疫力; ②放松指导: 指导患者定期开展冥想放松, 吸气时握紧双拳, 呼气同时放松双拳, 引导患者在安静冥想中回想美好事物, 以达到放松肌肉的目的。

1.2.2 健康教育

(1) 入院时。患者入院时, 详细了解患者的各项基本信息, 并为其建立针对性的个人档案。

(2) 住院期间。护理人员应定期为患者开展老年冠心病相关疾病知识讲解会, 为患者详细讲解老年冠心病的发病机制、相关药物的使用方法与注意事项、患者日常护理相关注意事项等, 提升患者对自身疾病以及后期预后的认知。另外, 护理人员还应将患者具体情况与以往护理经验相结合, 制定具有针对性的护理方案。

(3) 出院后。患者出院后, 护理人员应定期通过电话、社交平台等方式对患者进行随访, 了解患者当前的疾病情况变化。定期在线上为患者及其家属开展老年冠心病相关知识讲解, 积极主动为患者及其家属答疑解惑。

1.3 观察指标

护理后两组患者焦虑、抑郁心理状态、自护能力及睡眠质量。

1.3.1 焦虑、抑郁心理状态

采用焦虑情况自评量表 (SAS) 和抑郁情况自评量表 (SDS) 进行评价, 50 分为心理分界线。超过 50 分表示患者存在抑郁、焦虑情绪, 且分值越高即说明该患者焦虑、抑郁心理状态更严重。

1.3.2 自护能力

采用 ESCA 量表进行评价, 总 172 分, 囊括自我概念、自我护理技能、自护责任感及健康知识水平。得分越高, 自护能力越好。

1.3.3 睡眠质量

采用匹兹堡睡眠质量指数评分表评价, 总 21 分, 得分大于 7 分表示存在睡眠障碍, 分值越小即睡眠质量越好。睡眠总时间主要由主管护理人员进行记录统计。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS23.0 系统软件中进行计算, 以 \bar{x}

$\pm s$) 进行计量统计, 以 (%) 进行计数统计, t 检验与 χ^2 检验, $P < 0.05$ 则表示有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理后的焦虑、抑郁心理状态评分比较

相较于常规组, 联合组患者的焦虑 (SAS) 抑郁 (SDS) 心理状态评分明显更低, 对比有统计学意义 ($P < 0.05$), 见表 1。

表 1 两组患者护理后的焦虑、抑郁心理状态评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	SAS	SDS
联合组	15	38.69 ± 2.19	37.60 ± 2.03
常规组	15	48.79 ± 2.39	46.29 ± 2.38
t	-	12.067	10.759
P	-	0.001	0.001

表 2 两组患者护理后的自护能力评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	自我概念	自我护理技能	自护责任感	健康知识水平
联合组	15	28.66 ± 3.21	42.39 ± 3.29	21.20 ± 2.01	64.39 ± 3.11
常规组	15	25.33 ± 3.19	38.29 ± 4.19	18.92 ± 2.06	60.29 ± 3.09
t	-	2.850	2.981	3.068	3.622
P	-	0.008	0.006	0.005	0.001

3 讨论

老年冠心病的治疗效果与多种因素有关, 如治疗方案、患者个体性差异及护理方式等。结合临床经验及相关研究可知, 不同的护理方式在老年冠心病的护理中有不同的护理效果, 其可能对患者的心理状态、自护能力及睡眠质量等有不同的影响。

常规护理主要包括常规心理护理、用药指导、饮食指导以及运动指导等, 是冠心病临床护理中较常用的护理方式, 其具有较强的适用性, 且能较好配合治疗^[2,3]。但常规护理的本质为疾病护理, 因而缺乏或较少涉及心理层面与认知层面的护理, 无法进一步提高患者及家属对疾病的重视, 无法进一步提高其对相关知识的掌握度, 另外, 老年冠心病患者在临床上具有心理较脆弱的特点, 而常规护理也无法进一步减少患者的负性情绪^[4,5]。应进一步优化老年冠心病的临床护理方式。

个性化心理护理即护理人员运用心理学方法、技术, 根据患者特性, 制订护理计划, 进行有针对性的心理护理^[6,7]。健康教育即教育患者树立健康意识、促使其改变不健康行为生活方式, 养成良好行为生活方式,

2.2 两组患者护理后的自护能力评分比较

经护理, 联合组患者的 ESCA 量表各维度得分均较高, 对比有统计学意义 ($P < 0.05$), 见表 2。

2.3 两组患者护理后的睡眠质量评分比较

联合组 15 例患者的睡眠质量评分为 (3.29 ± 1.03) 分, 常规组 15 例患者的睡眠质量评分为 (12.29 ± 3.02) 分, $t = 10.924$, $P = 0.001$, 数据差异明显 ($P < 0.05$) 具有统计学意义。

以减少或消除影响健康的危险因素^[8,9]。与常规护理相比, 个性化心理护理联合健康教育可进一步减少患者负面情绪, 并可提高其对疾病的重视。本研究在对比了常规护理与个性化心理护理联合健康教育护理后发现: 相较于常规组, 联合组患者的焦虑 (SAS) 抑郁 (SDS) 心理状态评分明显更低, ESCA 量表各维度得分均较高, 睡眠质量评分明显更低, 且上述相关指标组间对比有统计学意义 ($P < 0.05$)。即在老年冠心病的临床护理中, 个性化心理护理联合健康教育有较强的护理优势。分析原因可知, 在老年冠心病的临床护理中, 个性化心理护理内容可主要包括环境护理、心理护理、认知干预及行为干预, 上述护理措施可减少负面情绪对疾病治疗的影响, 且能纠正患者认知, 提高其对疾病的重视度, 从而进一步提高自护能力; 健康教育贯穿整个过程, 可更好使患者了解到冠心病相关知识, 提高自我护理能力。

综上所述, 在常规护理基础上予老年冠心病患者个性化心理护理联合健康教育, 临床效果良好, 不仅能显著改善患者不良情绪与睡眠质量, 还能明显提升患者自护能力水平, 值得推广。

参考文献

- [1] 鲁丽丽,晋运玲,程翠平,等. 个性化心理护理联合健康教育对门诊老年冠心病患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志,2024,30(5):49-52.
- [2] 王雪. 老年冠心病患者的健康教育联合个性化心理护理效果及对心理应激、睡眠质量的影响[J]. 心血管病防治知识,2024,14(2):134-137.
- [3] 陈莹,黎华娇,梁秋燕,等. 个性化心理护理联合健康教育对老年冠心病患者负面情绪及疾病相关知识掌握情况的影响[J]. 吉林医学,2023,44(2):493-496.
- [4] 徐彩红,金爱莲,谢美丽,等. 个性化心理护理干预对老年冠心病患者心理状态和生活质量的影响[J]. 国际精神病学杂志,2022,49(5):923-925,929.
- [5] 卢婧,刘志红. 家属参与式护理对老年冠心病 PCI 术后患者心理状态及并发症的影响[J]. 河北医药,2021,43(3):457-459,463.
- [6] 屈莫,薛崑丹. 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.
- [7] 马延超,陶琳,易银萍,等. 心理护理干预在老年冠心病介入治疗患者中的应用[J]. 山西医药杂志,2021,50(15):2360-2362.
- [8] 苏常红. 阶段性家属同步健康教育在老年冠心病患者二级预防行为干预中的应用效果[J]. 中国药物与临床,2020,20(8): 1388-1390.
- [9] 建霞,王永凤,盖自宽,等. 基于健康信念模式的心脏康复对胃癌合并冠心病患者生活质量及自我管理行为的影响[J]. 实用心脑血管病杂志,2021,29(9):23-27.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS