

## 中医护理技术对冠心病患者心理状况、生活质量及睡眠质量的影响分析

刘颖

泰州市中医院 江苏泰州

**【摘要】目的** 探讨在冠心病患者中采取中医护理技术对患者心理、睡眠和生活质量的干预效果。**方法** 选取本院在2022.6-2023.6收治的108例冠心病患者，根据随机抽样法分组，试验组（54例，中医护理技术干预方案），对照组（54例，常规内科护理干预方案）。对比两组的护理质量。**结果** 干预3个月后试验组的SDS、SAS与PSQI评分均低于对照组，且SF-36评分比对照组高（ $P<0.05$ ）。**结论** 在冠心病患者中采取中医护理技术进行干预能够显著改善患者的身心健康程度。

**【关键词】** 冠心病；中医护理技术；心理状况；生活质量；睡眠质量

**【收稿日期】** 2024年10月5日

**【出刊日期】** 2024年11月16日

**【DOI】** 10.12208/j.jacn.20240449

### Analysis of the impact of traditional Chinese medicine nursing techniques on the psychological status, quality of life, and sleep quality of patients with coronary heart disease

Ying Liu

Taizhou Hospital of Traditional Chinese Medicine, Taizhou, Jiangsu

**【Abstract】 Objective** To explore the intervention effects of traditional Chinese medicine nursing techniques on the psychological, sleep, and quality of life of patients with coronary heart disease. **Methods** 108 patients with coronary heart disease admitted to our hospital from June 2026 to June 2023 were randomly divided into an experimental group (54 cases, with traditional Chinese medicine nursing intervention plan) and a control group (54 cases, with conventional internal medicine nursing intervention plan). Compare the nursing quality between the two groups. **Results** After 3 months of intervention, the SDS, SAS, and PSQI scores of the experimental group were lower than those of the control group, and the SF-36 score was higher than that of the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** Intervention with traditional Chinese medicine nursing techniques can significantly improve the physical and mental health of patients with coronary heart disease.

**【Keywords】** Coronary heart disease; Traditional Chinese medicine nursing techniques; Psychological condition; Quality of life; Sleep quality

冠心病作为一种常见的心血管疾病，《中国心血管健康与疾病报告》（2023年）统计发现，我国冠心病发病人数已突破“千万”，达到1139万人，且该病的发病率仍持续上升，且增速明显。冠心病患者不仅承受着生理上的病痛，还往往伴随着焦虑、抑郁等心理困扰，这些负面情绪进一步影响了患者的生活质量和睡眠质量，形成了恶性循环，给患者的身心健康和生活质量带来了严重威胁。近年来，随着医疗技术的不断进步和人们对健康需求的日益增长，中医护理技术在冠心病治疗中的应用逐渐受到重视。中医护理技术以其独特的理论体系和治疗方法，在调节人体阴阳平衡、促进气血

流通、改善脏腑功能等方面具有显著优势<sup>[1]</sup>。针对冠心病患者，中医护理技术不仅可以通过药物治疗和针灸、推拿等物理疗法缓解病情，还可以通过情志护理、饮食调养等手段调节患者的心理状态，改善其生活质量<sup>[2-3]</sup>。因此，本文通过对收治的108例冠心病患者的护理过程进行观察，重点分析中医护理技术的应用对患者心理、睡眠和生活质量的影响价值。现报道如下：

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

选取本院（2022.6-2023.6）收治的冠心病患者108例，通过随机抽样法分组，试验组（54例，男女病例

数分别有 29 例、25 例，患者年龄最小 45 岁，最大年龄 78 岁，平均  $60.23 \pm 6.29$  岁，病程最短与最长分别为 1 年和 9 年，平均病程  $4.34 \pm 1.02$  年），对照组（54 例，男性患者 30 例，女性患者 24 例，年龄范围为 44-77 岁，平均  $59.87 \pm 6.38$  岁，最短病程 1 年，最长为 8 年，平均病程  $4.25 \pm 1.05$  年）。两组一般资料对比无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。经本院医学伦理委员会批准。

纳入标准：（1）均符合 2021 年《中国心血管健康与疾病报告》<sup>[4]</sup>中“冠心病”的诊断标准；（2）患者生命体征平稳，无昏迷症状；（3）患者意识清醒，能正常表达；（4）患者均自愿签署知情同意书；（5）能够完成研究期间的所有评估；（6）未接受过其他可能影响研究结果的中医或西医治疗；（7）确保研究过程中使用的中药或其他药物不会引起过敏反应；（8）临床资料完整，包括病史、体检结果、实验室检查结果等。

排除标准：（1）既往存在失眠症或焦虑症、抑郁症等精神类疾病病史者，有自杀倾向；（2）合并心肌梗死者；（3）合并肝肾功能障碍者；（4）处于急性脑卒中发作期者；（5）治疗依从性差，无法按照研究要求进行治疗和评估；（6）因患者自身因素而自行脱离研究者。

## 1.2 方法

对照组：常规内科护理干预方案，包括：确保患者病房环境舒适、安静，定期监测患者生命体征，如心率、血压、呼吸等，及时发现并处理异常情况；向患者详细介绍所用药物的名称、剂量、用法及可能的不良反应；确保患者按时、按量服药，并观察药物疗效及不良反应；根据患者的病情和营养需求制定饮食计划；向患者及家属讲解冠心病的相关知识，包括病因、症状、治疗、预防及康复等，提高患者的自我管理能力和自我管理能力；同时给予情感支持，帮助他们建立战胜疾病的信心。

试验组：中医护理技术干预方案。（1）中医饮食护理强调“食养同源”，因此冠心病患者在饮食上应遵循“低脂、低盐、低糖、高纤维”的原则，并根据患者的体质和病情，制定个性化的中医饮食方案，针对气虚者宜食用益气健脾的药膳（燕窝粥、黄芪莲子汤等），阴虚者宜食用滋阴润燥的药膳（山药汤、枸杞粥等）。

（2）情志护理中强调护理人员应主动与患者沟通，了解他们的心理需求，给予心理支持，帮助他们树立战胜疾病的信心。同时，通过中医的五行音乐疗法、芳香疗法、注意力转移疗法等措施，来调节患者的情绪，减轻心理压力。（3）中医气功锻炼模式下护理人员需根据患者病情和运动喜好，选择太极拳、八段锦等传统中医

养身锻炼法适当活动身体，每次运动 30min。（4）中医特色护理：①遵医嘱使用相关膏药贴敷于新吾穴、膻中穴、气海穴和足三里等穴位，通过药物刺激穴位，达到活血化瘀、理气止痛的效果。在贴敷前，需对患者的皮肤进行清洁与消毒，避免感染。贴敷过程中，要密切观察患者的反应，如出现过敏或不适，应立即停止并采取相应的处理措施。贴敷后，还需指导患者注意保暖，避免受寒，以确保药效的充分发挥。②在耳部相应穴位埋入王不留行籽，通过按压刺激，调节脏腑功能，缓解心绞痛发作。在选择王不留行籽时，要确保其大小适中、表面光滑，以减少患者的异物感。埋入后，护理人员要教会患者正确的按压方法，以及按压的频率与力度，确保刺激到位，同时避免过度按压造成的不适。此外，还需定期更换王不留行籽，以保持其刺激效果。③选用当归、红花等活血化瘀的中药进行足浴，通过温热刺激和药物渗透，促进全身血液循环，改善心肌供血。足浴过程中，要保持水温适中，避免烫伤。同时，护理人员还需指导患者正确地进行足部按摩，以促进药物的吸收与全身血液循环的改善。④对患者内关、神门、新吾等穴位进行穴位按摩，有助于缓解胸闷、心悸等症状。在按摩过程中，护理人员需准确找到穴位，运用适当的力度与手法进行按摩。对于胸闷、心悸等症状明显的患者，可适当增加按摩的频率，以达到更好的缓解效果。⑤对于寒凝血瘀、气虚血瘀的患者，可采用艾灸疗法，灸内关、新吾、膻中、气海等穴位，以温通经络、散寒止痛。在艾灸前，护理人员需对患者的体质与病情进行全面评估，以确保艾灸的适用性。艾灸过程中，要严格控制艾条与皮肤的距离，避免烫伤。同时，还需密切观察患者的反应，如出现不适或异常，应立即停止艾灸并采取相应的处理措施。

## 1.3 疗效标准

（1）对比两组患者干预前、干预 3 个月后的心理状况，SDS 抑郁量表， $\geq 53$  分为存在抑郁情况；SAS 焦虑量表， $\geq 50$  分为存在焦虑情况。

（2）使用 SF-36 量表评估患者干预前和干预 3 个月后的生活质量，各维度总分均为 100 分，为正向计分，包括疼痛、身体功能、生活活力、社交功能。

（3）使用 PSQI 量表评估患者干预前与干预 3 个月后的睡眠质量，最高 21 分，表示睡眠最差。

## 1.4 统计学方法

采用 SPSS26.0 软件分析，计量资料用  $t$  检验，以  $(\bar{x} \pm s)$  表示，计数资料用  $\chi^2$  检验，以率 (%) 表示， $P < 0.05$  差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 分析两组的心理状况

干预前试验组 SDS (63.65±5.47 分)、SAS (60.78±5.52 分)与对照组 SDS(63.87±5.49 分)、SAS(60.55±5.63 分)相比均无统计差异 ( $P>0.05$ )；干预3个月后试验组的 SDS (36.56±3.47 分)、SAS (41.23±4.28 分)均低于对照组 SDS (45.67±4.19 分)、SAS (48.99±5.34 分)。对比结果: SAS( $t=12.305, P=0.001$ )、SDS ( $t=8.333, P=0.001$ )，均有统计差异。

### 2.2 分析两组的生活质量

干预前试验组的 SF-36 评分 (65.29±5.67 分)与对照组(65.38±5.47 分)相比均无统计差异( $P>0.05$ )；干预3个月后试验组的 SF-36 评分 (88.67±6.24 分)远高于对照组 (78.42±5.28 分)，( $t=9.215, P=0.001$ )均有统计差异。

### 2.3 分析两组的睡眠质量

干预前试验组与对照组的 PSQI 评分 (18.67±1.28 分)与 (18.82±1.33 分)对比差异无统计差异 ( $P>0.05$ )；干预3个月后试验组的 PSQI 评分 (7.52±1.05 分)低于对照组 (9.84±1.03 分)，( $t=11.591, P=0.001$ )有统计差异。

## 3 讨论

随着现代社会生活节奏的加快，冠心病作为一种常见的心血管疾病，其发病率和死亡率逐年上升，给患者的身心健康带来了极大的威胁。

本研究中，试验组的 SDS、SAS、PSQI 评分低于对照组，且 SF-36 评分比对照组高 ( $P<0.05$ )。冠心病患者由于长期受病痛折磨，常常伴有焦虑、抑郁等负面情绪，而中医护理技术中的情志护理，通过鼓励、安抚患者，营造愉悦氛围的病房环境，以及选择患者感兴趣的话题进行交流，有助于缓解患者的不良情绪，提高其治疗积极性<sup>[5]</sup>。这种以患者为中心的心理护理模式，能够显著稳定患者情绪，减轻其心理负担，从而提高患者的心理健康水平。另外，中医强调整体观念，认为疾病的发生与人体内部环境失衡密切相关。因此，中医护理技术通过辨证施护，从饮食、环境、运动等多个方面入手，为患者提供个性化的护理方案，通过制定针对性的饮食方案，以调和阴阳、补充气血；通过按摩、推拿等中医外治法，缓解患者的疼痛和不适，提高其身体舒适度，这些护理措施的综合运用能够显著改善患者的生活质量<sup>[6]</sup>。此外，冠心病患者由于病情影响，常常出现入睡困难、睡眠质量差等问题，这不仅影响患者的休息和恢复，还可能加重病情。在中医护理技术中通过辨

证施治，采用中药外敷、针灸、艾灸等方法，调节患者的脏腑功能和气血运行，能够显著提高患者的睡眠质量，缓解其失眠和疲劳等症状<sup>[7-8]</sup>。在中医护理技术干预方案的实施过程中，护理人员需始终保持耐心与细心，密切关注患者的病情变化与心理需求。通过综合运用中医饮食护理、情志护理、气功锻炼以及中医特色护理等多种方法，为患者提供全方位、个性化的护理服务<sup>[9]</sup>。

综上所述，在冠心病患者的综合护理中中医护理技术展现出了显著的优势，对患者的心理状况、生活质量及睡眠质量产生了积极的影响。

## 参考文献

- [1] 赵静,胡赟艳.中医护理技术在老年气滞血瘀型冠心病中的应用价值[J].实用中医内科杂志,2024,38(05):137-139.
- [2] 任秀华.中医护理对冠心病患者心理、睡眠、生活质量及满意度的影响[J].中华养生保健,2024,42(04):137-140.
- [3] 张阳,闫海艳,戴可可.基于循证理念的中西医结合护理对冠状动脉粥样硬化性心脏病心绞痛中医症状积分及生活质量的影响[J].实用中医内科杂志,2023,37(05):93-95.
- [4] 《中国心血管健康与疾病报告》2021(冠心病部分内容)[J].心肺血管病杂志,2023,42(12):1191-1198.
- [5] 徐清清,沈燕.基于中医五行理论的情绪护理策略对冠心病急性发作期患者的影响[J].中医药管理杂志,2021,29(18):137-138.
- [6] 张金,邱蓓瑄.在冠心病心绞痛患者的临床护理中应用中医护理干预对其负性情绪及生活质量的影响观察[J].心血管病防治知识,2023,13(29):86-88.
- [7] 张静娟,李倩,魏娟.舒适护理结合中医护理对冠状动脉粥样硬化性心脏病患者预后质量的影响[J].中西医结合护理(中英文),2022,8(12):49-52.
- [8] 叶玉珠.中医护理技术对血瘀证冠心病患者康复效果的临床研究[J].新中医,2020,52(21):149-151.
- [9] 袁雯,周霄云,张雅丽.中医护理技术对冠心病患者心理状况、生活质量及睡眠质量的影响[J].中华全科医学,2020,18(01):150-153.

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