

## 延续性康复护理对老年冠心病患者的运动耐力及生活质量的实际影响分析

刘 情

江苏省徐州市康复医院 江苏徐州

**【摘要】目的** 明确老年冠心病患者施以延续性康复护理的效果，旨在推动老年冠心病护理研究发展。**方法** 研究纳入 2023 年 11 月-2024 年 11 月中综合临床各项检查结果满足老年冠心病诊断标准的 99 例患者，以随机分配表法安排为两组，对照组与观察组分别 47、52 例，对照组行常规护理干预，观察组行延续性康复护理干预，对不同干预效果（运动耐力、生活质量）进行比较分析。**结果** 观察组运动耐力数据值更高， $P$  值结果 $<0.05$ ，统计学差异大。观察组生活质量水平更高， $P$  值结果 $<0.05$ ，统计学差异大。**结论** 于老年冠心病患者中施以延续性康复护理措施，有助于促进运动耐力恢复，对改善生活质量状态有着积极影响。

**【关键词】** 冠心病；老年；延续性康复护理；运动耐力；生活质量

**【收稿日期】** 2025 年 1 月 10 日

**【出刊日期】** 2025 年 2 月 12 日

**【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20250097

### Analysis of the actual impact of continuity rehabilitation nursing on exercise endurance and quality of life in elderly patients with coronary heart disease

Qing Liu

Xuzhou Rehabilitation Hospital, Xuzhou, Jiangsu

**【Abstract】 Objective** To clarify the effect of continuous rehabilitation nursing on elderly patients with coronary heart disease, and to promote the development of nursing research on elderly patients with coronary heart disease. **Methods** A total of 99 patients who met the diagnostic criteria for elderly coronary heart disease based on comprehensive clinical examination results from November 2023 to November 2024 were included in the study. They were randomly assigned into two groups: a control group with 47 cases and an observation group with 52 cases. The control group received routine nursing intervention, while the observation group received delayed rehabilitation nursing intervention. The effects of different interventions (exercise endurance, quality of life) were compared and analyzed. The observation group had higher exercise endurance data values, with a  $P$ -value of $<0.05$ , indicating a significant statistical difference. **Results** group had a higher level of quality of life, with a  $P$ -value of $<0.05$ , indicating a significant statistical difference. **Conclusion** Continuous rehabilitation nursing measures in elderly patients with coronary heart disease can help promote the recovery of exercise endurance and have a positive impact on improving their quality of life.

**【Keywords】** Coronary heart disease; Old age; Continuity of rehabilitation nursing; Sports endurance; Quality of life

随着全球人口老龄化趋势的加剧，老年冠心病的发病率逐渐增加。尤其是在发展中国家，由于生活方式改变（如饮食习惯、运动减少、吸烟和饮酒等）以及高血压、糖尿病等代谢性疾病的增多，冠心病发病率上升更为明显<sup>[1]</sup>。患者在接受治疗后，还需要接受有效的护理指导，改善预后效果，降低疾病发作风险，为患者生命健康提供保障<sup>[2]</sup>。为此，文中分析老年冠心病患者施以延续性康复护理的效果，旨在推动老年冠心病护理

研究发展。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

研究纳入 2023 年 11 月-2024 年 11 月中综合临床各项检查结果满足老年冠心病诊断标准的 99 例患者，以随机分配表法安排为两组，对照组与观察组分别 47、52 例。对照组年龄择取范围为 62 岁至 90 岁，均值（ $72.26\pm 1.18$ ）岁，病程择取范围为 1 年至 5 年，均值

( $2.32\pm 0.43$ )年, 32例为男性, 15例为女性。观察组年龄择取范围为63岁至89岁, 均值( $72.28\pm 1.21$ )岁, 病程择取范围为1年至4年, 均值( $2.35\pm 0.36$ )年, 36例为男性, 16例为女性。将两组各项基础资料数据录入统计学系统分析处理后差异小, 可进行比较( $P>0.05$ )。择取要求: 临床综合诊断为冠心病; 资料齐全; 年龄 $\geq 62$ 岁。剔除要求: 中途退出。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组行常规护理干预

告知患者及家属病情监测方法、药物使用注意事项; 提醒防寒保暖, 避免着凉; 鼓励形成清淡、健康饮食, 日常进行适量活动, 不适随诊。

### 1.2.2 观察组在对照组基础上行延续性康复护理干预

①出院前教育: 在患者出院前, 利用短视频或者PPT详细解释康复计划, 同时向患者及家属介绍冠心病的定义、发病原因、常见症状(如胸闷、胸痛、心悸等)、危险因素(如高血压、糖尿病、吸烟、肥胖等)等。教会患者及家属识别急性发病的征兆, 如胸痛持续不缓解、呼吸困难等, 并告知应立即拨打急救电话。模拟演示方式告知基本的急救技能, 如心肺复苏知识, 虽然实施需专业人员指导, 但了解基本步骤可在紧急情况下保持冷静。②制定个性化康复计划: 根据患者的具体情况, 如年龄、病情、身体状况等, 制定个性化的康复计划, 明确康复目标、所需时间、预期效果等, 同时创建健康档案, 便于随访管理。③定期随访: 明确微信、电话、上门随访时间与内容, 动态监测病情控制效果, 及时调整康复计划。由家属每日通过微信报告患者身体状况、服药情况、运动情况及其他相关事宜; 每周或每月定期通过微信, 利用文档、视频等形式, 向患者或家属推送健康知识、心率与血压检测方法、情绪疏导方法、运动方案、用药注意事项等。每周至少进行一次电话随访, 与患者对话, 通过交流对患者各方面情况进行了解、评估, 提供相应的咨询, 利用病案讲解对患者强调控制饮食、情绪、遵医用药、适当活动的重要性, 引导改善生活习惯。出院后1周上门随访, 后每次随访

时间更改为每月1次, 上门随访时对患者进行相应的检查, 通过面对面交流了解患者心态、饮食、睡眠、运动等各方面情况, 鼓励患者参加科室组织的病友交流活动, 帮助获取社会支持, 做好相应记录, 及时调整护理方案。

## 1.3 判断标准

(1)运动耐力影响分析: 护理半年后通过渐进式最大运动测试检测峰值耗氧量, 通过渐进式运动测试最大运动功率, 测量静息状态下的氧气消耗量计算代谢当量。(2)生活质量影响分析: 护理半年后了解生活质量, SF-36生活质量量表, 包括生理机能(最高100分)、生理职能(最高100分)、躯体疼痛(最高100分)、精力(最高100分)、社会功能(最高125分)、情感职能(最高100分)、精神健康(最高100分)、一般健康状况(最高100分), 分值与患者生活质量水平呈正比。

## 1.4 统计学方法

研究所得到的数据均采用SPSS 23.0软件进行处理。计量资料方面数据以( $\bar{x}\pm s$ )呈现, 检验以 $t$ 实施; 计数资料方面数据以( $n, \%$ )呈现, 检验以( $\chi^2$ )实施。当所计算出的 $P<0.05$ 时则提示进行对比的对象之间存在显著差异。

## 2 结果

### 2.1 运动耐力影响分析

由表1组间比较情况来看, 观察组运动耐力数据值更高,  $P$ 值结果 $<0.05$ , 统计学差异大。

### 2.2 生活质量影响分析

由表2组间比较情况来看, 观察组生活质量水平更高,  $P$ 值结果 $<0.05$ , 统计学差异大。

## 3 讨论

从实际情况来看, 冠心病是由于冠状动脉狭窄或闭塞导致心肌缺血缺氧的一种疾病, 这种病理变化会直接影响心肌的供血和供氧, 导致心肌功能下降, 从而影响患者的运动能力和生活质量。因此, 在护理过程中, 需要关注老年冠心病患者运动耐力与生活质量变化, 为护理效果评估提供参考<sup>[3]</sup>。

表1 两组运动耐力影响分析 ( $\bar{x}\pm s$ )

组别	例数	峰值耗氧量 (mL/min)	最大运动功率 (W)	代谢当量
观察组	52	22.51 $\pm$ 1.69	137.41 $\pm$ 1.85	13.12 $\pm$ 0.79
对照组	47	19.02 $\pm$ 1.37	133.02 $\pm$ 0.46	10.02 $\pm$ 0.64
$t$		11.212	15.825	21.310
$P$		0.001	0.001	0.001

表2 两组生活质量影响分析 ( $\bar{x} \pm s$ ) 分

组别	例数	生理功能	生理职能	躯体疼痛	一般健康状况	精力	社会功能	情感职能	精神健康
观察组	52	85.62±5.49	88.20±3.69	85.41±4.19	87.48±4.62	87.51±5.02	84.54±5.63	85.67±5.16	88.85±5.31
对照组	47	73.66±2.26	79.96±0.79	73.63±0.67	80.01±0.23	80.13±1.16	74.14±3.03	77.01±0.85	76.61±0.79
<i>t</i>		13.902	14.994	19.046	11.066	9.839	11.270	11.361	15.639
<i>P</i>		0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

延续性康复护理是一种在患者出院后继续进行护理服务的模式,旨在通过定期随访、指导和支持,确保患者在家庭环境中也能得到有效的康复护理。对于老年冠心病患者来说,这种护理模式可以帮助患者更好地管理自己的疾病,包括药物治疗、饮食调整、运动锻炼等方面,通过科学的康复计划,患者可以逐步恢复体力,提高生活质量<sup>[4]</sup>。结合文中研究结果,观察组运动耐力数据值更高,观察组生活质量水平更高,*P*值结果<0.05,统计学差异大。分析原因可能为,出院前对患者进行全面评估,结合实际情况制定延续性康复计划、创建健康档案,为出院后护理工作顺利开展提供保障<sup>[5]</sup>。出院后的微信随访,通过每天了解患者饮食、用药、运动等情况,做好相关记录,动态把握病情,及时调整康复计划,确保患者始终处于最佳的康复状态<sup>[6]</sup>。通过院前教育提高患者对疾病的认识,如,疾病可控制、可预防,纠正错误认知<sup>[7]</sup>。通过微信定期发送疾病健康知识及护理知识,有助于和自我管理能力(掌握饮食调整方法、运动方法、情绪管理方法、正确用药方法等),使其能够更积极地参与康复过程,树立信心,增强自我效能,主动参与到病情管理中,提高生活质量<sup>[8]</sup>。通过患者主动调整生活方式,减少多方面因素对病情不良影响,有助于强化病情控制,减少疾病对日常生活活动限制,有效改善运动耐力<sup>[9]</sup>。

综上所述,于老年冠心病患者中施以延续性康复护理措施,有助于促进运动耐力恢复,对改善生活质量状态有着积极影响。

### 参考文献

- [1] 朱春风,谢宗渊. 延续性康复护理对老年冠心病患者保存心肺功能意义研究[J]. 中国农村卫生,2021,13(1):28-29.

- [2] 万治丽. 延续性康复护理对老年冠心病患者心理状态和生活质量的影响[J]. 心血管病防治知识,2023,13(36):73-75,79.
- [3] 杨萌. 延续性康复护理对老年冠心病患者运动耐力及生活质量的影响[J]. 航空航天医学杂志,2021,32(3):361-362.
- [4] 梁黎黎,颜羽,蒋志芳. 延续性康复护理对老年冠心病患者运动耐力及生活质量的影响分析[J]. 心血管病防治知识,2021,11(22):35-38.
- [5] 陈远翊,侯晔慧. 延续性康复护理对老年冠心病患者保存心肺功能的意义分析[J]. 饮食保健,2021,9(2):215.
- [6] 蒋友利. 老年冠心病患者延续性康复护理的效果[J]. 养生大世界,2021,12(15):44.
- [7] 吕宏梅,亓翠玲. 延续性康复护理对老年冠心病患者保存心肺功能的效果评价[J]. 实用临床护理学电子杂志,2020,5(3):77,85.
- [8] 林俐,梁译丹. 延续性康复护理对老年冠心病患者提升心肺功能的价值体会[J]. 实用临床护理学电子杂志,2022,7(44):28-31.
- [9] 袁梦倩. 老年冠心病患者实施延续性康复护理的效果观察[J]. 实用临床护理学电子杂志,2022,7(37):54-56,85.

版权声明: ©2025 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