

个性个体化健康教育在老年人心血管内科护理中的应用分析

王静, 张娟

咸阳市中心医院 陕西咸阳

【摘要】目的 分析个性个体化健康教育在老年人心血管内科护理中的应用。**方法** 实验收入样本均为我院 2023 年 12 月至 2024 年 12 月期间心血管内科收治老年人患者, 共计人数 60 例, 以电脑随机分组方式作为标准, 将参与者均分为两组, 即对照组(常规护理), 观察组(个性个体化健康教育干预), 对实施过程中两组患者相关指标数据作整理记录, 结合统计学系统进行对比观察, 分析个性个体化健康教育干预应用价值。**结果** 观察组患者焦虑、抑郁评分低于另一组, 护理依从性数据、护理满意度数据及生活质量数据相比另一组均呈现出较高优势性, 组间对比 P 值 < 0.05, 可见统计学意义。**结论** 对心血管内科的老年患者实施个性个体化健康教育干预可明显缓解其不良情绪, 提高护理依从性, 提高护理满意度, 维护生活质量, 整体效果确切, 适合推广。

【关键词】 个性个体化健康教育; 老年人; 心血管内科; 护理效果

【收稿日期】 2025 年 1 月 20 日

【出刊日期】 2025 年 2 月 25 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20250101

Analysis of the application of personalized health education in cardiovascular nursing for the elderly

Jing Wang, Juan Zhang

Xiayang Central Hospital, Xiayang, Shaanxi

【Abstract】Objective To analyze the application of individualized health education in cardiovascular medicine nursing of the elderly. **Methods** experimental income samples are our hospital from December 2023 to December 2024 during cardiovascular medicine admitted the elderly patients, a total of 60 cases, with computer randomization as a standard, the participants are divided into two groups, the control group (routine care), observation group (personality individualized health education intervention), in the implementation of two groups of patients related index data records, combined with statistical system comparison observation, analysis of individual personality health education intervention application value. **Results** The anxiety and depression scores of the observation group were lower than that of the other group, and the data of nursing compliance, nursing satisfaction data and quality of life data showed high advantages compared with the other group. The P value was 0.05, which showed statistical significance. **Conclusion** Personalized health education intervention for elderly patients of cardiovascular medicine can significantly relieve their bad mood, improve nursing compliance, improve nursing satisfaction, maintain the quality of life, the overall effect is accurate, and suitable for promotion.

【Keywords】 Individualized health education; The elderly; Cardiovascular medicine; Nursing effect

据相关数据显示, 截至 2023 年, 我国 60 岁以上人口已达 2.97 亿人, 占总人口比重 21.1%; 65 岁以上人口超过 2.17 亿人, 占比 15.4%, 且这一比例仍在持续上升。老龄化趋势的加剧带来了一系列健康问题, 其中, 心血管疾病已成为威胁老年人生命健康的主要疾病之一。老年心血管疾病是 60 岁以上的老年人心脏血管发生病变, 临床症状表现为高血脂症、血液粘稠等, 是一种全身性组织、心脏产生的出血性、缺血性疾病^[1-2]。心血管疾病, 具有较高的致残率和致死率, 所以较易导致患者出现各种不良情绪, 加之受生活负担等不

良因素的影响, 会使患者的心理压力加大, 甚或对疾病的治疗和康复产生影响^[3]。因此, 临床急需一种有效科学护理措施, 在患者接受治疗期间对其进行维护, 缓解心理应激反应, 促进疗效提升^[4]。

1 资料与方法

1.1 一般资料

实验收入样本均为我院 2023 年 12 月至 2024 年 12 月期间心血管内科收治老年人患者, 共计人数 60 例, 以电脑随机分组方式作为标准, 将参与者均分为两组, 对照组人数 30 例, 男性 16 例, 女性 14 例, 年龄区间

涉及: (60-82)岁, 平均值: (71.00±2.20)岁, 观察组人数 30 例, 男性 17 例, 女性 13 例, 年龄区间涉及: (61-83)岁, 平均值: (72.00±1.30)岁, 组间基线资料 $P>0.05$, 符合开展必要条件。

1.2 方法

对照组患者采纳常规护理。观察组患者在对照组的基础上采纳个性个体化健康教育干预, 步骤为:

1) 心理干预: 由于老年心血管患者的病史较长、治疗难度大, 还会给患者家属的经济和生活带来一定压力, 所以患者的心理压力往往较大, 容易出现负面情绪导致心理问题加重, 尤其是焦躁抑郁的情况十分常见。所以, 护理人员要密切关注患者情绪变化, 仔细观察患者心理状态, 及时与其沟通, 了解患者负面情绪的起因并帮助其缓解不良情绪, 并在此基础上对患者进行健康教育, 使其了解治疗流程、配合治疗、建立治疗信心。护理人员在沟通中需注意语言的通俗易懂、态度亲切和善, 要与患者建立良好的护患关系, 增加彼此信任度。

2) 针对性健康教育: 因为患者的实际病情和身体情况不同, 所以需要的健康教育内容与方向也不同, 应对患者进行针对性教育。护理人员要在对患者的具体情况进行充分了解之后, 针对患者的实际需求制定教育方案, 帮助患者了解相关健康知识、介绍具体治疗情况, 为患者耐心解答疑惑、消除患者疑虑, 从而增强患者的依从度^[5]。

3) 个体化健康教育: 要对患者的各种数据信息进行了解和分析, 为患者开展健康教育^[6], 护理人员可利用不同方式完成, 例如以图片宣传促使宣传直观性增加, 保障宣传效果, 或利用口头宣教工作, 促使护患双方距离得以拉近, 使患者对个人疾病增加认知程度, 护理人员应参考老年患者的认知状况、习惯爱好以及文化素养等方面, 设计合理的健康教育宣传活动。第一,

饮食教育: 在护理中, 应针对于个人的饮食调整, 详细向患者解释清楚, 让他们了解健康饮食, 掌握其作用, 进而从个人情况出发, 将调整工作做好, 为其完成饮食方案的健康、科学制定, 应坚持以下的饮食原则——少吃零食、保障饮食的低盐、低脂性、适当摄入蔬菜水果、保障少食多餐、尽量不吃甜食。第二, 运动教育: 护理人员应针对患者状况完成评估, 掌握其运动适应度, 制定好用于患者锻炼的科学方案, 协助其开展系统运动, 给他们完成科学、合理的指导, 对不同患者, 其运动量应与其耐受程度适应, 逐步做好运动量的科学增加, 使其能长期运动, 最后, 让患者培养运动治疗的习惯意识, 提高患者的身体素质, 有利于提高治疗效果^[7]。第三, 心血管疾病需要患者能对治疗长期坚持, 并保障终身服药, 在护理中, 应引导其对有关知识全面掌握, 培养正确的治疗观, 并给予其有效的监督指导, 做好服药等记录的定期查看工作, 以此对服药问题及时掌握, 并及时处理问题。当患者发生不良反应等负面状况后, 应该根据实际, 将调整做好, 重视解释工作的科学完成, 使其对不良反应会带来的各式各样危害清晰掌握, 了解用药要遵医嘱的知识, 不可自行调整。

1.3 观察指标

观察对比两组心理状态评分, 护理依从性评分, 护理满意度评分, 生活质量评分。

1.4 统计学分析

调研中所有数据资料全部运用 SPSS23.0 系统实行专业分析, 当中计数数据运用 ($\bar{x} \pm s, \%$) 代替, 两组差别比照运用 t, χ^2 检测。若两组比照结果 $P<0.05$, 则说明实验价值显现。

2 结果

2.1 心理状态对比

观察组患者焦虑、抑郁评分相比对照组较低, 且统计上存在差异 ($P<0.05$), 详细数据见表 1。

表 1 对比两组患者焦虑、抑郁评分[分, ($\bar{x} \pm s$)]

组别	例数	焦虑 (治疗前)	焦虑 (治疗后)	抑郁 (治疗前)	抑郁 (治疗后)
对照组	30	56.29±10.36	46.17±2.76	55.65±2.34	41.17±5.32
观察组	30	55.20±4.11	38.55±3.18	54.12±4.42	30.18±6.57
t 值	-	0.440	6.221	0.715	6.033
P 值	-	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.2 护理依从性对比

对照组人数 30 例, 完全依从人数 12 例, 占 40.00%, 部分依从人数 10 例, 占 33.33%, 不依从人数 8 例, 占

26.67%, 总依从率人数 22 例, 占 73.33%; 观察组人数 30 例, 完全依从人数 17 例, 占 56.67%, 部分依从人数 12 例, 占 40.00%, 不依从人数 1 例, 占 3.33%, 总

依从率人数 29 例, 占 96.67%; 观察组患者护理依从性评分 96.67% 相比如对照组 73.33% 具有较高优势, 且统计上存在差异 ($P < 0.05$)。

2.3 护理满意度对比

对照组人数 30 例, 非常满意人数 14 例, 占 46.67%, 满意人数 9 例, 占 30.00%, 不满意人数 7 例, 占 23.33%, 总满意度人数 23 例, 占 76.67%; 观察组人数 30 例, 非常满意人数 15 例, 占 50.00%, 满意人数 13 例, 占 43.33%, 不满意人数 2 例, 占 6.67%, 总满意度人数 28 例, 占 93.33%; 观察组患者护理满意度评分 93.33% 相比如对照组 76.67% 具有较高优势, 且统计上存在差异 ($P < 0.05$)。

2.4 生活质量评分对比

对照组人数 30 例, 躯体功能 (87.70 ± 4.20)、活动能力 (89.45 ± 2.28)、生命力 (85.20 ± 1.55)、心理情绪 (90.38 ± 5.66)、社会交际能力 (86.69 ± 4.06)、自信心 (55.60 ± 5.95); 观察组人数 30 例, 躯体功能 (93.85 ± 4.36)、活动能力 (94.73 ± 2.20)、生命力 (92.46 ± 2.43)、心理情绪 (95.99 ± 5.58)、社会交际能力 (94.60 ± 5.89)、自信心 (96.17 ± 6.45); 观察组患者生活质量评分相比如对照组具有较高优势, 且统计上存在差异 ($P < 0.05$)。

3 讨论

近年来, 我国老年心血管疾病患病人数不断上升, 尤其是高血脂和高血压患者数量增长较快。心血管疾病死亡率和并发症发生率高, 严重威胁患者的身体健康和生命安全^[8], 心血管疾病的治疗方法发展受到人们的广泛关注。由于老年人年龄大、身体机能较低、对疾病的承受力下降, 在治疗中需要面对的问题更为复杂, 大多老年心血管疾病患者需要长期的治疗, 但由于老年人自我护理能力缺乏且其对疾病知识掌握不足, 难以自行应对病情的变化, 在出院后没有遵照医生的嘱咐, 未及时用药, 导致疾病复发, 这不但会给患者带来巨大的经济压力而且还会对患者的身体和心理产生一定的不良影响^[9], 因此需要配合有效护理措施对患者症状进行维护, 促进疗效提升。常规护理方向以遵医嘱行为、病症需求为主导, 虽然具有一定效果, 但已经无法满足患者病症、心理及生理等更多需求。个性个体化健康教育干预是一种新型的护理模式, 护理人员通过心理健康教育、饮食健康教育、运动教育等方式帮助患者掌握相关知识, 以此提高患者对自身病情的认识, 确保患者能够积极配合医护工作的开展, 进而优化心血管内科老年患者的病情控制效果^[10-11]。

本次临床应用中通过个性个体化健康教育干预方式的有效实施, 针对患者病症需求进行全面细致的护理干预指导, 能够针对性分析患者心理需求, 舒缓患者心境, 提高护理依从性, 提高护理满意度, 维护生活质量, 显示出良好医用价值, 值得在临床中大力度推广应用。

参考文献

- [1] 姚海荣, 何琳. 心理护理运用于心内科介入治疗患者中的临床效果探讨[J]. 山西医药杂志, 2020, 49(18): 2538-2540.
- [2] 王想蓉. 无陪护理模式对心血管内科老年高血压患者血压控制的影响[J]. 中外医学研究杂志, 2023, 2(3): 64-66.
- [3] 于爱荣, 苏静, 苏琳. 老年心血管内科护理管理风险及其防治[J]. 健康之友, 2021(12): 219.
- [4] 李飞. 心理护理干预对心血管内科老年患者负性情绪及生存质量的影响[J]. 中国医药指南, 2021, 19(09): 178-179.
- [5] 李萍. 多元化健康教育模式在老年心血管疾病患者临床护理中的运用价值分析[J]. 黑龙江医学, 2021, 45(8): 3.
- [6] 符岸秋, 郭泽霞, 王芳, 等. 家属参与的问题导向式健康教育在心血管内科老年急性心肌梗死患者中的应用[J]. 中国老年学杂志, 2021, 41(14): 4.
- [7] 张贞, 孟俊娜, 程继华. 家属互补式健康教育在 TACE 肝癌患者院外延续性护理中的应用价值分析[J]. 内科, 2021, 16(3): 4.
- [8] 刘慧. 基于健康生态学理论的问题导向式健康教育及护理在老年稳定性冠心病患者中的应用[J]. 中国医药导报, 2022, 19(28): 186-189.
- [9] 李萍, 徐丽华, 张国平, 等. 病床嵌入式多媒体健康教育在老年住院患者健康教育中的应用效果[J]. 当代护士: 专科版(下旬刊), 2022, 29(5): 147-150.
- [10] 王金萍, 王群, 刘敏. 家庭参与式健康教育在脑卒中患者康复护理中的应用价值[J]. 中西医结合护理(中英文), 2022, 8(7): 41-44.
- [11] 李颖, 王红, 石妍妍, 等. 个体化健康教育在慢性心力衰竭患者护理中的应用效果分析[J]. 心理月刊, 2019, 14(19): 96.

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