●康复与护理●

循证护理模式在冠心病心绞痛患者康复护理中的应用效果分析

樊宁宁　高培
（河南省阜外华中心血管病医院冠心病三病区　郑州 451450）

摘要：目的：探讨循证护理模式在冠心病心绞痛患者康复护理中的应用效果。方法：选择 2019 年 6 月 ~2020 年 6 月收治的冠心病心绞痛患者 200 例，按随机数字表法分为对照组和观察组，各 100 例。对照组采取常规护理，观察组实施循证护理。比较两组干预两周后心绞痛发作情况和生活质量调查问卷评分情况。结果：观察组 ST 段压值为（0.19± 0.05）mV，低于对照组的（0.29± 0.07）mV；急性发作次数为（2.26± 0.54）次 / 周，少于对照组的（4.76± 1.03）次 / 周；发作时间为（3.62± 1.11）min，短于对照组的（7.56± 1.96）min，差异有统计学意义（$P<0.05$）。两组干预前生活质量调查问卷评分比较，差异无统计学意义（$P>0.05$）；观察组干预后生活质量调查问卷评分低于对照组，差异有统计学意义（$P<0.05$）。结论：循证护理能够改善冠心病心绞痛患者心绞痛发作情况，改善患者生活质量，有助于病情稳定。

关键词：冠心病；心绞痛；循证护理；发作情况；生活质量
中图分类号：R473.54　　**文献标识码**：B　　doi:10.13638/j.issn.1671-4040.2021.17.069

冠心病心绞痛患者多伴有左上肢或心前区放射痛等症状，易产生焦虑、烦躁等不良情绪，不良情绪会导致交感神经过度兴奋，进一步加重心肌缺血，不利于疾病治疗和预后，给患者生活质量造成严重影响[1~2]。药物治疗可在一定程度上减少患者心绞痛发作次数，但仅靠药物治疗无法达到预期效果，并且多数患者年龄较大，常会出现忘记服药等情况。因此，实施科学有效护理干预以改善患者心绞痛发作情况显得尤为关键[3]。循证护理以循证医学为基础，护理过程中有效地将科研成果和患者实际需求有机结合，制定针对性、个性化护理方案，从而达到促进患者康复的目的。本研究予以冠心病心绞痛患者循证护理干预，旨在探讨其应用效果。现报道如下：

1　资料与方法

1.1　一般资料　选择我院 2019 年 6 月 ~2020 年 6 月收治的冠心病心绞痛患者 200 例，按随机数字表法分为对照组和观察组，各 100 例。观察组男 56 例，女 44 例；年龄 38~73 岁，平均年龄（58.64± 4.33）岁；文化程度：小学及文盲 9 例，初中及高中 59 例，大专及以上 32 例。对照组男 54 例，女 46 例；年龄 36~74 岁，平均年龄（58.67± 4.32）岁；文化程度：小学及文盲 11 例，初中及高中 62 例，大专及以上 27 例。两组一般资料比较，差异无统计学意义（$P>0.05$），具有可比性。本研究获得医院医学伦理委员会审批同意。纳入标准：符合《稳定性冠心病诊断与治疗指南》中冠心病诊断标准[4]，患者伴有心绞痛；患者及家属知晓本研究且签署知情同意书。排除标准：伴恶性肿瘤者；严重肾脏功能不全者。

1.2　护理方法　对照组接受常规干预，严密观察患者病情变化，出现异常立即汇报医生处理；给予患者高维生素、高热量饮食，保证营养摄入充足。观察组实施循证护理。（1）组建循证小组。选择心血管科临床经验丰富、沟通能力较强的 5 名责任护士和护士长组成循证护理小组，加强对冠心病心绞痛相关知识、循证护理等方面的培训和学习。（2）提出问题，寻找循证支持。组织讨论会议，小组成员积极开展头脑风暴，全面评估患者病情、性格、经济情况等，提出相应循证问题，在万方、知网等资料库中搜集资料，结合以往护理经验和患者实际情况，制定针对性循证护理方案。（3）循证护理的实施。健康指导。开展健康教育讲座，采用 PPT、图片等方式介绍健康生活习惯对疾病控制的好处，发放冠心病防治口袋书，便于患者及时翻阅。加强病情观察。增加病房巡视次数，密切观察患者面色、神志变化，及时询问患者有无胸闷、胸痛等不适，出现异常立即处理。心理疏导。开展心理沙龙座谈会，采用亲切、温和态度与患者进行针对性一对一的交流，鼓励患者倾诉内心真实想法，列举疾病治疗成功病例，增强患者战胜疾病信心，指导患者采用听广播、下棋等方式，转移对疾病的注意力。运动锻炼指导。指导患者进行散步、打太极等有氧运动，注意劳逸结合，避免过度运动，运动过程中出现胸闷、乏力等不适立即停止，并原地休息，30 min/ 次，1 次 /d。用药干预。发放用药健康手册，耐心解释各种药物使用方法、注意事项和可能发生的不良反应，重点强调坚持用药的重要性。生活护理。嘱患者养成良好生活习惯，戒烟戒酒；定时环形按摩腹部，预防便秘。

1.3　观察指标　（1）于干预两周后记录并比较两组

心绞痛发作情况，包括 ST 段压值、急性发作次数、发作时间。⑵于干预前和干预两周后采用生活质量调查问卷（QOL-30），从日常生活活动（13 个条目）、临床症状（11 个条目）、心理情绪（4 个条目）、总体健康（2 个条目）4 个维度综合评估患者生活质量，前 1~28 条目采用1~4 分评估，29~30 条目采用 1~7 分评估，总分 30~126 分，得分高则生活质量低。

1.4 统计学方法 采用 SPSS22.0 统计学软件分析处理数据，计量资料用（$\bar{x} \pm s$）表示，采用 t 检验，计数资料以%表示，采用 χ^2 检验，$P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组心绞痛发作情况比较 观察组 ST 段压值低于对照组，急性发作次数少于对照组，发作时间短于对照组，差异有统计学意义（$P<0.05$）。见表 1。

表 1 两组心绞痛发作情况比较（$\bar{x} \pm s$）

组别	n	ST 段压值（mV）	急性发作次数（次 / 周）	发作时间（min）
对照组	100	0.29± 0.07	4.76± 1.03	7.56± 1.96
观察组	100	0.19± 0.05	2.26± 0.54	3.62± 1.11
t		11.625	21.497	17.492
P		0.000	0.000	0.000

2.2 两组 QOL–30 评分比较 干预前两组 QOL-30 评分比较，差异无统计学意义（$P>0.05$）；观察组干预后 QOL-30 评分低于对照组，差异有统计学意义（$P<0.05$）。见表 2。

表 2 两组 QOL-30 评分比较（分，$\bar{x} \pm s$）

组别	n	干预前	干预后	t	P
对照组	100	89.97± 15.64	80.49± 13.59	4.575	0.000
观察组	100	88.53± 15.52	63.82± 10.18	13.313	0.000
t		0.654	9.817		
P		0.514	0.000		

3 讨论

季节变化、情绪激动、劳累等多种因素均会诱发冠心病心绞痛发作，若不及时采取有效护理措施，病情严重者可出现心肌梗死甚至心脏猝死，对患者身体健康和生活质量造成严重影响[5-6]。常规护理由护理人员严格遵循护理程序依照医嘱对患者实施护理干预，一定程度上能够改善患者临床症状，但护理措施缺乏计划性和系统性，难以满足患者多方位护理需求，护理效果一般。

本研究结果显示，观察组 ST 段压值低于对照组，心绞痛发作时间短于对照组，急性发作次数少于对照组，观察组干预后 QOL-30 评分低于对照组（$P<0.05$）。表明循证护理能够减少冠心病心绞痛患者心绞痛发作情况，提高患者生活质量。胡明等[7]研究表明，冠心病心绞痛患者经循证护理干预后，能够降低心绞痛发作频率，与本研究结果基本相符。循证护理充分体现以患者为中心的护理理念，实施护理过程中通过及时查阅相关资料和文献，保证护理方案的准确性和科学性，较常规护理更加规范化、系统化。针对性的健康指导能够进一步增加患者对疾病知识的了解，提高对疾病护理的重视程度，促使患者积极主动参与疾病管理，有效规范患者生活行为，为疾病恢复奠定良好基础。加强病情观察，尽早识别心绞痛的早期表现，有效规避各种诱发因素，出现异常立即处理，保障患者生命安全[8]。给予患者个性化心理辅导，降低生理、心理应激反应，促使患者保持情绪稳定，良好情绪对于疾病恢复具有积极意义，有助于心绞痛的控制和复发[9-10]。循证护理过程中还重视运动锻炼，指导患者进行适度的有氧运动，并严格把握患者运动强度和时间，不仅有助于提高患者肌肉力量和肺活量，还能够使患者在运动中放松身心，减少心绞痛发作次数，促进病情改善，从而改善患者生活质量。

综上所述，冠心病心绞痛患者经循证护理干预后，能够减少心绞痛发作次数和时间，促进生活质量改善，帮助患者早日回归正常生活。

参考文献

[1]岳丽.多种护理措施配合干预冠心病心绞痛治疗临床观察[J].辽宁中医药大学学报,2017,19(8):220-222.

[2]徐莉,苗慧荣.全程优质护理模式在老年冠心病患者中的应用及价值分析[J].内蒙古医科大学学报,2018,40(1):324-326.

[3]姚旭琴.临床护理路径在心绞痛患者护理中的应用效果探究[J].中国药物与临床,2018,18(12):2269-2270.

[4]中华医学会心血管病学分会介入心脏病学组,中华医学会心血管病学分会动脉粥样硬化与冠心病学组,中国医师协会心血管内科医师分会血栓防治专业委员会,等.稳定性冠心病诊断与治疗指南[J].中华心血管病杂志,2018,46(9):680-694.

[5]冯妙林,祝丽丽.以循证理念为基础的中西医结合护理对冠心病心绞痛患者生活质量及健康行为的影响[J].武警后勤学院学报,2019,28(10):57-59.

[6]李辉,康伟,高颖.循证护理在冠状动脉粥样硬化性心脏病患者中的应用效果分析[J].中国临床研究,2017,30(10):1429-1431.

[7]胡明,韩永红.循证护理对冠心病心绞痛患者医嘱依从性、自我效能感及心绞痛发作的影响[J].中国医药导报,2018,15(7):177-180.

[8]王锐萍,李利平.健康教育结合中医辨证护理在社区冠心病心绞痛患者中的应用[J].检验医学与临床,2018,15(1):117-119.

[9]刘静,邢杨波,许芬娟,等.延续性 4C 护理模式在冠心病患者康复中的应用效果[J].中华现代护理杂志,2018,24(17):2006-2008.

[10]魏晓云,殷梅,冯运会.以循证理念为指导的健身气功六字诀对冠心病心绞痛患者生活质量的影响[J].中医药导报,2018,24(16):102-104.

（收稿日期：2020-11-25）