

结构式心理护理在慢性心力衰竭中的应用价值

蒋颜

苏州大学附属第一医院

DOI:10.12238/carnc.v3i6.15823

[摘要] 目的：观察对慢性心力衰竭患者开展结构式心理护理的作用。方法：在本院2024年3月至12月慢性心力衰竭患者中选择70例为对象，随机均分2组，任取1组常规护理（对照组，35例），另1组进行结构式心理护理（观察组，35例）。分析护理效果。结果：观察组各指标均优于对照组， $P<0.05$ 。结论：对慢性心力衰竭患者开展结构式心理护理，可以改善患者心理状态，提升患者生活质量。

[关键词] 结构式心理护理；慢性心力衰竭

中图分类号：R473.5 文献标识码：A

Application Value of Structural Psychological Nursing in Chronic Heart Failure

Yan Jiang

First Affiliated Hospital of Soochow University

Abstract: Objective: To observe the effect of structural psychological nursing on patients with chronic heart failure. Methods: 70 patients with chronic heart failure in our hospital from March to December 2024 were selected as the objects and randomly divided into two groups. One group received routine nursing (control group, 35 cases), and the other group received structural psychological nursing (observation group, 35 cases). Results: the indexes of the observation group were better than those of the control group, $P<0.05$. Conclusion: structural psychological nursing for patients with chronic heart failure can improve the psychological state of patients and improve the quality of life of patients.

Keywords: structural psychological nursing; chronic heart failure

引言

慢性心力衰竭为当前临床最常见的心血管疾病，在中老年群体中一直保持有极高的发生率。从当前临床接诊情况可以发现，受到不健康饮食、生活习惯等方面因素的影响，慢性心力衰竭患者数量存在有明显增加的趋势^[1-2]。心功能受损为部分患者主要表现，在病症长期影响下，会导致患者生活质量不断下滑，更会导致患者存在有较大的心理压力，不利于患者进行恢复。在针对慢性心力衰竭患者进行治疗的过程中，为帮助患者心理状态进行改善，以更加积极的心态接受治疗，需结合患者心理状态及时开展心理层面护理支持^[3-4]。结构式心理护理为当前临床对慢性疾病患者开展心理护理的新方案，旨在通过多维度护理支持，帮助患者以正确心态面对病症。本次研究主要对慢性心力衰竭患者接受结构式心理护理的作用进行观察。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在本院2024年3月至12月慢性心力衰竭患者中选择70例为对象，随机均分2组，任取1组常规护理（对照组，35例），另1组进行结构式心理护理（观察组，35例）。患者

组成层面，对照组男性18例，女性17例，年龄在61—79岁间，均值为 (64.34 ± 1.03) 岁。体质指数21~24kg/m²，均值为 (22.31 ± 0.83) kg/m²。病程4~7年，均值为 (5.11 ± 0.23) 年。观察组男性19例，女性16例，年龄在60—78岁间，均值为 (64.15 ± 1.22) 岁。体质指数21~24kg/m²，均值为 (22.23 ± 0.98) kg/m²。病程4~8年，均值为 (5.08 ± 0.45) 年。基本资料对比， $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组在治疗期间护理人员为其开展常规护理支持，需结合患者治疗方案，详细为患者讲解在治疗过程中需要注意的各方面问题。要求患者严格按照医生要求进行用药，保持良好的用药行为。结合患者日常生活习惯等，做好患者生活层面指导工作，鼓励患者保持科学饮食、规律作息，积极参与运动锻炼。在与患者进行交流的过程中准确引导患者将内心压力进行倾诉，了解患者存在负面情绪的原因，开展针对性疏导，告知患者当前临床对于慢性心力衰竭患者治疗的有效性，促使患者在治疗过程中能够保持积极、乐观的心态。观察组在治疗期间则需要开展结构式心理护理：（1）良好护患关系建立。护理人员需要积极和患者进行沟通，在交流

Clinical Application Research of Nursing Care

过程中给予患者充分尊重，促使患者可以感受到护理人员对其的关心，在最短时间内建立良好的护患关系。在和患者沟通的过程中，对患者的生活观、心理状态、对待病症的态度进行了解。引导患者将内心的压力、烦恼等进行倾诉，并结合患者实际情况对患者开展鼓励和安慰。在和患者交流过程中给予患者暗示，帮助患者建立迅速恢复的自信心。(2) 认知疗法。在和患者进行沟通的过程中，需要准确评估患者的内心需求，以及导致患者存在心理压力的主要来源，患者对待自身病症的应对能力，结合患者实际情况对患者进行应对行为指导。详细为患者讲解在治疗过程中需要注意的各方面问题以及注意事项等，增加患者对自身病症的认知。按照面对面讲解为主，视频资料以及书籍资料为辅，从多个维度对患者开展认知层面护理，促使患者对自身病症特点存在有更加清晰的认识。建立以微信或者 QQ 为基础的线上交流平台，告知患者在日常生活以及治疗过程中存在的疑问可以及时在微信中提出，便于护理人员及时为患者进行解答，避免患者存在有认知误区。在与患者沟通过程中，需要逐步指导患者掌握遵照医嘱进行治疗的重要性，告知患者在日常生活中保持良好的遵医行为。(3) 家庭以及社会层面支持。在针对患者开展结构性心理护理的过程中，需要指导患者家属、朋友等参与到患者心理疏导的过程中。日常生活中需要积极和患者进行沟通，与患者分享一些其感兴趣的话题，起到对患者注意力进行转移的目的，避免患者将注意力过度集中在自身病症方面。在患者病情允许的情况下，可以多陪同患者进行部分户外活动，帮助患者感受到生活的乐趣，起到对患者负面心理进行改善的目的。(4) 自我放松训练。在患者治疗期间，护理人员需要指导患者掌握自我放松训练的放松，起到对自身心理压力进行缓解的目的。先指导患者掌握深呼吸放松训练，最大限度吸气，保持 5 秒后再缓慢呼出，如此反复进行，起到对心理压力进行改善的作用。或者由护理人员、家属协助患者进行冥想放松练习，指导患者处在安静的环境中，为患者播放较为舒缓的音乐，先深呼吸 2 次进行放

松。闭眼想象自己处在舒适、安静的环境中(有小桥、水流、花朵、微风的环境)，并语言引导患者想象自己正在做一些其感兴趣的事情，避免患者将注意力过度集中在自身病症方面，起到对患者心理压力进行缓解的作用。在患者掌握冥想放松训练的方法后，可以指导患者在日常生活中自主进行该方面放松练习，缓解自身心理压力。或指导家属对患者开展按摩放松练习，指导患者处在自身喜欢的体位，坐位或者平卧位，由家属对患者四肢等部位进行按摩，力度结合患者耐受情况合理进行控制，缓解患者心理压力。

两组患者需持续开展 4 周护理。

1.3 观察指标

生存质量对比。两组患者在护理前后生存质量变化情况需要按照生存质量测定量表(WHOQOL-BREF)进行评估，需指导患者结合自身的具体情况对量表中各个维度问题进行回答(涉及到生理、环境因子、社会关系以及心理层面)，共计 26 个小问题，每个问题均按照 0~5 分进行评价，护理人员最终汇总各个维度评分，分值越高则患者生存质量越好。

(2) 心理状态评估。借助 BAI、BDI 量表对患者恢复期间心理状态进行评估，BAI 量表中共计 21 个条目，单个条目评分 4 分，得分越高则表明焦虑症状越严重。BDI 量表中共计 13 个条目，单个条目评分 4 分，得分越高则表明抑郁症状越严重。

1.4 统计学方法

本次研究中与两组有关数据都运用 SPSS 20.0 进行处理，符合正态分布，均值±标准差($\bar{x} \pm s$)表达生存质量、BAI、BDI 量表评分等计量数据，t 检验，卡方检验计数数据，百分数(%)表示，(P<0.05)差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 两组生存质量对比

对比患者生存质量，护理前 WHOQOL-BREF 评分无差异，护理后观察组高于对照组，(P<0.05)，详见下表 1。

表 1 两组恢复期间生活质量对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	生理		环境因子		社会关系		心理	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	35	15.35±1.12	26.15±1.68	18.05±1.52	25.45±1.12	8.11±2.34	14.68±1.12	16.15±1.12	22.68±1.24
对照组	35	15.26±1.22	21.22±1.75	18.11±1.62	22.45±1.35	8.15±2.15	11.45±1.34	16.32±1.37	19.45±1.17
t	-	1.705	11.827	1.585	12.142	1.674	11.508	1.274	11.247
P	-	0.637	0.001	0.647	0.001	0.414	0.001	0.628	0.001

2.2 两组心理状态对比

差异，护理后观察组低于对照组，(P<0.05)，详见下表 2。

对比患者心理状态，护理前患者 BDI、BAI 量表评分无

表 2 两组 BAI 评分以及 BDI 评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	BAI 评分		BDI 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	35	32.25±1.35	10.23±1.12	28.05±1.45	11.05±1.45

对照组	35	32.11±1.23	18.78±1.35	28.11±1.65	14.11±1.67
t	-	1.728	14.041	1.428	10.042
P	-	0.314	0.001	0.624	0.001

3 讨论

慢性心力衰竭为当前影响中老年群体健康的主要慢性疾病,帮助周期长,无特效根治措施。患者心功能受损较为严重,多伴随有呼吸困难、乏力等方面症状,会直接影响到日常生理活动。在病症长期影响下,患者出于对自身病症的担忧,或者顾虑到自身恢复情况,容易存在有较大的心理压力,并影响日常生活质量^[5-6]。在针对慢性心衰患者开展各方面治疗的过程中,为帮助患者以更加积极的心态面对病症,对患者在治疗期间的生活质量进行改善,需要结合患者心理状态,准确开展心理层面护理支持,促使患者能够以更加积极的心态接受治疗。

在常规心理护理的过程中,主要由护理人员在和患者交流过程中针对患者心理状态进行评估,并进行针对性心理疏导,缓解患者心理压力,虽然可以在一定程度上对患者心理状态进行改善,但结合临床反馈可以发现,在常规心理护理的过程中患者心理状态的改善效果欠佳^[7-8]。结构式心理护理为目前临床开展心理护理的新方案,以常规心理护理为基础,由护理人员对患者各方面情况开展综合性评估,了解患者存在心理压力的原因,并从多个维度对患者开展心理层面支持,缓解患者在治疗期间存在的心理压力。在结构式心理护理的作用下,护理人员积极和患者进行沟通,在最短时间和患者建立良好的护患关系,增加患者对护理人员的信任感。在交流过程中积极引导患者对心理压力进行倾诉,了解导致患者存在心理压力的原因,并开展针对性疏导,可以帮助患者以更加积极的心态接受治疗^[9-10]。同时,护理人员结合患者具体情况对患者开展认知疗法,准确了解患者对待自身病症的态度以及患者是否存在不正确的心理认知,按照患者容易理解的方式对患者开展认知教育,可以纠正患者存在的认知误区,帮助患者以更加积极的心态接受治疗,缓解心理压力。此外,由患者家属、朋友等对患者进行社会层面鼓励和支持,帮助患者对自身注意力进行转移,同样可以起到对患者心理压力进行缓解的目的,帮助患者以更加积极的态度接受治疗。通过指导患者掌握各方面放松训练的放松,在患者出现负面情绪时鼓励患者按照深呼吸放松或者冥想放松的方式对心理压力进行改善,可以帮助患者心理压力在短时间内得到改善,帮助患者建立自信心。在本次研究中,观察组患者在治疗过程中则接受结构式心理护理,结合观察可以发现在该护理模式的作用下,患者心理状态迅速得到改善,负面情绪评分降低,且患者生活质量得到提升。表明与常规心理护理措施相比,在结构式心理护理的作用下,能够帮助患者在治疗过程中以更加积极的心态接受治疗,正确面对自身病症,并

通过指导患者掌握在日常生活中自我放松的方式,帮助患者以更加积极的心态面对病症,缓解自身心理压力。同时,可以减少心理压力等对日常生活造成的影响,起到对患者生活质量进行提升的作用。

综合研究,在对慢性心力衰竭患者进行护理的过程中可以积极开展结构式心理护理,缓解患者在治疗期间的心理压力,提升患者生活质量。

[参考文献]

- [1]侯倩茹,王倩,陆妍. 基于CICARE沟通模式的综合康复护理在慢性心力衰竭患者中的应用价值[J]. 河北医药, 2025, 47(5): 869-872.
- [2]柯巧滨,卢冬方,曾小艳,等. 运动康复护理联合心理护理在慢性心衰患者中的应用效果探讨[J]. 中国实用乡村医生杂志, 2025, 32(5): 49-52.
- [3]曹艳博,曹雪艳,王萌萌. 人性化护理干预对老年慢性心力衰竭患者心理状态及临床指标的影响分析[J]. 贵州医药, 2025, 49(5): 831-833.
- [4]蔡瑶泉,冯扣兰,沈婷婷. 5步式叙事护理模式在老年慢性心力衰竭病人中的应用[J]. 循证护理, 2025, 11(8): 1601-1606.
- [5]张潇,张丽萍,叶燕,等. 基于PAC理论的延续性护理在慢性心力衰竭患者中的应用[J]. 当代护士(下旬刊), 2025, 32(4): 34-39.
- [6]沈玺玺,孙文蓉,刘姣. 针对性护理在慢性心力衰竭患者中的应用效果[J]. 兵团医学, 2025, 23(1): 106-108.
- [7]帕孜来提·赛登,张旋,李慧,等. 慢性心力衰竭患者死亡焦虑现状及影响因素分析[J]. 护理学杂志, 2025, 40(6): 86-90.
- [8]武岭. 基于感恩拓展-建构理论为指导的双心护理对慢性心力衰竭患者自护能力的应用研究[J]. 心血管病防治知识, 2025, 15(5): 72-75.
- [9]吕雁平,黄陈,鲁淑艳. 基于接纳与承诺疗法的心理护理在慢性心力衰竭合并抑郁症患者中的应用研究[J]. 心理月刊, 2025, 20(2): 161-163.
- [10]崔艳艳,巩乃斌,万珊珊. 团体积极心理护理联合抗阻训练对慢性心力衰竭伴焦虑患者的影响[J]. 心理月刊, 2025, 20(2): 184-186.

作者简介:

蒋颜(1992.01-),女,汉族,江苏苏州人,本科,主管护师,研究方向为临床护理。