

个体化营养护理对冠心病患者康复的作用

陈柳林

柳州中医医院

DOI:10.32629/carnc.v3i9.18130

[摘要] 目的: 分析冠心病患者实施个体化营养护理对其康复进度的影响。方法: 选取我院收治的冠心病患者 60 例, 所有患者均在 2024.1-2024.12 期间抽样。通过随机分组, 分为接受常规护理的对照组 (n=30), 另 30 例为个体化营养护理的观察组。对比分析不同护理方式对低密度脂蛋白 (LDL)、血清白蛋白 (ALB)、总蛋白 (TP)、体重指数 (BMI)、简易营养评价表 (MNA) 等指标的影响, 记录营养认知评分。结果: 护理前, 两组血清蛋白、营养指标、营养认知评分比较 ($P>0.05$); 护理后, 两组 ALB、TP、BMI、MNA 及营养认知评分均升高, 且两组 LDL 指标降低, 组间比较差异显著 ($p<0.05$)。结论: 个体化营养护理的使用大幅度提升了冠心病患者营养状态, 建议临床推广。

[关键词] 冠心病; 个体化营养护理; 营养状况

中图分类号: R473.5 文献标识码: A

The Role of Individualized Nutritional Care in the Rehabilitation of Patients with Coronary Heart Disease

Liulin Chen

Liuzhou Hospital of Traditional Chinese Medicine

Abstract: Objective To analyze the impact of individualized nutritional care on the rehabilitation progress of patients with coronary heart disease. Methods: Sixty patients with coronary heart disease admitted to our hospital were selected. All patients were sampled from April 2021 to December 2024. By random grouping, they were divided into the control group (n=30) receiving conventional care, and the other 30 cases were the observation group receiving individualized nutritional care. The effects of different nursing methods on indicators such as low-density lipoprotein (LDL), serum albumin (ALB), total protein (TP), body mass index (BMI), and mini-nutritional assessment form (MNA) of the patients were compared and analyzed, and the nutritional cognition score was recorded. Results: Before the nursing care, the comparison of serum protein, nutritional indicators and nutritional cognition scores between the two groups ($P>0.05$); After the nursing care, the ALB, TP, BMI, MNA and nutritional cognition scores of both groups increased, and the LDL index of both groups decreased. The differences between the groups were significant ($p<0.05$). Conclusion: The application of individualized nutritional care has significantly improved the nutritional status of patients with coronary heart disease. It is recommended for clinical promotion.

Keywords: Coronary heart disease; Individualized nutritional care; Nutritional status

引言

冠心病是一种受冠状动脉粥样硬化影响, 使得患者血管出现变窄、阻塞等情况, 引发心肌缺血或缺氧, 是一种常见的多发性心脑血管疾病^[1]。近年来, 随着经济的不断发展和饮食结构的迅速变化, 心脑血管疾病的发病率也随之增长, 此类疾病患者通常伴有胆固醇和脂蛋白异常升高, 易产生动脉粥样硬化。研究指出^[2], 冠心病患者通常伴有不同程度的营养不良, 但其营养状态会对患者心脏功能恢复产生影响, 加之冠心病多出现在老年人群, 该部分患者对疾病知识、营养支持及日常饮食干预等相关内容认知度不高或存在错误

认知, 进而导致疾病恶化或治疗效果不明显。有学者认为^[3], 营养状态和健康的生活饮食习惯是影响冠心病临床治疗的主要因素之一, 通过对不良营养状态的调整, 可促进患者生活质量显著提升, 改善疗效和预后。基于此, 本研究通过分析个体化营养护理对患者应用状态的影响, 阐明了该护理模式用于冠心病患者的护理效果, 具体内容如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

将我院 60 例冠心病患者作为研究对象, 其接受治疗时间为: 2024.1-2024.12, 随机分为观察组和对照组, 各 30 例。

Clinical Application Research of Nursing Care

纳入标准：①均确诊冠心病；②所有患者接受3个月以上药物治疗；③血脂水平正常；④均知情同意。排除标准：①存在重要器官功能衰竭；②近期参与其他研究者；③语言或认知障碍；④中途退出者。观察组男性15例，女15例，年龄43~75岁，平均年龄(58.76±5.13)岁，平均病程(6.83±1.45)年。对照组男性14例，女16例，年龄43~74岁，平均年龄(58.43±5.11)岁，平均病程(6.80±1.47)年。两组患者一般资料相比(P>0.05)，可对比。

1.2 方法

对照组接受常规护理，护理人员对其进行心理评估、院内环境熟悉、健康教育等常规护理，避免患者负面情绪加重，对其心绞痛发作情况进行详细记录，并给予针对性药物治疗；此外对患者进行生命体征、血糖、尿糖等监测。

观察组接受个体化营养护理，具体内容：①对患者发放关于疾病知识的问卷调查表，询问患者对疾病知识、饮食干预、药物、运动及并发症预防等相关知识的了解情况，根据患者掌握情况对其进行查漏补缺，为患者讲解疾病致病因素、治疗方法等内容。②心理支持。与患者进行一对一沟通交流，针对性地进行不良情绪疏导，根据患者心理障碍严重程度开展心理指导；再者，告知患者家属良好的家庭氛围对疾病恢复的重要性，叮嘱家属保持积极、乐观的心态，多支持和鼓励患者，使得其负面情绪得到缓解；此外，针对性地对患者进行锻炼、饮食习惯、生活习惯等知识宣教，促进患者积极配合治疗。根据患者自身疾病情况对其采取以下个性化的饮食干预：①保持低钠饮食：均衡的营养比例控制是疾病治疗的关键，对于患者而言，摄入钠含量是确保营养比例的重点，故患者日常饮食需严格遵循低盐、清淡的原则，护理人员加强对患者盐摄入量的把控，确保每日摄入量不超过5克；但需要注意的是，若在夏天或者患者大量户外活动的情况下，可适当加大当日盐分和钠的摄入量。②低脂饮食：饮食控制会对冠心病治疗产生直接影响，而患者的脂肪摄入量则需控制在每日饮食占比的30%上下，且需避免过多摄入脂肪酸。因此，针对冠心病患者的日常饮食，应选用植物油为主要烹饪用油，进而起到保护患者心脏功能、避免动脉粥样硬化的作用。③调整碳水化合物比例：碳水化合物过多摄入会导致患者体重增加过快，因此需对患者进行碳水化合物定量，冠心病患者的碳水化合物摄入不能高出每天摄入热量的50%，且需对糖分的摄入进行严格把控，适当增加摄入粗粮。④蛋白质摄入量：蛋白质是确保患者机体器官正常运转的关键，其能提升机体免疫功能，但若食用过量，会影响疾病治疗效果，故需对其摄入量进行适当控制。⑤确保患者每日摄入的维生素、微量元素等充足，多食用新鲜瓜果蔬菜，营养师定期将患者的饮食搭配和食谱发放给患者，并要求患者进行每日食

物摄入情况反馈。

1.3 观察指标

对比分析不同护理方式对低密度脂蛋白(LDL)、血清白蛋白(ALB)、总蛋白(TP)、体重指数(BMI)，采用简易营养评估量表(Mini-Nutritional Assessment, MNA)评估不同时段患者营养状态，记录其营养认知评分。

MNA评分^[4]中包含有人体测量和问卷调查等项目，其中总分高于24表示营养状态良好；17-24分为轻微营养不良；低于17分为严重营养不良。

采用我院自制营养认知问卷调查表评估，其中分为知识和饮食行为两大类题目，总计20道题，分数100分，得分越趋近于100分表明患者的认知能力越高。

1.4 统计学分析

应用SPSS 20.0软件进行数据分析，计量资料符合正态分布，以均数±标准差($\bar{X} \pm s$)表示，组间比较采用t检验，计数资料比较采用 χ^2 检验，以P<0.05为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组血清蛋白、营养状况对比：干预前，两组血清蛋白、营养状况比较(P>0.05)；干预后，组间指标比较差异显著(P<0.05)，见表1。

表1 两组血清蛋白、营养状况对比：($\bar{X} \pm s$, n=30)

指标	时间	观察组	对照组	t值	p值
TP (g/L)	干预前	63.52±6.07	64.02±6.06	0.319	0.750
	干预后	67.85±5.69	64.05±5.68	2.588	0.012
ALB (g/L)	干预前	35.12±2.34	36.23±2.33	1.841	0.070
	干预后	41.59±3.94	37.06±3.93	4.458	0.000
LDL (mmol/L)	干预前	6.55±1.21	6.72±1.20	0.546	0.586
	干预后	2.93±1.08	5.41±1.07	8.934	0.000
BMI (kg/m ²)	干预前	24.17±3.14	23.87±3.13	0.370	0.712
	干预后	19.42±2.39	22.11±2.38	4.368	0.000
MNA评分(分)	干预前	19.37±3.06	18.56±3.05	1.026	0.308
	干预后	24.83±3.18	19.71±3.17	6.245	0.000

2.2 两组营养认知评分对比：干预前，观察组营养认知评分为(53.15±10.23)分，对照组营养认知评分(52.72±10.22)分；干预后，观察组营养认知评分(62.27±9.12)分，对照组营养认知评分(53.86±9.11)分，差异显著(P<0.05)。

3 讨论

随着人类物质生活的不断提升、人口老龄化逐年加剧，

Clinical Application Research of Nursing Care

导致了患者生活压力加大,冠心病的发病率居高不下。冠心病受脂质异常影响,是一种无法治愈的慢性疾病,通常需要通过饮食控制、合理用药、健康运动等多种方式控制疾病,但由于患者多存在营养知识误区,使得不健康饮食生活习惯普遍存在,导致患者疾病反复且治疗难度加大,引发多种并发症。相关研究^[5],冠心病患者往往存在吸烟史、体重偏高、高糖高脂饮食及饮酒过度等不良生活习性,会导致心肌梗死和心绞痛几率加大,进而加重患者疾病,严重者会引发死亡。因此,为有效控制患者疾病发展,提升患者身体综合素养,对其进行有效地应用干预、不断优化患者生活方式成为首选护理方法。

研究指出^[6],异常血脂是导致冠心病的重要因素之一,故需加强对患者的血脂把控,但若进行依靠对其血脂的控制,容易导致机体营养成分缺失,出现营养不良现象。故科学有效的营养护理干预不可或缺,可将血清指标、体质量等结合对患者展开饮食控制。护理人员在对患者进行常规的健康宣教、心理支持和生命体征监测的同时,需严格把控患者食物摄入量,即对其进行脂肪摄入量的控制,告知其脂肪含量较高的食物有哪些,且禁止患者摄入红肉或糖分含量高的食物。此外,还需确保患者摄入的各成分间的营养均衡,确保患者每日摄入的微量元素满足机体营养需求。研究指出^[7],在冠心病患者临床治疗中,对患者采用及时有效治疗操作和营养护理二者缺一不可,而确定营养指标是确保营养支持工作开展的关键。

ALB是常见的营养状态评估指标,其通过对患者进行身高、体质量等相关指标的测量,可精准体现患者自身营养状态。TP使用较为便捷,若患者接受干预后血脂水平恢复正常,则其不均衡的饮食会引发营养缺失现象,上述两种指标均可作为辨别冠心病患者营养不良状态的重要指标。BMI则能精准反映被测量者的身高、体质量。MNA评分可对潜在营养不良风险进行预估,常用于老年患者营养测评中,且将其与ALB指标联合使用,可精准确定患者是否存在营养不良危险^[8]。本研究中,个体化营养护理组患者的TP、ALB、LDL、BMI及MNA评分等相关指标与常规护理相比存在明显差异,且个体化营养护理对以上指标改善效果更为显著。分析其原因:个体化的营养护理模式在常规的营养支持基础上对患者加以了心理指导、健康宣教等内容,通过问卷调查的

形式对患者进行全面的基础了解,并根据患者的病情和饮食结构对其展开护理工作;再者,冠心病病程较长,患者压力大,该护理模式通过针对性的心理指导,指导家属参与到心理护理过程中,让患者感受家庭温暖,可帮助患者长期治疗带来的情绪负担,以更好的状态接受护理干预。此外,通过低钠、低脂饮食、碳水调节、合理控制蛋白质、维生素等微量元素摄入的个性化饮食护理方案,既能起到保护心脏功能、避免动脉粥样硬化的效果,又能满足机体所需营养供给,有效改善机体营养状态,以便于更好开展临床治疗工作。研究结果指出,实施个体化营养护理患者的营养认知评分显著提升,进一步说明,通过个体化的营养护理措施,可促进患者深入了解营养支持的重要性,进而确保患者积极、主动接受饮食护理干预。

综上所述,在冠心病护理中,个体化营养护理能促进康复进度,改善患者机体营养状态,值得临床借鉴推广。

[参考文献]

- [1]潘露,刘梦姣,朱立辉.基于计划行为理论的冠心病患者营养标签使用行为现状及影响因素分析[J].中国护理管理,2024,24(7):1008-1013.
- [2]王玮琪,林平,刘国杰.膳食营养素与冠心病相关性研究进展[J].护理研究,2020,34(12):2155-2159.
- [3]高咚咚,孙秀梅,赖紫钦,等.1例进行冠脉造影术并发心包填塞患者的护理[J].当代护士:中旬刊,2023,30(8):156-158.
- [4]颜安安.饮食护理对老年冠心病患者营养状态及免疫功能的影响[J].家庭保健,2020,0(6):236.
- [5]解瑾.护理饮食管控对冠心病患者营养状况的改善探讨[J].中国保健营养,2021,31(17):181.
- [6]徐梅.护理宣教和营养饮食教育对糖尿病合并冠心病患者的临床影响[J].中国保健营养,2021,31(9):289.
- [7]张蓉.知信行护理对老年冠心病伴营养不良患者生活质量的影响[J].大健康,2020,0(16):1-2.
- [8]林云英,刘思华.传统的健康教育和院外延续护理指导对冠心病介入治疗患者的作用分析[J].中国保健营养,2020,30(10):229.

作者简介:

陈柳林(1991.08-),女,壮族,广西来宾人,本科,主管护师,研究方向为护理。