

# 心肺康复护理对老年 COPD 患者生活质量及肺功能的影响

何睿

湖北省十堰市太和医院

DOI:10.12238/carnc.v3i1.12580

**[摘要]** 目的: 探讨心肺康复护理对老年COPD患者生活质量及肺功能的影响。方法: 选取2022年3月-2024年3月以来我院收治的84例老年COPD患者,随机分为研究组和对照组各42例,对照组给予常规护理,研究组给予心肺康复护理。观察分析两组生活质量评分、肺功能指标等。结果: 干预前两组的FEV1、FVC、FEV1/FVC等指标水平比较并无显著差异性( $P > 0.05$ ),干预后与对照组比,研究组FEV1、FVC、FEV1/FVC等指标水平较高( $P < 0.05$ );与对照组比,研究组生活质量高( $P < 0.05$ )。结论: 老年COPD患者接受心肺康复护理能起到理想效果,其能促进患者肺功能指标改善,使患者生活质量大幅提升,可推广使用。

**[关键词]** 心肺康复护理; 老年COPD患者; 生活质量; 肺功能

中图分类号: R473 文献标识码: A

## The Impact of Cardiopulmonary Rehabilitation Nursing on the Quality of Life and Lung Function of Elderly COPD Patients

Rui He

Taihe Hospital, Shiyan City, Hubei Province

**[Abstract]** Objective: To explore the impact of cardiopulmonary rehabilitation nursing on the quality of life and lung function of elderly COPD patients. Method: 84 elderly COPD patients admitted to our hospital from March 2022 to March 2024 were randomly divided into a study group and a control group, with 42 cases in each group. The control group received routine care, while the study group received cardiopulmonary rehabilitation care. Observe and analyze two groups' quality of life scores, lung function indicators, etc. Result: There was no significant difference in the levels of FEV1, FVC, FEV1/FVC and other indicators between the two groups before intervention ( $P > 0.05$ ). After intervention, compared with the control group, the study group had higher levels of FEV1, FVC, FEV1/FVC and other indicators ( $P < 0.05$ ); Compared with the control group, the study group had a higher quality of life ( $P < 0.05$ ). Conclusion: Elderly COPD patients receiving cardiopulmonary rehabilitation nursing can achieve ideal results, which can promote the improvement of patients' lung function indicators and significantly improve their quality of life. It can be widely used.

**[Key words]** cardiopulmonary rehabilitation nursing; Elderly COPD patients; Quality of life; Pulmonary function

### 引言

慢性阻塞性肺疾病(COPD)属于临床上比较多见的一种肺部病症类型,其能持续性的限制气流向人体内流入,且病情会迅速发展,进而对患者的肺功能造成明显损伤,并对机体内的其他器官产生不利影响<sup>[1-2]</sup>。伴随着年龄的愈发增长,COPD发生率也呈现出明显的升高趋势,且很难有效的控制疾病进展,往往需要长时间服用药物,因此会对老年患者的生活质量造成极大干扰<sup>[3]</sup>。慢性阻塞性肺病(chronic obstructive pulmonary diseases, COPD)是临床常见、多发呼吸系统疾病,常见呼吸困难、咳嗽、喘息、

胸闷、咳痰、气喘、乏力、焦虑等症状,且具备致残率、致死率高等特征。面对近些年COPD患病率的逐年上升,有必要加强该病诊疗、护理、康复研究,尽可能控制疾病进展,改善疾病症状,降低疾病影响。文献资料显示,为COPD稳定期患者实施科学、有效肺康复护理,可进一步提高临床疗效,改善患者预后,提升患者生活质量。

为了让老年 COPD患者肺功能进一步增强,使老年生活变得更加幸福,本研究探讨心肺康复护理对老年COPD患者生活质量及肺功能的影响,报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取2022年3月-2024年3月以来我院收治的84例老年COPD患者,随机分成两组。其中对照组42例,男27例,女15例,年龄69~84岁,平均 $(74.8 \pm 1.7)$ 岁。研究组42例,男26例,女16例,年龄70~83岁,平均 $(74.9 \pm 1.6)$ 岁。且资料具有可比性( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组给予常规护理。护理人员需即刻将疾病、治疗等相关知识详细告知患者及其家属,并对患者的情绪改变进行全面查看,从而迅速选用科学的方式来让患者负面情绪有效缓解,以免患者心理波动过于强烈。同时,将个性化的饮食方案制定出来,然后把准确的用药知识告知患者,叮嘱其依据医嘱规范服用药物。此外,将治疗期间需着重关注的问题一一告知患者,对患者病情进行详细监测、记录,若存在明显异常,需即刻通知医生做科学救治。

研究组给予心肺康复护理。(1)入院评估。护理人员需引导患者进行一系列身体检查,对患者的病史、平常表现等做到全面了解,并同已掌握的患者状况相联系,对患者病情做精准评估。同时,需对患者表达出的护理需求有所掌握,在进行系统评估的同时,将最恰当、规范的心肺康复护理计划有序制定出来;(2)呼吸锻炼:①缩唇呼吸。帮助患者尽快将缩唇呼吸这一技能掌握,吸气时要通过鼻子完成呼吸动作,呼气时要缩起口唇部,且形状为圆形,然后做吹口哨这个动作,使支气管内部的压力进一步增大,以免支气管异常萎缩。吸气动作2S/次,呼气动作10s/次,缩唇呼吸联系2次/d,10min/次;②腹式呼吸。引导患者选择仰卧位,在丹田部位平贴右手,做吸气这一动作时,可对腹部凸起有所感知,同时胸部位置平贴左手,约束吸气过程中会明显扩张胸部,吸气时要通过鼻子用力吸,呼气时要通过口唇将其缓缓的呼出去,2次/d,10min/次。(3)运动锻炼。因患者本身肺功能并不理想,所以训练强度一定不能太过,最初可重点进行打太极、慢走、五禽戏等一系列有氧运动,2次/d,15-30min/次。当患者耐受程度有所改变时,可使运动时间、强度进一步增大,最适宜的强度就是患者发生气促,但在训练结束后10min之内即可彻底恢复。(4)营养支持。叮嘱患者日常饮食一定要合理,并摄入适量的营养物质,对瘦肉及牛奶等高蛋白、低脂肪、高纤维的食物科学进食,但坚决不能太饱或者是过饥。同时,叮嘱患者尽可能的少食多餐,对饮食速度进行规范把控,不能太快的摄入大量食物。

### 1.3 观察指标

(1)观察分析两组肺功能指标。(2)观察分析两组生活质量。应用健康状况量表(SF-36)对患者的生活质量实施评估,评分越低说明疾病对患者生活质量产生的干扰越为严重<sup>[4]</sup>。

### 1.4 统计学处理

数据用SPSS18.0做分析,其中计数行 $\chi^2$ (%)检验,计量行t检验( $\bar{x} \pm s$ )检验, $P < 0.05$ ,有显著差异。

## 2 结果

干预前两组的FEV1、FVC、FEV1/FVC等指标水平比较并无显著差异性( $P > 0.05$ ),干预后与对照组比,研究组FEV1、FVC、FEV1/FVC等指标水平较高( $P < 0.05$ ),见表1。

表1 肺功能指标对比( $\bar{x} \pm s$ )

| 组别  | 例数 | FEV1 (L) |         | FVC (L) |         | FEV1/FVC (%) |          |
|-----|----|----------|---------|---------|---------|--------------|----------|
|     |    | 干预前      | 干预后     | 干预前     | 干预后     | 干预前          | 干预后      |
| 对照组 | 42 | 0.7±0.3  | 1.1±0.5 | 1.9±0.8 | 2.1±0.9 | 53.3±3.8     | 66.5±5.1 |
| 研究组 | 42 | 0.6±0.4  | 2.5±0.6 | 1.8±0.9 | 3.5±1.1 | 53.4±3.7     | 75.7±5.6 |
| t 值 | /  | 1.152    | 16.563  | 1.135   | 16.325  | 1.918        | 16.117   |
| P 值 | /  | >0.05    | <0.05   | >0.05   | <0.05   | >0.05        | <0.05    |

与对照组比,研究组生活质量高( $P < 0.05$ ),见表2。

表2 生活质量对比( $\bar{x} \pm s$ ,分)

| 组别  | 例数 | 生理机能     | 生理职能     | 躯体疼痛     | 精神健康     | 总体健康     |
|-----|----|----------|----------|----------|----------|----------|
| 对照组 | 42 | 70.2±7.1 | 69.8±8.4 | 73.1±8.1 | 68.2±4.6 | 72.3±5.1 |
|     |    |          | 87.6±9.2 | 93.6±5.3 | 90.7±6.7 | 96.7±3.6 |
| 研究组 | 42 | 91.5±6.5 | 9.2      | 5.3      | 6.7      | 3.6      |
| t 值 | /  | 16.117   | 15.932   | 16.215   | 16.126   | 16.135   |
| P 值 | /  | <0.05    | <0.05    | <0.05    | <0.05    | <0.05    |

## 3 讨论

伴随着我国环境状况的改变、人口老龄化进程的愈发加快,在极大程度上提升了COPD发生率<sup>[5]</sup>。COPD患者肺功能往往会表现出进行性的衰退症状,且呼吸困难愈发严重,会进一步干扰患者的正常生活,降低其生活质量。因而,借助恰当的护理干预手段来使患者心肺功能增强,可促进患者肺通气功能改善,使患者生活质量大幅提升<sup>[6]</sup>。

康复护理模式能对整体治疗效果进行有效巩固,还能使患者对临床治疗及护理的配合度进一步增强,患者的生活质量也能得到显著改善,这对提升预后效果有关键价值<sup>[7]</sup>。研究发现,干预后与对照组比,研究组FEV1、FVC、FEV1/FVC等指标水平较高( $P < 0.05$ ),且研究组生活质量高( $P < 0.05$ ),这说明患者接受心肺康复护理指导能显著增强患者肺功能,促进患者病情、预后改善,患者生活质量也会大幅提升。分析原因为:患者住院时,护理人员会全面评估其护理需求、病情状况,并将最终评估结果作为依据,将个性化的心肺康复护理方案有序构建出来,确保相关护理环节同患者实际需求更贴合。而呼吸练习期间,对患者缩唇、腹式呼吸等进行针对性指导,此动作能使患者肺通气量显著增多,患者心肺功能也会进一步增强<sup>[8]</sup>。同时,积极且科学的运动锻炼还能促进患者体质改善,使自身抵抗力显

## Clinical Application Research of Nursing Care

著增强, 患者的耐力也会大幅提升, 并进一步促进患者心肺呼吸功能改善。

关于COPD治疗, 临床以控制疾病进展、改善临床症状、控制肺功能下降、提高生活能力与生存质量为主。而要想达到上述目标, 除积极治疗外, 也需要康复护理配合。陈晶晶、傅晓君、徐军等学者研究表明肺康复护理可通过运动锻炼提高患者运动耐力, 增强患者活动能力, 改善患者生存质量, 并证明肺康复护理较常规康复护理具有更好护理干预效果, 能够有效满足患者护理需求。许轶明、沈宏华、杜井波等学者研究指出有氧运动强度、肺功能损伤程度等因素对COPD患者预后存在重要影响, 肺康复可根据患者实际情况为患者制定科学且完善的运动训练计划, 促进患者肌肉代谢, 增加患者运动耐力, 同时改善患者心肺系统协调能力, 缓解患者临床症状, 降低COPD对患者活动能力、生存质量的影响, 从而加快患者康复速度。

综上所述, 老年COPD患者接受心肺康复护理能起到理想效果, 其能促进患者肺功能指标改善, 使患者生活质量大幅提升, 可推广使用。

### [参考文献]

[1]李燕凤,赵雪玲,汤伟妹,等.探讨心肺康复运动训练在慢性阻塞性肺疾病稳定期患者中的应用效果[J].中国现代药物应用,2023,17(14):177-180.

[2]陆云,陈超,卢来花,等.肺功能康复训练对老年COPD稳定期患者心理状态和睡眠的影响[J].川北医学院学报,2023,38(2):277-280.

[3]Hbaieb M A, Charfeddine S, Bosquet L, et al. The effect

of early cardiopulmonary rehabilitation combined with melatonin supplementation in patients with myocardial infarction treated by a primary percutaneous coronary intervention[J]. Archives of Cardiovascular Diseases, 2024, 117(1): S117-S117.

[4]刘金玉,卢立国,戴举响,等.早期肺康复干预慢性阻塞性肺疾病合并衰弱患者的效果[J].实用心脑血管病杂志,2024,32(10):122-126.

[5]张婉瑜高康茵.心肺康复护理对慢性阻塞性肺疾病患者在稳定期运动功能和身心状况等方面的影响[J].基层医学论坛,2024,28(29):82-84.

[6]Liu H N, Gao B. Exploration of cardiac rehabilitation nursing for elderly patients with myocardial infarction based on individualized cardiac rehabilitation[J]. World Journal of Clinical Cases, 2024, 12(2): 256-266.

[7]李爱红,郭辉,李兵杰.综合性肺康复护理干预对COPD稳定期患者睡眠质量、生活质量的影响[J].实用中西医结合临床,2023,23(5):113-116.

[8]Quan L. The Application Effect of Predictive Nursing on Cardiopulmonary Rehabilitation of Patients Undergoing Heart Valve Surgery with Extracorporeal Circulation[J]. Journal of Clinical and Nursing Research, 2024, 8(7): 128-133.

### 作者简介:

何睿(1993—),女,汉族,湖北十堰市人,本科,护师,研究方向:心肺康复护理。