

中医护理用于冠心病患者的研究

——基于心理状况、生活质量及睡眠质量角度

杨娟¹ 胡文娟²

1 十堰市中西医结合医院 2 房县人民医院

DOI:10.12238/carnc.v1i4.6789

[摘要] 目的: 分析研究中医疗护理在冠心病患者中的应用价值, 了解护理之后患者的心理状况、生活质量、睡眠质量方面的改变。方法: 选择我院在2023年1月~2024年1月之间接收的100例冠心病患者进行研究, 分为对照组和观察组, 每组50例。按照实验的要求, 对照组应用常规护理方式, 观察组在对照组基础之上增加中医护理模式。护理结束之后, 对比两组患者的心理状况、生活质量、睡眠质量等方面的参数变化。结果: 冠心病患者护理后心理状况、生活质量、睡眠质量都有所改变, 并且护理之后改善效果较为明显。从改善效果方面进行分析, 观察组患者心理状况、生活质量、睡眠质量改善更加明显, 两组数据对比存在统计差异($P < 0.05$)。结论: 冠心病患者临床护理的环节应用中医疗护理方式, 对冠心病患者的正常恢复存在积极作用, 改善患者的心理状况, 促进患者生活质量以及睡眠质量评分的提升, 让患者保持良好的身心健康状态, 具备较高的应用价值, 可以推广应用。

[关键词] 冠心病; 中医护理; 心理状况; 睡眠质量; 生活质量

中图分类号: R541.4 文献标识码: A

Research on TCM nursing for patients with coronary heart disease

—Based on psychological status, quality of life and sleep quality

Juan Yang¹ Wenjuan Hu²

1 Shiyan Integrated Traditional Chinese and Western Medicine Hospital

2 Fang County People's Hospital

[Abstract] Objective: to analyze the application value of traditional Chinese medicine nursing in patients with coronary heart disease, and to understand the changes in psychological status, quality of life and sleep quality of patients after nursing. Methods: 100 patients with coronary heart disease in our hospital from January 2023 to January 2024 were selected and divided into control group and observation group, with 50 cases in each group. According to the requirements of the experiment, the control group was treated with conventional nursing, and the observation group was treated with TCM nursing mode on the basis of the control group. After nursing, the changes of psychological status, quality of life, sleep quality and other parameters of the two groups were compared. Results: the psychological status, quality of life and sleep quality of patients with coronary heart disease were changed after nursing, and the improvement effect was more obvious after nursing. From the aspect of improvement effect, the improvement of psychological status, quality of life and sleep quality in the observation group were more obvious, and there were statistical differences between the two groups ($P < 0.05$). Conclusion: the application of traditional Chinese medicine nursing in the clinical nursing of patients with coronary heart disease has a positive effect on the normal recovery of patients with coronary heart disease, improves the psychological status of patients, promotes the improvement of patients' quality of life and sleep quality score, and allows patients to maintain good physical and mental health, which has high application value and can be popularized and applied.

[Key words] coronary heart disease; TCM nursing; Psychological status; Sleep quality; Quality of life

引言

冠心病是目前临床中发生率非常高的一种疾病,主要发生原因是冠状动脉粥样硬化,进而导致患者的冠状动脉狭窄,严重者出现堵塞、心脏缺血缺氧等,引发严重的心衰而造成死亡。从目前临床调查数据统计发现,近年来冠心病的发生概率呈现出上升的趋势,尤其是社会老龄化严重、心血管疾病低龄化的发展趋势下,这种类型的疾病发生率不断升高,对治疗和康复的要求更高。在当前治疗的环节,选择合适的治疗和护理措施才能保证冠心病患者的生命健康逐步的恢复,提高患者生活质量。具体来说,应用中医护理的方式帮助患者恢复最佳的生活状态,对提高患者的生存质量产生积极作用。本文选择100例冠心病患者进行研究,主要探讨中医护理模式在冠心病护理过程中对提高患者生活质量、睡眠质量、心理状况方面的作用,具体内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般的资料

将我院2023年1月~2024年1月之间接收的100例冠心病患者进行研究,分为对照组和观察组,每组50例。经过数据对比,发现两组患者在年龄、性别、病情、药物治疗等方面没有任何的差异($P>0.05$)。对照组男19例,女31例,平均年龄 66.6 ± 10.2 岁;观察组男20例,女29例,年龄 68.3 ± 9.6 岁。

1.2 方法

对照组采用常规护理模式,根据当前心血管内科的护理方法进行,包含监控患者病情、制定合理饮食计划,对患者进行健康教育、心理疏导等,让患者身心保持良好的状态,积极配合医护人员进行治疗,提高护理效果。

观察组在对照组患者的基础之上增加中医护理模式,具体包含如下几个方面:

(1) 养息。中医角度中所说的养息并不等同于休息,而是针对冠心病患者的身体实际情况,确保休息和睡眠时间足够,减少大脑活动的反应时间,也能够减小大脑活动的强度,保持良好的身心状态。在患者展开护理的环节,结合患者的病情以及护理的实际情况,选择合适的休息方法,让患者保持足够的静养和修复时间,确保冠心病患者的心肌缺血症状得以改善,也能够保持良好的心脏状态^[1]。

(2) 中医情志护理。中医情志护理应用的环节,了解患者的情绪状态以及预后的条件,并采取合理的护理措施。冠心病患者治疗以及康复的环节,心理状态的变化非常大,特别是长期受到疾病影响的情况下,患者难免会出现严重的负面情绪。冠心病患者以老年人群为主,尤其老年人群自身素质比较差,治疗周期比较长,情绪变化比较大,和家属、护理人员的沟通交流不畅,导致心理状态下降。结合当前的冠心病患者心理状态,采用中医情志护理的措施,护理人员随时关注患者的心理状况变化,给予患者足够的鼓励,并且耐心讲解病情变化的情况,让患者了解自己的病情以及康复治疗措施。进而,保持最佳的情绪状态,积极配合医护人员进行治疗,确保各项治疗措施发挥应有的作用。

(3) 寒热护理。冠心病属于心脏疾病的类型,其发生原因比较多,这就需要患者在治疗的环节采取必要的保温和向阳措施,使得心脏时刻保持最佳状态。对于冠心病的患者康复治疗的环节应处于向阳的房间中,并且及时进行被褥的晾晒,使得室内的温度时刻保持在合理的范围内,对病情的恢复有重要作用。此外,患者日常生活以及睡眠的期间对患者进行巡视检查,及时进行覆盖保温,让患者心经处于正常循环的状态,进而确保身心状况得以改善。而对于冬季寒冷季节以及夜晚来说,护理人员的巡视检查频率适当增大,随时了解患者的具体情况,以便采取合理的护理措施^[2]。

(4) 保持规律生活。从中医角度分析,让患者保持规律的生活以及作息时间,患者的身心健康恢复速度不断加快,对冠心病的治疗以及恢复有重要作用。春夏季节的特点是昼长,是中医理论中养阳的最好时间,也是冠心病恢复的最佳时期。在这种情况下,对患者采取必要指导性措施,指导患者适当的午休和早起。而冬季夜长昼短,最为适宜的是养阴,所以重视冠心病患者的滋养心阴极为重要。冠心病患者护理的环节了解患者心肌供血的实际状况,尤其秋冬季节时嘱咐患者早睡晚起,让患者有足够的休息时间,身体状况恢复更加明显。从上述护理措施来看,体现出中医护理角度中“天人相应、天人合一”的相关理念。具体护理工作开展的环节,随时监控患者的日常生活作息状态,加强巡视,并给予患者进行必要知识讲解,让患者了解到休息的重要性,并且根据当前季节的变化调整作息的时间,保证冠心病患者的恢复状况得以改善。

(5) 时辰和环境。传统中医学认为疾病的治疗、保健以及养生的环节都要根据时辰的特点选择合适方式,这样才能够促进疾病的恢复。手少阴(即心经)午时初刻起于腋下极泉穴,午时未刻终于手小指端之少冲穴,也就是护理的过程中选择每日中午11点左右完成。这样可以使得药物在心经循环速度加快,运转速度提升,也能使药物在血液中的浓度逐步改善,使得治疗效果得到全面提升^[3]。而午时,也就是中午11点至下午1点是一天中阳气最旺盛的时节。中医理论中适宜扶阳养阴,让患者注意休息,保持足够的精力。而对于环境方面来说,重视室内的清洁和卫生,适当的简单装饰,同时人员走动、说话声调、电视音量等方面合理调整,确保室内处于静谧的环境之中。冠心病患者治疗的环节保持心理状态的平稳,避免血压骤然升高或者跌倒猝死等情况,所以重视病房以及家庭环境的改善,保证患者环境中没有危险性因素,且防止患者出现严重的情绪波动变化。

(6) 中医特色护理。针对患者病情展开针对性护理,比如按摩,选择内关、曲池穴进行案例,每次按摩10min,每日2次,促进患者身体健康恢复。

1.3 评价指标

应用抑郁、焦虑自评量表(SDS、SAS)评价患者护理前后的抑郁、焦虑情况;应用睡眠质量评估量表评价护理前后的睡眠质量;应用GQOLI-74量表评估患者护理前后的生活质量。

1.4 统计学方法

表 1 两组护理前后心理状况对比(x±s, 分)

组别	SDS 评分		SAS 评分	
	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=50)	62.17±4.18	39.04±2.51	60.06±5.59	41.87±1.02
对照组 (n=50)	62.65±4.93	48.27±3.62	60.47±5.02	52.04±3.36
t 值	10.752	26.821	4.358	36.021
P 值	0.31	0.001	0.85	0.000

表 2 两组睡眠质量对比(x±s, 分)

组别	睡眠质量		睡眠障碍		睡眠时间	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=50)	7.28±1.49	2.78±0.41	6.16±2.53	2.68±0.27	8.71±1.14	3.22±1.67
对照组 (n=50)	7.35±1.23	4.60±1.85	6.25±2.81	4.44±1.35	8.35±1.26	5.60±1.10
t 值	5.258	10.691	12.582	9.222	4.878	2.528
P 值	0.62	0.000	0.75	0.001	0.33	0.000

表 3 两组生活质量对比(x±s, 分)

组别	躯体功能		社会功能		物质生活	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=50)	62.21±5.48	87.34±2.16	65.81±6.76	92.13±1.04	52.48±5.17	90.04±1.23
对照组 (n=50)	62.98±4.76	75.15±3.15	65.32±7.04	84.69±2.56	52.12±5.90	85.66±3.57
t 值	16.355	20.529	15.682	7.388	21.058	19.025
P 值	0.48	0.002	0.55	0.000	0.32	0.001

Clinical Application Research of Nursing Care

采用SPSS20.0软件处理数据, 计量($\bar{x} \pm s$)表示, t 检验, $P < 0.05$ 说明有统计差异。

2 结果

2.1 两组心理状况对比

护理前两组患者的焦虑、抑郁评分无统计差异($P > 0.05$); 护理后两组心理状况都有改善, 且观察组改善较为明显, 数据对比存在统计差异($P < 0.05$), 见表1。

2.2 睡眠质量对比

护理前两组患者睡眠质量无差异($P > 0.05$); 护理后两组睡眠质量都有改善, 且观察组改善较为明显, 数据对比存在统计差异($P < 0.05$), 见表2。

2.3 生活质量对比

两组患者护理前生活质量对比无差异($P > 0.05$); 护理后两组生活质量都有改善, 且观察组改善较为明显, 数据对比存在统计差异($P < 0.05$), 见表3。

3 讨论

冠状动脉粥样硬化心脏病也就是临床中所说的冠心病, 这类病症发生之后对患者的身体健康造成很大的影响, 尤其是影响患者的日常生活, 甚至多项生命体征指标变化异常, 难以满足日常生活要求^[4]。就目前来说, 冠心病患者发病之后容易出现冠状动脉血管狭窄、供血不足, 长期因为冠脉供血不足而造成严重的心源性心脏病。冠状动脉的发生和多种因素存在直接的关系, 比如情绪、生活习惯、饮食习惯、运动状态等, 如果患者存在不良情绪, 或者生活习惯存在较为严重的问题, 极易出现严重的冠心病。除了上述因素之外, 很多冠心病患者都是因为过度劳累、情绪激动等现象的出现导致病情加重, 极易出现呼吸急促、心绞痛等症状, 也面临着较大的心理负担, 造成生活质量下降、睡眠质量不足, 无法达到正常生活的状态, 对家庭和谐以及社会的稳定发展都造成较大的影响。随着近年来冠心病发生率呈现出上升的趋势, 尤其是该病向年轻群体发作, 发病的范围不断扩大, 已经威胁人们生命健康以及日常生活^[5]。

中医是传统文化瑰宝, 当前社会发展之下, 中医学发展速度加快, 融入到现代医疗领域体系之内, 对于保护人们生命健康有重要的作用。本文从冠心病患者的护理角度出发, 探讨采取中医护理措施提高冠心病护理的总体水平, 帮助患者身心健康的恢复。根据本次研究的结果分析发现, 中医护理应用到冠心病患者护理中, 对患者的心理状况、生活质量、睡眠质量方面的改善有

非常明显的优势, 观察组的各项指标改善均优于对照组, 且数据对比存在统计差异($P < 0.05$)。

经过对中医理论以及护理方法展开分析, 在中医护理的环节应用各项专业性的护理措施, 比如饮食护理、情志护理、起居护理等方面, 让患者保持良好的饮食习惯, 身体素质提升较为明显, 也具备较高的身体抵抗能力, 同时还能保持良好的心理状态, 避免负面情绪给患者的疾病造成不利影响。与此同时, 经过一段时间的治疗以及护理之后, 患者病情有所缓解, 对治疗有着较高的积极性, 情志方面恢复到正常的状态, 脏气调和, 再加上外部环境的干扰和护理, 使得患者居住生活以及治疗环节的舒适度得到全面提升, 养成良好的生活习惯, 各项病情恢复更加的明显。除了上述措施之外, 在中医护理的环节应用中医的方法展开各项治疗活动, 比如按摩、足浴、穴位贴敷等方式进行各项干预, 使得冠心病患者的心肌缺血状况改善非常明显, 尤其是针对特殊的患者采用合适的手法刺激身体各穴位, 经络之气得以激发, 达到祛邪扶正、平衡阴阳、舒经活络的效果。上述中医护理措施应用之后, 患者的睡眠改善, 身体处于快速恢复的阶段, 生活水平得到全面的提升。基于此, 中医护理方案应用到冠心病患者的临床治疗中, 针对冠心病患者能够起到良好的恢复性作用, 患者积极配合医护人员进行治疗, 各项中医护理措施也能发挥出应有的作用, 进而实现冠心病症状的快速改善, 身体恢复效果明显。

综上所述, 中医护理应用在冠心病患者中, 对患者的心理状况、生活质量、睡眠质量方面的改善有明显的的作用, 帮助患者身心健康的恢复, 可以推广应用。

[参考文献]

- [1]徐凤娟. 腹外疝患者心理及护理方法研究[J]. 临床医药文献杂志, 2015, 2(5): 952-953.
- [2]雷瑞新. 机械通气在重症急性左心衰治疗中的价值分析[J]. 中国现代药物应用, 2015, 9(21): 113-119.
- [3]陈锋, 刘景峰, 张万义. 无创机械通气对重度急性左心衰疗效观察[J]. 河北医药, 2014, 36(16): 2437-2438.
- [4]谭翠红, 郑燕青. 临床护理路径在急性左心功能衰竭患者抢救中的应用效果[J]. 中国当代医药, 2015, 22(22): 192-194.
- [5]孙贺元, 傅强. 无创机械通气治疗早期急性左心衰心输出量观察[J]. 天津医科大学学报, 2014, 20(5): 370-372.