

# 社区护理干预对居家养老冠心病病人自我管理行为的影响

田金婧

北京市大兴区清源街道社区卫生服务中心

DOI:10.32629/ffcr.v4i1.19938

**[摘要]** 目的：分析社区护理干预对居家养老冠心病病人自我管理行为的影响。方法：收集2025.01-2025.12期间，本院收治的80例居家养老冠心病患者资料，开展回顾性研究。根据护理干预方式的不同，将所有患者分为对照组（n=40例，常规护理干预）与观察组（n=40例，社区护理干预）。对比两组患者干预后的自我管理行为、心理状态、生活质量。结果：干预后，观察组患者的各项自我管理行为评分、各项生活质量评分，均明显高于对照组患者，且观察组患者的焦虑、抑郁评分，均显著低于对照组患者，差异均有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：对居家养老冠心病病人实施社区护理干预，可有效增强患者的自我管理行为、改善心理状态、并提升生活质量，取得了良好的临床效果。

**[关键词]** 冠心病；居家养老；社区护理干预；自我管理行为

中图分类号：R473.2 文献标识码：A

## The Impact of Community Nursing Interventions on Self-Management Behaviors in Home-Care Patients with Coronary Heart Disease

Jinqiang Tian

Qingyuan Street Community Health Service Center, Daxing District

**Abstract:** Objective: To analyze the impact of community nursing intervention on self-management behavior of home-based elderly coronary heart disease patients. Method: A retrospective study was conducted on the data of 80 home-based elderly coronary heart disease patients admitted to our hospital from May 1, 2025 to May 12, 2025. According to different nursing intervention methods, all patients were divided into a control group (n=40, conventional nursing intervention) and an observation group (n=40, community nursing intervention). Compare the self-management behavior, psychological state, and quality of life of two groups of patients after intervention. Result: After intervention, the self-management behavior scores and quality of life scores of the observation group patients were significantly higher than those of the control group patients, and the anxiety and depression scores of the observation group patients were significantly lower than those of the control group patients, with statistical significance ( $P<0.05$ ). Conclusion: Implementing community nursing interventions for home-based elderly coronary heart disease patients can effectively enhance their self-management behavior, improve their psychological state, and enhance their quality of life, achieving good clinical results.

**Keywords:** coronary heart disease; home-based elderly care; community nursing intervention; self management behavior

### 引言

冠心病即冠状动脉粥样硬化性心脏病，是临床较为常见的一种心血管疾病，在中老年群体中较为高发。患者通常会出现呼吸困难、胸闷、乏力等临床症状<sup>[1-2]</sup>。由于冠心病是一种慢性疾病，患者需长期服药治疗，因此大部分患者经住院治疗控制病情后，均选择居家疗养<sup>[3-4]</sup>。但部分患者对疾病的认知较少，其自我管理能力较差，难以取得理想的治疗效果。

因此，为提升居家养老冠心病患者的治疗效果、有效控制病情，应采取科学、有效的护理干预措施。鉴于此，本研究即对社区护理干预对居家养老冠心病病人自我管理行为的影响展开分析与讨论，具体如下。

### 1 对象和方法

#### 1.1 对象

收集2025.01-2025.12期间，本院收治的80例居家养老

冠心病患者资料,开展回顾性研究。根据护理干预方式的不同,将所有患者分为对照组( $n=40$ 例,常规护理干预)与观察组( $n=40$ 例,社区护理干预)。所有患者均符合冠心病的临床诊断标准。排除标准为:合并其他严重疾病者;心、肝、肾等器官功能严重不全者;存在认知功能或精神障碍者。

## 1.2 方法

### 1.2.1 常规护理干预

向患者开展常规健康宣教,讲解冠心病相关内容;向患者讲解居家护理的基本内容,如:定期测量血压、血糖、遵照医嘱用药等;进行常规的用药、饮食、运动指导;通过电话、微信等方式定期随访,了解患者居家时期的治疗情况。

### 1.2.2 社区护理干预

(1) 成立社区护理小组,组内成员应包括全科医生、社区护理人员、社区医生;小组根据患者的病历信息建立健康档案,通过电话沟通、上门随访等方式了解患者护理需求,并制定个体化的护理干预计划;

(2) 结合患者的理解能力、文化水平等,采取适当方式(如:播放视频、一对一讲解等)开展健康宣教,向患者详细讲解冠心病相关知识,包括发病机制、病情发展特点、治疗方式等;可将冠心病疾病知识印制成册,发放给患者及其家属,以加深疾病认知;向患者讲解常见并发症的特点以及应对方式,叮嘱患者如有异常应及时就医;向患者及其家属讲解并示范正确的急救方式;

(3) 结合患者身体情况及个人喜好,制定个性化的饮食方案;叮嘱患者日常饮食应以低盐低脂为主,避免摄入辛辣油腻等刺激性食物,可适量多摄入新鲜蔬果及优质蛋白质;向患者强调健康的生活习惯对于疾病控制的重要性,叮嘱其养成规律的作息习惯;结合患者身体状况,指导进行适当运动,可选择太极拳、散步等形式;

(4) 根据患者实际用药情况,给予针对性的用药指导,包括用药方式、剂量、时间等,确保患者遵照医嘱正确用药,并告知患者用药后可能出现的不良反应以及应对措施;建立微信群,定期推送冠心病相关健康科普内容,并于群内解答患者提出的疑问,鼓励患者每日在群内分享用药、运动、饮食情况;

(5) 社区护士应定期上门随访,了解患者疾病进展情况,关注其心理状态及情绪变化,指导患者通过深呼吸、正念冥想等方式缓解心理压力,鼓励患者以积极的态度面对疾病;结合随访情况合理调整护理计划,以提升整体护理干预效果。

### 1.3 观察指标

本研究需对比两组患者的:

自我管理行为:采用CSMS冠心病自我管理量表对两组

患者进行评估,包括症状管理(总分4~20分)、疾病知识管理(总分5~25分)、治疗依从性管理(总分2~10分)、日常生活管理(总分4~20分)、不良嗜好管理(总分4~20分)、急救管理(总分3~15分)、情绪认知管理(总分4~20分),共7个维度,分数越高则表明患者的自我管理行为越好。

心理状态:分别采用HAMA汉密尔顿焦虑量表(总分56分)、HAMD汉密尔顿抑郁量表(总分68分)对两组患者进行评估,分数越高则表明患者的焦虑、抑郁情绪越严重,心理状态越差;

生活质量:采用GQOLI-4-74生活质量综合评定问卷对两组患者进行评估,包括躯体功能、心理功能、社会功能、物质生活状态,总分均为0~100分,分数越高则表明患者的生活质量越高。

## 1.4 统计学分析

本次研究的数据使用SPSS 24.0软件进行统计学分析,用 $\bar{x} \pm s$ 表示计量资料,使用 $\chi^2$ 和%表示计数资料, $P < 0.05$ 为数据差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者基线资料对比

对照组患者中包含男性25例(62.50%)、女性15例(37.50%),平均年龄为 $67.72 \pm 3.54$ 岁,平均病程为 $6.62 \pm 1.39$ 年;观察组患者包含男性24例(60.00%)、女性16例(40.00%),平均年龄为 $67.93 \pm 3.76$ 岁,平均病程为 $6.36 \pm 1.57$ 年;可见,两组患者在性别分布( $\chi^2=0.053$ ,  $P=0.818$ )、平均年龄( $t=0.257$ ,  $P=0.798$ )、平均病程( $t=0.784$ ,  $P=0.435$ )方面,均无显著差异,不具有统计学意义( $P > 0.05$ )。

### 2.2 两组患者自我管理行为对比

结果显示,接受干预后,观察组患者的症状、疾病知识、治疗依从性、日常生活、不良嗜好、急救、情绪认知管理评分分别为 $16.02 \pm 1.97$ 分、 $20.06 \pm 1.43$ 分、 $8.42 \pm 0.48$ 分、 $15.69 \pm 1.21$ 分、 $15.54 \pm 1.96$ 分、 $11.47 \pm 1.03$ 分、 $15.38 \pm 1.42$ 分,对照组患者的症状、疾病知识、治疗依从性、日常生活、不良嗜好、急救、情绪认知管理评分分别为 $12.91 \pm 1.18$ 分( $t=8.565$ ,  $P=0.001$ )、 $16.87 \pm 1.43$ 分( $t=9.976$ ,  $P=0.001$ )、 $6.84 \pm 0.55$ 分( $t=13.689$ ,  $P=0.001$ )、 $12.46 \pm 1.25$ 分( $t=11.742$ ,  $P=0.001$ )、 $10.33 \pm 1.17$ 分( $t=14.435$ ,  $P=0.001$ )、 $9.42 \pm 1.09$ 分( $t=8.646$ ,  $P=0.001$ )、 $12.77 \pm 1.23$ 分( $t=7.787$ ,  $P=0.001$ ),可见,观察组患者的各项自我管理行为评分,均显著高于对照组患者,差异均有统计学意义( $P < 0.05$ )。

### 2.3 两组患者心理状态对比

结果显示,接受干预后,观察组患者的HAMA、HAMD评分分别为 $7.39 \pm 1.28$ 分、 $8.36 \pm 1.05$ 分,对照组患者的HAMA、HAMD评分分别为 $9.66 \pm 1.25$ 分( $t=8.025$ ,  $P=0.001$ )、

10.27±1.46分 ( $t=6.717, P=0.001$ ), 可见, 观察组患者的各项评分均显著低于对照组患者, 差异均有统计学意义 ( $P<0.05$ )。

#### 2.4 两组患者生活质量对比

结果显示, 接受干预后, 观察组患者的躯体功能、心理功能、社会功能、物质生活状态评分分别为 81.27±3.32分、82.36±4.12分、82.43±4.17分、84.79±4.72分, 对照组患者的躯体功能、心理功能、社会功能、物质生活状态评分分别为 76.91±3.28分 ( $t=5.909, P=0.001$ )、77.32±4.04分 ( $t=5.524, P=0.001$ )、77.82±4.23分 ( $t=4.909, P=0.001$ )、79.46±4.42分 ( $t=5.213, P=0.001$ ), 可见, 观察组患者的各项生活质量评分, 均显著高于对照组患者, 差异均有统计学意义 ( $P<0.05$ )。

### 3 讨论

随着经济水平的不断提高, 人们的生活习惯与饮食结构均发生了巨大的变化, 加之人口老龄化问题的加剧, 冠心病的发病率也随之上升<sup>[5]</sup>。冠心病是一种慢性疾病, 为控制病情发展, 患者通常需要长期服药治疗, 同时也需要患者养成健康的生活行为习惯。但部分老年患者对疾病的认知较少, 导致其临床依从性与自我管理能力的均较差, 不利于病情康复。

常规护理模式的干预措施往往集中于患者住院治疗期间, 且多依赖医护人员的临床经验开展护理工作, 护理措施较为单一, 导致整体的护理效果并不理想<sup>[6]</sup>。本次研究对 80 例居家养老冠心病患者资料进行回顾性分析后显示, 干预后, 观察组患者的各项自我管理行为评分、各项生活质量评分, 均明显高于对照组患者, 且观察组患者的焦虑、抑郁评分, 均显著低于对照组患者。分析其原因为, 社区护理干预模式强调以患者为中心, 构建了社区护理小组, 对患者的基本情况进行了全面评估, 为后续制定并实施个体化的护理干预方案奠定了基础。通过多元化的健康宣教, 可帮助患者建立科学、正确的疾病认知观念, 并深刻理解疾病管理对于病情控制的重要性, 进而促使患者积极、主动地参与并配合疾病护理工作, 同时也有助于患者形成自我管理意识, 掌握基本的自护技巧<sup>[7-8]</sup>。通过个体化的饮食、运动、用药指导, 有助于患者增强体质, 控制疾病发展。通过定期随访、提供心理护理, 可全面掌握患者居家时期的疾病管理情况, 并针对其负

性情绪展开心理疏导, 帮助其缓解心理压力, 改善心理状态<sup>[9-10]</sup>。社区护理干预模式将院内护理延续至院外, 为患者提供了涵盖健康宣教、心理护理、用药指导等多个维度的护理服务, 不仅有助于控制病情发展, 同时也可改善患者整体的生活质量水平。

综上所述, 对居家养老冠心病病人实施社区护理干预, 可有效增强患者的自我管理行为、改善心理状态、提升生活质量, 取得了良好的临床效果, 具有较高的推广价值。

#### [参考文献]

- [1] 阴毅, 肖锋, 赵莹. 医院-社区-家庭联动模式对首诊冠心病患者院外自我管理行为、遵医行为的影响[J]. 河南医学研究, 2025, 34(1): 164-168.
- [2] 陈芝君. 基于多维度评估的老年冠心病患者居家护理需求及干预策略探讨[J]. 医学论坛, 2025, 7(12): 54-56.
- [3] 丁焕. 社区-家庭一体化护理模式在出院后冠心病患者中的应用效果[J]. 中国民康医学, 2022, 34(23): 179-182.
- [4] 林娜, 谢思欣. 医院-社区-家庭跟进式一体化健康管理模式在冠心病患者中的应用效果分析[J]. 心血管病防治知识, 2024, 14(21): 60-62, 66.
- [5] 袁茜. 社区健康宣教在冠心病患者中的应用以及对血脂水平的影响[J]. 心血管病防治知识, 2022, 12(2): 28-30.
- [6] 夏爱婷. 社区护理在老年冠心病患者居家康复中的应用效果分析[J]. 中国社区医师, 2025, 41(1): 90-92.
- [7] 陈娜. 社区护理干预在冠心病患者中的应用效果[J]. 中外医药研究, 2024, 3(25): 126-128.
- [8] 张涣淙. 基于微信平台的居家护理模式对冠心病患者术后用药依从性及生活质量的影响[J]. 新疆医学, 2022, 52(5): 593-596.
- [9] 陈利云, 张海燕. 医院-社区-家庭联动模式护理对冠心病患者自我管理行为及生活质量的影响[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2022, 7(23): 1-3.
- [10] 暨小燕. 个体化社区护理对冠心病患者的干预效果分析[J]. 中国医药指南, 2023, 21(26): 149-152.

#### 作者简介:

田金婧 (1986.04-), 女, 北京市大兴区人, 本科, 主管护师, 研究方向为中医及社区护理。