

优质护理在冠心病护理中的应用及患者焦虑状况分析

秦佳宝 车姚

吉林大学白求恩第二医院, 吉林 长春 130000

[摘要]目的: 探讨冠心病护理措施中优质护理实施效果及对患者焦虑状况的影响。方法: 将医院 2023 年至 2025 年内收治的 100 例冠心病患者根据奇偶数法随机分成两组, 分别是对照组 (n=50, 常规护理) 及研究组 (n=50 例, 优质护理), 借助焦虑量表 (SAS) 及匹兹堡睡眠指数 (PSQI) 评估患者心理焦虑状况及睡眠情况, 对比生活质量及护理质量。结果: 研究组患者焦虑状况 SAS 评分及睡眠质量 PSQI 评分在护理后均低于对照组 ($P<0.05$)。评估对比生活质量及护理质量均是研究组高于对照组 ($P<0.05$)。结论: 针对冠心病患者而言, 在护理工作中采取优质护理可以有效缓解患者焦虑状况, 改善睡眠质量, 有助于生活质量逐渐提高。

[关键词] 优质护理; 冠心病; 焦虑; 睡眠质量; 护理效果

DOI: 10.33142/cmn.v4i1.19014

中图分类号: R473.5

文献标识码: A

Application of High-quality Nursing in Coronary Heart Disease Nursing and Analysis of Patient Anxiety Status

QIN Jiabao, CHE Yao

The Second Norman Bethune Hospital of Jilin University, Changchun, Jilin, 130000, China

Abstract: Objective: to explore the implementation effect of high-quality nursing in coronary heart disease nursing measures and its impact on patients' anxiety status. Method: 100 patients with coronary heart disease admitted to the hospital from 2023 to 2025 were randomly divided into two groups using the odd even method: a control group (n=50, receiving routine care) and a study group (n=50, receiving high-quality care). The patients' psychological anxiety and sleep status were evaluated using the Anxiety Scale (SAS) and Pittsburgh Sleep Index (PSQI), and their quality of life and nursing were compared. Result: the SAS score of anxiety status and PSQI score of sleep quality in the study group were lower than those in the control group after nursing ($P<0.05$). The evaluation and comparison of quality of life and nursing quality showed that the study group was higher than the control group ($P<0.05$). Conclusion: for patients with coronary heart disease, adopting high-quality nursing in nursing work can effectively alleviate patients' anxiety, improve sleep quality, and gradually improve their quality of life.

Keywords: high quality nursing; coronary heart disease; anxiety; sleep quality; nursing effect

冠心病是当前临床比较多见的一种心脏疾病,同时也属于慢性病,大多数因为冠状动脉粥样硬化发生后,使得血管内腔逐渐发生狭窄与闭塞后,进而诱发心肌缺氧与缺血,导致患者出现心绞痛症状。疾病发生原因比较复杂,可能在日常生活中多个因素影响,比如情绪过于激烈或者是身体过度劳累等,当患者在经过一段时间休息或者情绪逐渐稳定后,症状会逐渐得到缓解。根据相关研究报道^[1],冠心病患者容易产生焦虑情绪,而且会经常在发作心绞痛的情况下出现。因为疾病病程较长,患者需长期接受相关治疗,这也是导致焦虑情绪产生的一个原因,所以冠心病患者临床护理措施配合应用有着重要作用。优质护理作为当前比较常用的一种现代化护理措施,该方法可以注重“以人为本”理念,并融入人文关怀,同时在护理内容上追求精细化与个性化,可以满足患者个性需求,并强化心理疏导,做好康复有关指导,以确保患者身心健康恢复,改善焦虑情绪,进而提高生活质量^[2]。基于此,下文研究主要选取医院冠心病患者,分析优质护理实施效果。

1 资料与方法

1.1 基础资料

随机选取 2023 年 1 月至 2025 年 6 月医院 100 例冠心病患者为对象,并在奇偶数法分组,资料见表 1。

表 1 患者一般资料

组别	n (例)	性别 (男/女)	平均年龄 (岁)	平均病程 (年)	体重指数 (kg/m ²)
对照组	50	27:23	61.38±3.52	5.89±0.55	23.37±1.22
研究组	50	29:21	61.47±3.45	5.69±0.61	23.42±1.14
χ^2/t		0.162	0.129	1.722	0.212
P		0.687	0.898	0.088	0.833

1.1.1 纳入标准

(1) 入院经综合检查明确诊断是冠心病; (2) 病史资料搜集完整; (3) 意识清晰均可进行正常交流沟通; (4) 了解研究内容并自愿签署同意书。

1.1.2 排除标准

(1) 严重免疫系统疾病; (2) 精神疾病; (3) 合并

其他心脏疾病；(4) 依从性较差。

1.2 方法

对照组进行常规护理,主要是根据心内科有关冠心病指南,做好患者用药干预,严格告知患者按时用药,进行知识教育,并观察患者病情变化,提供舒适环境,稳定患者情绪,并做好基础病房巡视,防止并发症发生。

研究组主要实施优质护理,内容有:(1)多元化健康教育:详细了解患者的相关病情信息,针对性进行健康教育。若患者对疾病认知较差,可以利用播放宣传片、放幻灯片、聘请专家讲座、一对一讲解等方式加强患者对相关疾病的认知,增加患者工作依从性及康复信心。(2)优质心理疏导:因为患者长时间受到症状影响,容易出现焦虑或者是不安等情绪,护理人员应热情主动与患者沟通,并根据患者精神、心理状态以及个性特征选择相应的沟通方式来了解患者产生来源,同时向患者说明保持健康心理对于康复重要性,鼓励患者积极面对困难时保持良好的心态。为患者讲述成功病例建立康复信心。可以配合音乐放松患者身心,首先了解患者对音乐喜好和选定患者喜欢的音乐,最好选择温和和舒缓的曲调,其次选择环境清静的空间开始播放音乐,并根据患者的感受进行音量的选择,指导患者闭目养神、尽力降低自己呼吸频率以及放松身体肌肉,回忆美好画面促使患者保持冥想。(3)优质饮食指导:为了促进患者病情得到康复,日常生活饮食有着一定作用,需要对患者饮食摄入方式作出对应的改变,保证患者可以通过饮食获得足够的蛋白质、维生素、膳食纤维等,例如高质量的瘦肉、鸡蛋、牛奶、新鲜蔬菜以及水果等。同时,选择软性易消化的食物,减少其包含的糖分、脂肪以及热量,并禁止一些浓茶或者酒精等摄入,防止病情加重。(4)优质用药护理:冠心病药物作为主要控制措施,长期稳定服用药物为关键,护理人员需解释一些与药物相关的详细信息,包括用药方法及注意事项等,注重遵医嘱的重要性,可以发放用药的使用说明书,尤其是针对用药量的控制,避免自行更改用药量。告知患者平时常备硝酸酯类的药物,以应对突发时可以及时采取处理措施从而避免病情加重。密切关注患者的服药情况,以此降低因服药而产生的不良反应的可能性。(5)睡眠护理:了解患者生活习惯以及日常作息,制订患者合理方案。通常护理工作尽可能安排在日间进行,尽量减少夜晚进行护理工作时间,以免影响患者的休息。制定良好生活习惯规律作息,并严格控制患者睡觉时间。在睡前禁止饮用兴奋性强的饮品,睡前可以饮用一杯温热的牛奶或者用热水泡脚,餐后服用可刺激中枢药物。(6)康复训练:当患者病情得到稳定控制后,指导患者进行深呼吸训练,此动作要求患者处于坐、站等状态下完成,在稳定呼吸时轻轻闭上眼睛,尽可能全身放松,然后通过鼻孔缓缓吸气,再通过口将气呼出,如此反复,5min/次,每天两次。利用弹力带进行抗阻运动,具体方

式为伸展大腿肌群、收缩腹部肌群、拉长后臂三头肌、屈曲前臂二头肌、提举下肢等,依次重复完成每个动作,每组完成后休息 2min,每天进行 1 次弹力带抗阻运动。(7)预见性护理:需告知患者准备好紧急药物用于心绞痛发作时应急,并随身携带急救卡(包含姓名、联系人(姓名和联系方式)以及用药情况(种类、服法、剂量)等),对疾病发作因素有一定的认识,以便掌握病情变化,及时进行处理。加强对冠心病以及症状的了解程度和自我护理能力,鼓励患者积极参与到护理过程中;定期评估和护理计划的调整,对病情以及并发症情况进行持续监测。

1.3 观察指标

(1)焦虑状况:经焦虑自评量表(SAS)作出评估^[3],该评估分值分界值是 50 分,随着分数提高焦虑程度加重。

(2)睡眠质量:经匹兹堡睡眠指数(PSQI)评估,分值越高睡眠质量越差。

(3)生活质量:通过健康调查简表(SF-36)评估,分值越高生活质量越高。

(4)心功能:经心功能仪测量记录指标,有左室射血分数(LVEF)、心每搏量(SV)、心脏指数(CI)。

(5)护理质量:本次经自制问卷方式进行调查,评估内容有健康宣教、症状控制、护理态度及人文服务,随着分数提高护理质量也增高。

1.4 统计学分析

采用 SPSS 26.0 开展研究数据处理,计量资料用($\bar{x} \pm s$)描述,用 t 检验,计数资料用 n (%) 表示,用 χ^2 检验,结果为 $P < 0.05$ 提示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 焦虑状况及睡眠质量

经护理干预后研究组患者 SAS、PSQI 评分均低于对照组 ($P < 0.05$)。

表 2 两组患者 SAS、PSQI 评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n (例)	SAS 评分		PSQI 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	50	54.36 ± 2.85	47.51 ± 2.41	9.64 ± 1.25	8.05 ± 0.87
研究组	50	54.47 ± 2.96	45.28 ± 2.33	9.72 ± 1.31	6.77 ± 0.75
t		0.189	4.704	0.312	7.880
P		0.850	0.001	0.755	0.001

2.2 生活质量

研究组生活质量 SF-36 评分高于对照组 ($P < 0.05$)。

表 3 两组患者 SF-36 评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n (例)	社会功能	生理功能	心理功能	躯体功能
对照组	50	70.25 ± 3.33	70.47 ± 3.25	70.59 ± 3.36	70.67 ± 3.28
研究组	50	74.61 ± 4.15	74.52 ± 3.34	74.41 ± 3.28	74.25 ± 3.13
t		5.794	6.145	5.753	5.583
P		0.001	0.001	0.001	0.001

2.3 心功能指标

研究组患者心功能指标均优于对照组 ($P < 0.05$)。

表4 两组患者心功能指标对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	LVEF (%)		SV (mL)		CI (L/min · m ²)	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	53.34 ± 2.54	56.67 ± 3.15	65.24 ± 3.48	70.25 ± 4.17	3.04 ± 0.42	3.12 ± 0.55
研究组	53.41 ± 2.63	60.25 ± 4.19	65.39 ± 3.62	74.22 ± 3.89	3.09 ± 0.31	3.42 ± 0.48
t	0.135	4.829	0.211	4.923	0.677	2.906
P	0.893	0.001	0.833	0.001	0.500	0.005

2.4 护理质量评估

研究组护理质量高于对照组 ($P < 0.05$)。

表4 对比两组护理质量评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n (例)	健康宣教	症状控制	护理态度	人文服务
对照组	40	19.41 ± 2.33	19.37 ± 1.85	19.28 ± 1.91	19.36 ± 1.28
研究组	40	22.08 ± 1.41	22.16 ± 1.36	22.08 ± 1.42	22.07 ± 1.33
χ^2		6.2005	7.6850	7.4406	9.2853
P		0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

3 讨论

近几年在生活水平逐渐提高下,人们饮食结构也逐渐多样化,在生活压力增加下日常运动减少,再加上不良习惯,使得许多疾病发生率增高。有相关资料调查显示,吸烟酗酒、高血压、情绪过度波动和精神压力大等均是导致冠心病发生的主要因素^[4]。一旦患有冠心病后,患者容易产生心肌缺血、缺氧情况,出现胸闷、心肌与乏力症状,病情容易反复发作,给日常生活工作造成极大影响,且随着时间逐渐推移下,患者逐渐出现焦虑、抑郁及不安情绪,长期维持显著负性情绪激发能够使机体释放交感神经活性,进而促使患者释放更多糖皮质激素和肾上腺素等,并导致血管过度收缩、心脏耗氧量增加、血压升、心率加速,进而增加心律失常、心绞痛,影响治疗效果与预后转归,严重危害患者的生命健康^[5]。因此,对于冠心病患者不仅需做好日常治疗,还需关注护理措施应用,在确保病情控制同时改善患者焦虑情绪,以提高依从性进而积极配合工作,维持良好身心健康状况。

以往临床中传统护理方法是常规护理,由于大多数护理工作较为被动,根据不同病情的患者实施一些常规病情监测等,护理内容较为单一,并不能够满足患者的各个方面的需要。近几年在医学研究持续探索下,优质护理逐渐得到关注且应用在临床疾病护理中^[6]。优质护理方式更加科学化与全面化,能够充分考虑患者需求,关注患者情绪波动、心理疏导等各方面,根据具体患者的情况采用优质的护理手法,获得良好的护理效果。在本研究中借助有关量表进行评估对比可见,研究组患者焦虑情绪评分及睡眠PSQI评分护理后均低于对照组 ($P < 0.05$)。这也表示优

质护理实施可以有效改善患者焦虑情绪,提高睡眠质量,该结果和周芳^[7]等人内容相符。原因分析:优质护理过程中通过进行健康指导活动帮助患者进一步认识自身疾病,增进对护理人员护理行为的信赖感,提高患者本身的知识水平,避免因缺少信息从而带来恐惧与焦虑感。而且教导患者在进行心理干预期间正确感知自身情绪反应,积极参与工作、重视自身心态构建,有效缓解患者焦虑情绪。优质护理能够加强对患者生活的干预,便于纠正患者不良习惯,规范日常生活行为,防止不良生活及饮食习惯导致病情加重。

在生活质量及护理质量评估中,研究组高于对照组 ($P < 0.05$)。这也说明优质护理措施对于提高患者生活质量有着积极作用,且护理质量较高。原因分析:优质护理相较于常规护理可以更为人性化与全面化,可使患者深入了解自身病症情况,提高患者自我保护意识和遵医行为,同时也可促进护理人员的专业素养及技术水平提升,以提高护理服务质量^[8]。优质护理注重患者个性化心理指导、健康宣教、康复锻炼、用药指导及饮食建议等,可有效缓解或减轻他们的不良情绪,提高依从治疗的自信度,增加遵医行为以及主动参与治疗活动的积极性,加快患者康复时间,进而改善患者的生活质量。

在心功能康复效果方面评估,本次研究组患者在护理干预后各项心功能指标均高于对照组 ($P < 0.05$)。这也说明优质护理可以促进患者心功能逐渐恢复,该结果和陈英梅^[9]等人内容相符。原因分析:优质护理可通过增强患者健康教育促使患者对健康有较高认识,同时与患者合作进行心理疗法以及音乐疗法,使患者心理压力得到缓解,鼓励患者积极参与康复训练,如通过弹性绳索提供辅助性抵抗锻炼等,可提高肌力,促进心功能改善。

综上,冠心病患者经优质护理干预可以取得理想效果,结合患者个人实际情况,提供优质护理服务,可改善患者焦虑情绪及睡眠质量,促进心功能恢复,提高生活质量。但受研究时间以及样本数量的限制,导致研究存在一定局限性。期望以后增大样本数量、延长研究时间的研究,为促进临床护理质量的提升提供可行性。

[参考文献]

- [1]程利利,王娟,马乃文,等.优质护理干预对老年冠心病患者心理状态及睡眠质量的影响[J].贵州医药,2025,49(3):503-504.
- [2]刘树桦,樊佳佳.优质护理在冠心病护理中的应用效果及对患者生活质量的影响[J].生命科学仪器,2024,22(6):230-231.
- [3]林焯婷,张天华,黄梅.运动训练联合优质护理对冠心病患者生活质量、心功能的影响[J].心血管病防治知识,2024,14(13):78-80.
- [4]李玲娟.优质护理联合双心护理对冠心病患者经皮冠状

动脉介入术后心功能以及焦虑情绪的影响[J].黑龙江中医药,2024,53(3):333-335.

[5]陈艳娇,郑丽容,林守钰.门诊优质护理对冠心病患者心理状态及疾病认知能力的影响[J].心血管病防治知识,2024,14(3):55-58.

[6]侯晶晶.舒适护理联合优质护理在冠心病患者无痛消化内镜检查中的应用价值[J].中西医结合心血管病电子杂志,2024,12(3):95-98.

[7]周芳.优质护理应用于冠心病护理中的效果及对患者睡眠质量的影响分析[J].婚育与健康,2023,29(19):181-183.

[8]杨莉君,马红波,李娟,等.基于临床路径的优质护理对冠

心病患者行冠状动脉支架置入术后康复及并发症发生率的影响[J].中国医药导报,2018,15(1):177-180.

[9]陈英梅.优质护理模式对老年冠心病合并高血压患者血压水平、生活质量的影响研究[J].基层医学论坛,2023,27(18):71-73.

作者简介:秦佳宝(1999.5—),男,毕业院校:吉林医药学院,所学专业:护理学,当前就职单位:吉林大学白求恩第二医院,职务:护士,职称级别:护师;车姚(1993.11—),女,毕业院校:长白山职业技术学院,护理专业,就职:吉林大学第二医院,职务:护士,职称:主管护师。