

# 健康教育在老年人心血管内科护理中的应用

冉龙菊<sup>1</sup> 全吟<sup>2</sup>

武警重庆总队医院 重庆 400061

**摘要:**目的:探讨健康教育在老年人心血管内科护理中的应用效果。方法:选择2019年1月-2021年6月我院心血管内科收治的老年人患者120例为对象,按照随机数字表法分为对照组和观察组,每组60例。对照组用常规健康教育,观察组用针对性健康教育。比较常规健康教育与针对性健康教育干预的效果,调查两组患者的健康知识知晓度和遵医行为。结果:观察组健康知识知晓度高于对照组, $P < 0.05$ 。观察组遵医行为优于对照组, $P < 0.05$ 。观察组随访疾病复发率低于对照组, $P < 0.05$ 。结论:老年人心血管内科护理中应用健康教育的效果显著,针对性健康教育可提高患者的健康知识知晓度,增强患者的遵医行为,有效降低患者的疾病复发率。

**关键词:**心血管内科;老年人护理;健康教育

心血管疾病在临床上较为普遍。近些年,随着大家日常生活品质的持续升高,该病症的产生率在持续提升,其中以老年人居多。心血管疾病病人的关键临床病症为呼吸不畅与心悸等,并伴随晕厥、眩晕等病症。心脑血管病内科病症的类型较多,且起病较急,病情较长,临床医治出现一定的难度系数,需不断多次住院治疗医治,才可以对病况开展有效的操纵。若病人未获得合理的医治,易发生猝死,对病人的健康与性命安全性导致比较大的影响。在临床医治该病症时,还需给与合理的医护干预,以提升病人的愈后效果。其中健康教育知识可以获得令人满意的医护效果,促进病人医治依从性的提升,明显改进病人的日常生活品质。本科学研究致力于研究健康教育知识在老人心脑血管病内科医护中的运用效果,便于为老人心脑血管病内科医护给予参考。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选择2019年1月-2021年6月我院心血管内科收治的老年人患者120例为对象,按照随机数字表法分为对照组和观察组,每组60例。观察组年龄58-85岁,平均(74.59±4.12)岁;病程3-10年,平均(7.02±1.54)年;男性32例,女性28例;体质量指数(BMI):18-26kg/m<sup>2</sup>,平均(23.05±1.84)kg/m<sup>2</sup>;疾病类型:冠心病患者19例,高血压患者20例,充血性心力衰竭患者21例。对照组年龄:56-87岁,平均(74.42±4.09)岁;病程:4-12年,平均(7.13±1.35)年;性别:男性32例,女性28例;BMI:17-27kg/m<sup>2</sup>,平均(23.09±1.75)kg/m<sup>2</sup>;疾病类型:冠心病患者19例,心律失常患者21例,高血压患者20例。

纳入标准:①病情符合心血管疾病诊疗专家共识的诊断标准。②经临床综合检查证实病情。(3)入组资料与临床诊疗记录完善。排除标准:①具有重大脏器器质性损伤,包括肝肾脾等。②具有良恶性肿瘤。③精神疾病或(及)认知功能欠佳。两组基线数据比较, $P > 0.05$ 。

### 1.2 方法

对比组给与基本医护,对病人的病况紧密观察,给与合理的心理具体指导,平稳病人心态,并对饮食搭配开展具体指导,告之病人常见问题等。观察组给与健康教育知识。①心理干预:多数病人因为病发急,且病情较长,会发生不一样水平的欠佳心理状况,如焦躁、焦虑不安、躁动不安等,对病人的医治与恢复均会导致比较大的影响,且非常容易造成其他病症的产生。因而,需对病人的心理情况开展紧密观察,给与合理的疏通与干预。详尽告之病人病症有关专业知识,对医治方案开展解读,表明有关常见问题与愈后状况等,便于提升病人对病症的理解水平。对病人细心解读与疏通,心态亲和,提升与病人沟通交流,拉进与病人的间距,细心聆听病人的诉求,有效进行心理疏导。告之病人取得成功医治的病案,清除其欠佳心理。带动病人塑造医治的自信心,并提升病人的医治积极主动性。告之病人保持平稳心理心态的必要性,积极主动相互配合医护人员医治。与病人创建优良的护患关系,提升沟通交流,给与关注与爱惜,为病人给予优良的医护自然环境,保证病人积极主动相互配合医护。②健康饮食具体指导:提升对病人的饮食搭配具体指导,高度重视饮食搭配医护干预。不合理饮食搭配会影响病人病况的恢复,需告之病人构成优良饮食习惯的必要性。嘱病人多食膳食纤维与含有维他命素的食材,尽可能降低摄取高人体脂肪成

**通讯作者:**全吟,1979年5月,汉族,女,重庆,武警重庆总队医院心内科,护理主管护师,本科

分与高胆固醇类食材。饮食搭配应以口味淡为主导,根据病人的爱好挑选有效的饮食搭配方案。告之病人戒烟、戒酒,构成优良的生活方式。防止暴饮暴食,多服用蔬菜水果与新鲜水果。③健康教育知识教育:多数病人对自身病症不足了解,需提升对病人健康教育知识教育。向病人解读病症的引起要素、医治对策及愈后状况。告之病人有关常见问题与医护方式等,便于让病人对该病症具备一定的了解。具体指导病人恰当吃药方式,告之病人全面遵医嘱服药,病人亲属对病人服药状况开展监管。向病人以及亲属解读药品名字、药理效果、常见问题与副作用等,嘱病人准时吃药。让病人搞清楚健康教育知识的目地,对医护干预的效果开展了解,以促进病人医治依从性的提升。针对病人的疑惑需及时解释,详尽解读医治方式,并解读恢复专业知识。保证病人积极主动相互配合医治,提升病人对医护工作人员的信赖感。告之病人优良的医治依从性对恢复的意义与价值,确立告之病人不全面遵医嘱服药的伤害,并正确引导病人自主听从日常医治与医护。④健康运动具体指导:告之病人提升运动锻炼,制定有效的运动方案,告之病人坚持不懈锻炼。防止长时间运动,坚持不懈劳逸结合,根据病人自身耐受力与身体状况有效调节运动状况。保

证运动循序渐进,便于持续提高病人的体质。告之病人构成优良的日常生活作息习惯,根据病人自身爱好挑选适合的运动项目,如慢跑、广场舞、太极拳、散步等。告之病人日常充裕歇息,防止经常熬夜或过多疲劳。

### 1.3 观察指标

(1) 自制量表调查患者的健康知识知晓度,包括疾病知识和用药知识、心态稳定以及健康饮食、运动锻炼,每个项目评分0-100分,得分高说明健康知识知晓度高。(2) 参照文献制定问卷调查患者的遵医行为,总分100分,完全遵从评分 $\geq 95$ 分,部分遵从评分 $\geq 80$ 分,不遵从评分 $\leq 79$ 分。(3) 对比回访出院后健康宣教对病人疾病复发率。

### 1.4 统计学分析

利用SPSS22.0软件完成统计学分析。计数资料以[例(%)]表示,采用 $\chi^2$ 检验;计量资料以 $(\bar{x}\pm s)$ 表示,采用 $t$ 检验。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组健康知识知晓度比较

观察组健康知识知晓度高于对照组, $P < 0.05$ 。见表1。

表1 两组健康知识知晓度比较 ( $\bar{x}$ , 分)

组别	<i>n</i>	疾病知识	用药知识	心态稳定	健康饮食	运动锻炼
观察组	60	95.27±2.31	93.42±2.09	94.28±3.41	93.32±3.29	92.75±4.12
对照组	60	87.30±5.76	85.14±4.72	87.82±5.06	85.46±5.72	82.38±5.05
<i>t</i>		9.948	12.425	8.201	9.227	12.325
<i>P</i>		0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

### 2.2 两组遵医行为比较

观察组遵医行为优于对照组, $P < 0.05$ 。见表2。

表2 两组遵医行为比较 (*n*, %)

组别	<i>n</i>	完全遵从	部分遵从	不遵从
观察组	60	50 (83.33)	7 (11.67)	3 (5.00)
对照组	60	39 (65.00)	11 (18.33)	10 (16.67)
$\chi^2$		5.263	1.046	4.227
<i>P</i>		0.022	0.306	0.040

### 2.3 两组随访疾病复发率比较

观察组随访疾病复发率低于对照组, $P < 0.05$ 。见表3。

表3 两组随访疾病复发率比较 (*n*, %)

组别	<i>n</i>	疾病复发率
观察组	60	4 (6.67)
对照组	60	12 (20.00)
$\chi^2$		4.615
<i>P</i>		0.032

## 3 讨论

心血管内科疾病属于非常常见的一类疾病,疾病发展速度快,病程时间长,严重者会引发猝死等不良结局,目前临床治疗心血管内科疾病主要采取药物治疗,但是患者治疗依从性好坏直接影响疾病的临床疗效。健康教育属于慢性疾病治疗和护理工作中非常重要的措施,对于老年心血管内科护理工作中应用健康教育,具体包含疾病知识介绍、言语鼓励、纠正不良生活习惯、家属指导、科学饮食、提升依从性、合理运动以及保持

充分休息等措施。为患者提供疾病知识介绍,可以使患者正确认识自身所患疾病,利用言语鼓励,帮助患者建立战胜疾病的信心,对患者家属进行指导,可以帮助患者家属掌握更多疾病知识,为患者提供良好的日常护理与照顾,对患者不良生活习惯及时纠正,可以帮助患者保持良好的生活习惯,从而提高身体康复速度;利用合理饮食与运动指导,可以使患者保持最佳身体状态,显著提升患者身体素质,使其良好的应对疾病;指导患者保持充足休息,使其具有良好的精神与静力。

心血管内科患者的病情复杂程度高,大多数患者的病程长,有复发率高、迁延难愈等特点,患者均需长时间治疗,遵医嘱正确用药对患者的病情控制非常关键,情绪稳定和心情舒畅也是患者病情控制效果维持的重点,对患者的病情预后改善有积极作用,并可有效预防患者发生严重并发症。心血管疾病已经成为影响人们身体健康的重要疾病之一,对我们的生命安全造成强烈的威胁,是一种集中发源于老年患者的疾病。此类疾病患者在临床上的主要临床特点为头晕、晕厥以等症状。心血管疾病作为一种对患者的循环系统产生影响的疾病,在临床中具有显著特征,主要是发病概率高,并且危险性高,极有可能导致患者死亡,因此也具有较高的死亡率。临床实践工作中发现,在对心血管疾病患者治疗后,如果给予患者及时的护理,可以更好的巩固护理效果及作用,减少患者病症反复发作的可能,有效减少患者因疾病身体状况恶化现象的发生,可以大大降低心血管疾病的死亡率。因此在对心血管疾病治疗过程中,需要给予患者及时高效的护理干预是十分重要的工作内容。

我们所说的健康教育,主要是以对患者的病症合理的分析,采用计划性的系统性的教育方式向患者普及疾病以及治疗等相关的知识,提高患者对疾病的认识,并且促使患者在日常的生活,选择更加适合自己的科学的生活方式与饮食习惯等,降低生活中不良的生活习惯对患者病症的消极影响,提高患者的生活质量的同时为患者的身体健康提供有效的保障,因此给予患者健康教育是非常重要并且必要的。本文主要是对老年心血管内科患者展开护理时,应用健康教育对患者的护理方法与护理作用进行探究。

心血管内科患者的病情控制和恢复影响因素较多,患者病情稳定控制要关注临床护理,采用适宜的护理干

预患者,提高患者的疾病认知程度,促使患者的病情得到持续有效的控制。本文用针对性健康教育的效果显著,患者对健康知识的知晓度明显提高,遵医行为完全遵从率为83.33%,高于常规健康教育的65.00%,说明患者的病况得到全方位的控制。笔者认为:(1)针对性健康教育以患者为中心,基于心血管内科患者的疾病特征和身心特点等,为患者制定适宜有效的护理方案,强调护理服务的个体化与针对性,确保每项护理工作适合心血管内科的老年患者。(2)针对性健康教育重在患者沟通,全方位了解患者的内心想法和日常生活概况,帮助患者及时纠正负面情绪,消除患者对临床治疗和用药方案的担忧,使患者学习正确的不良情况处理方法,增强患者的临床治疗配合度。(3)针对性健康教育注重了解患者的日常生活习惯和发生,注意纠正患者的不良习惯,指导患者以积极的心态面对病情,主动进行适宜的活动锻炼,使其身心状态得以改善,加强患者的病情稳定。(4)针对性健康教育符合心血管内科老年人护理的需求,每项护理服务的可行性高,可满足患者多方面的护理需求,多方面纠正患者的错误认知,深度改善患者的不健康心理,维持患者的机体抵抗力,这对患者的病情恢复和控制有积极作用。

综上所述,健康教育在老年人心血管内科护理中的应用可行性高,可获得较好的护理效果,能提高患者的健康知识知晓度,改善患者的遵医行为。

#### 参考文献

- [1]张晓宇.健康教育在老年人心血管内科护理中的应用分析[J].中国医药指南,2020,18(27):165-166.
- [2]崔丽琴,张向东.健康教育在老年人心血管内科护理中的应用分析[J].黔南民族医学学报,2020,32(2):121-123.
- [3]滕琿.健康教育在老年人心血管内科护理中的应用分析[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(44):319.
- [4]韦丽.心理护理模式对老年心血管疾病患者的护理应用效果分析[J].心理月刊,2021,16(3):156-157.
- [5]王爱华.健康教育在老年性心血管疾病患者中的应用效果[J].中国医药指南,2021,19(4):4-6.
- [6]宋梅.健康教育在老年人心血管内科护理中的应用效果[J].中国医药指南,2020,18(36):194-195.
- [7]赵凤宇.健康教育护理对社区老年高血压患者治疗效果的影响[J].继续医学教育,2020,34(4):114-115.