

慢性心力衰竭康复治疗的临床研究进展

黄世战

河池市宜州区洛西镇卫生院 广西河池 546306

【摘要】血流动力学变化、心肌梗死等发生后,心肌功能障碍,心肌结构发生异常,心室供血严重不足,最终导致慢性心力衰竭(CHF)发生。随着医学研究的不断深入,临床上治疗CHF的方法逐渐多样化,目前以利尿剂、硝酸酯类药物疗法为主,根据患者具体情况调控药物用量。在药物治疗基础上,又衍生出很多治疗方法,如康复疗法。本文围绕康复治疗CHF展开研究,整合近年来康复治疗的相关研究,综述CHF的研究进展。

【关键词】慢性心力衰竭;康复疗法;研究进展

【中图分类号】R541.6

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753(2020)02-187-02

前言:

运动耐力下降是慢性心力衰竭(CHF)的典型症状,在CHF早期患者运动耐力下降,在就医或休息后症状缓解,随着病情进展,患者运动耐力持续下降,体液潴留、心肌梗死等发生风险增加^[1]。导致CHF的因素众多,董肖等^[2]通过调查大量临床患者,发现CHF患者多数伴有心脏病史,部分患者有高血压、心脏瓣膜退行性病变等疾病,可见CHF的发生与心血管病有密切关系,临床治疗CHF中以降低血压、重建血运等方法为主,针对病因对CHF患者进行治疗,能迅速控制病情,加速患者康复。在医学技术的不断发展下,CHF患者的康复疗法变得多样化,因此本文围绕近年来康复疗法的研究进展讨论,现综述如下。

1 慢性心力衰竭康复治疗简述

1.1 康复治疗优势

邱亮等^[3]对康复治疗在CHF患者中使用的优势进行阐述,研究中指出运动疗法能有效增加CHF患者的心肌功能,提高心脏的氧气摄入量及无氧阈值。适当运动有助于扩张血管,恢复心脏正常起搏,指导患者运动期间正确呼吸,避免过度通气损伤心脏。运动能显著提升患者的骨骼肌量,优化肌纤维功能,且对脑钠肽、去甲肾上腺素的产生进行抑制。长期坚持运动,机体副交感神经活性被提升,血管内皮功能得以改善,心肌缺血、缺氧状态被改善,加快心肌重构,使心血管疾病发生风险下降。

1.2 康复治疗作用机制

吴楠^[4]在报道中总结康复治疗对机体的作用机制:对心脏本身来说,冠脉舒缩恢复正常,冠脉侧支重建,心肌血流量增加,心电信号稳定且心脏射血分数增加;外周效应,骨骼肌对氧分子敏感性提升,机体摄氧量增加,血流动力学水平被优化;糖代谢、脂肪代谢加快,血小板聚集动作受到抑制。

2 康复疗法研究进展

2.1 有氧运动

陈秀琴^[5]认为有氧运动有助于快速改善CHF患者的心脏功能,进而提升其生活质量。抗阻训练、耐力训练及弹性训练等均包括在有氧运动疗法中,耐力运用目的在于提高患者氧气摄入量,运动时长可控制在1小时内,如指导患者步行、慢跑等,注意活动前需进行15min作用的热身活动,每周至少进行3次有氧运动,才能保证康复治疗效果。

2.2 中医疗法

中医在我国具有悠久历史,在CHF患者康复治疗中渗透

中医内容,能有效提升患者的治疗效果。汪云等^[6]在CHF患者康复训练中编制一套健身操,监督患者每天按时练习,结果表明患者心功能被显著改善,康复训练期间患者心情舒畅,日常生活能够自理,自我效能大幅提升,可见以中医学为基础的健身操对CHF患者的康复大有益处。研究中还提出针刺、按摩等中医疗法,针刺疗法以补泻手法为主,不留针。神门、内关、足三里、间使穴等作为主穴,将肺俞、膻中作为配穴,根据CHF患者具体情况选择合适穴位进行针刺,如腹胀者主穴+足三里与中脘穴。按摩疗法适用于早期CHF患者,采用向心按摩手法。若患者病情较重,建议先在远心端即四肢开始按摩,再逐渐向近心端靠近,进而减少患者肿胀、气促等症状。

2.3 饮食疗法

控制饮食也是改善CHF患者的常用康复疗法,在孙莉莉等^[7]报道中指出,烟酒是CHF患者的大忌,因此必须戒烟戒酒。食物以清淡、富含钙钾镁的食材为主,禁食油腻、刺激、辛辣食物,患者每日必须摄入充足的维生素,进而促进肠胃蠕动,防止便秘。尤其是CHF老年患者,需遵循低脂肪、低热量饮食原则,严格控制每日钠盐摄入量,少食多餐,避免增加心脏负荷。此外,平时注重对CHF患者的健康教育,让患者知晓日常生活中的相关禁忌,在饮食、运动等方面注意自我规划和管理。

2.4 社会心理疗法

CHF患者的内心变化也会对其病情进展产生一定影响,刘军^[8]认为焦虑、抑郁等情绪的出现,会妨碍患者康复治疗,使患者丧失治疗自信,不利于其快速康复。因此必须对CHF患者实施心理疗法,通过多种方式缓解患者紧绷情绪,逐步消减其不良情绪,常见的心理疗法包括:暗示疗法,给予患者积极的心理暗示,以医院既往大量成功治疗案例为基础,暗示患者疾病是可以治愈的,提高患者康复治疗的配合度;疏导法,与患者有效沟通,了解其内心困惑、不安根源,通过口头讲解、图片及视频等为患者答疑解惑,鼓励患者倾诉,避免患者产生憋闷感,进而不配合治疗;音乐疗法,目的在于转移患者注意力。

3 康复疗法效果的评估研究进展

3.1 6分钟步行测试

王闪等^[9]提出6分钟步行测试,让患者平地行走6min,观察其有无气喘、呼吸困难等症状。记录患者在规定时间内走过的距离,对患者进行为期3个月的康复训练后再次测量患者行走距离,若患者6min行走距离增加,说明康复训练有效。

3.2 心肺运动试验

心肺运动试验是测量患者心功能的重要工具,何飞等^[10]认为心功能III级患者体力较差,必须适当卧床休息。心功能共分4级,随着分级数的增加,CHF患者临床症状越严重。当心功能达到IV后,提示患者必须立即进行治疗。

4 小结

综上所述,慢性心力衰竭作为临床上常见疾病,尽早实施治疗能有效提升患者心功能及生活质量。因此本文以康复疗法为起点,综述近年来国内康复治疗的相关研究进展,同时分析康复疗法优势及作用机制。康复疗法是慢性心衰的新型疗法,其效果在大量临床研究中得到肯定,相信随着临床医学的不断进步,慢性心衰治疗会有新的进展。

参考文献:

- [1] 申文佳,杨巧芳.慢性心力衰竭患者症状群的研究进展[J].职业与健康,2019,35(14):2011-2016.
- [2] 董肖,凌洁,刘斌,等.慢性心力衰竭病因病机及中医辅助治疗研究进展[J].实用中医药杂志,2018,25(7):871-872.
- [3] 邱竞,王徐乐,卢文杰,等.运动康复治疗对慢性心力衰竭再同步化治疗长期疗效的影响[J].医药论坛杂志,

2019,30(2):23-26.

- [4] 吴楠.个体化心脏运动康复疗法在慢性心力衰竭患者心脏康复中的应用[J].国际医药卫生导报,2018,24(24):3843-3846.
- [5] 陈秀琴.有氧运动联合抗阻运动在慢性稳定性心力衰竭患者心脏康复中的应用[J].中国实用医刊,2019,46(4):67-69.
- [6] 汪云,李莎.基于中医理论的健身操干预法在慢性心力衰竭患者中的应用[J].中华现代护理杂志,2018,24(4):453-455.
- [7] 孙莉莉,张灿,马春艳,等.DASH饮食疗法对慢性心力衰竭患者生活质量和再住院率的影响[J].中华现代护理杂志,2018,24(7):822-825.
- [8] 刘军.双心治疗和单心治疗慢性心力衰竭患者疗效的比较[J].心脏杂志,2018,30(3):300-302.
- [9] 王闪,周策,孙兴,等.6min步行试验训练对院外慢性心力衰竭患者焦虑抑郁的影响[J].河北医学,2019,25(5):853-855.
- [10] 何飞,周新浪,陈达开,等.运动康复训练对冠心病慢性心力衰竭患者心功能的影响[J].中华物理医学与康复杂志,2019,41(1):58-60.

(上接第185页)

- [1] 蔺林,鲁倩,汤欣玥,等.鼻腔盥洗对血管运动性鼻炎治疗作用的初步研究[J].中华耳鼻咽喉头颈外科杂志,2017,52(6):446-452.
- [2] 刘怀涛,马瑞霞,程雷,等.难治性变应性鼻炎的外科治疗[J].山东大学耳鼻喉眼学报,2017,31(3):18-21.
- [3] 刘涛,顾凌澜,许伟民,等.低温等离子消融术治疗变应性鼻炎的疗效及对患者生活质量影响的分析[J].中国中西医结合耳鼻喉科杂志,2017,25(2):99-101,108.
- [4] 王宇娟,杨晓蓉,景阳,等.低温等离子消融术与药物治疗中重度变应性鼻炎的中期疗效比较[J].中国中西医结合耳鼻喉科杂志,2017,25(4):304-305,288.
- [5] 吴国会,刘奇.低温等离子射频消融术治疗常年性变应性鼻炎并发支气管哮喘临床疗效及安全[J].医药前沿,2017,7(28):66-68.
- [6] 李元庆.内镜下翼管神经切断术治疗鼻高反应性疾病的meta分析[J].临床医药文献电子杂志,2017,4(10):1845,1847.
- [7] 赵长青,张艳廷,何敏等.翼管神经切断术在变应性

鼻炎治疗中的作用[J].中华耳鼻咽喉头颈外科杂志,2017,52(7):484-490.

- [8] 齐岩,刘俊其,彭舒娅,等.鼻内镜下选择性翼管神经切断术对伴有变应性鼻炎的慢性鼻窦炎的疗效观察[J].山东大学耳鼻喉眼学报,2019,33(1):109-113.
- [9] 姚文丽,袁锋,楼志平,等.鼻内镜下鼻后神经+咽支切断术治疗变应性鼻炎疗效观察[J].浙江临床医学,2019,21(1):85-86.
- [10] 李泳鹏.鼻内窥镜下鼻后神经切断术治疗变应性鼻炎分析[J].系统医学,2019,4(20):35-37.
- [11] 成美好,杨隆震,叶怀玉等.鼻中隔矫正联合射频消融治疗伴有鼻中隔偏曲的中重度变应性鼻炎临床观察[J].中国眼耳鼻喉科杂志,2017,17(1):43-45,54.
- [12] 刘壮,杜红芳,薛媛,等.鼻内镜下鼻中隔矫正联合下鼻甲黏膜下部分切除术治疗伴鼻中隔偏曲的变应性鼻炎[J].中国中西医结合耳鼻喉科杂志,2017,25(3):215-219.
- [13] 罗一鸣.鼻内镜下鼻中隔矫正术对治疗变态反应性鼻炎的临床效果观察[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(1):1-2.

(上接第186页)

为后续服药依从性提升主要因素,达到最佳二级预防目的。

参考文献:

- [1] 罗倩,张莉,朱榕等.动机性访谈对高血压患者血压控制与服药依从性影响的Meta分析[J].解放军护理杂志,2017,34(2):7-12,38.
- [2] 杨永,张瑛,杨连招等.不同信息化干预方式对社区老年原发性高血压病患者服药依从性的干预效果研究[J].中国全科医学,2017,20(10):1240-1244.
- [3] 王吉英,肖光青,王彦等.社区高血压患者自我管理、服药依从性及家庭护理需求现状调查[J].中华现代护理杂志,

2018,24(19):2319-2323.

- [4] 蔡小红,邹瑞,金肖云等.高血压患者治疗措施依从性及健康教育后疗效[J].中国老年学杂志,2017,37(2):468-470.
- [5] 王宏伟,李洪玉.上海市奉贤区老年高血压病人服药依从性的影响因素分析[J].中西医结合心脑血管病杂志,2018,16(9):1236-1238.
- [6] 徐海燕,吴颖颖,李娜等.护理干预对门诊高血压患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2019,25(11):111-113.
- [7] 胡康,朱小柔,张幸等.健康教育对社区高血压患者服药依从性的干预效果评价[J].中国健康教育,2018,34(4):304-308,316.