

自我护理对慢性心力衰竭患者自护能力影响分析

余志敏

泗阳县中医院心病科 江苏宿迁 223700

〔摘要〕目的 分析自我护理对慢性心力衰竭患者自护能力的影响。方法 选取我院慢性心力衰竭患者 66 例（2019 年 4 月至 2020 年 5 月），随机分为常规护理的对照组（33 例）与自我护理的观察组（33 例），观察患者自护能力。结果 与对照组相比，观察组自护能力评分高， $P < 0.05$ 。结论 给予慢性心力衰竭患者自我护理，能促进患者自护能力的提升，值得借鉴。

〔关键词〕自我护理；慢性心力衰竭；自护能力

〔中图分类号〕R473.5 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165（2021）03-127-02

心力衰竭是一种心肌损伤，发病原因较多，如心肌梗死、心肌梗死等，患者患病后出现心肌结构及功能的变化，而持续心力衰竭状态就是慢性心力衰竭^[1]。近年来，该病发病率越来越高，大大降低人们健康水平。慢性心力衰竭病程较长，对于患者来讲，其必须提高自护能力，延缓病情发展，改善预后^[2]。本研究选取我院慢性心力衰竭患者 66 例，观察自我护理效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2019 年 4 月至 2020 年 5 月，选取我院慢性心力衰竭患者 66 例，随机分为 2 组，各 33 例。对照组男 19 例，女 14 例，年龄 47 至 75（ 64.38 ± 2.81 ）岁，初中及小学学历 10 例，高中学历 15 例，高中以上学历 8 例，观察组男 18 例，女 15 例，年龄 48 至 74（ 63.54 ± 2.34 ）岁，初中及小学学历 9 例，高中学历 16 例，高中以上学历 8 例。一般资料对比， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组：保持良好的病房环境，给予心理支持、饮食指导等。

观察组：①慢性心力衰竭患者病情较为严重，针对这类患者，需为其提供全面的护理，了解其身体情况，协助咳嗽、

排痰。指导患者练习床上排便，便秘者需按摩其腹部，并且注意饮食，可在其中多添加纤维素丰富的食物。注意患者排便时叮嘱不能大力排便，可通过药物辅助排便。②指导患者在床上进行简单的活动，如关节活动、肢体肌肉等长收缩等。③在患者病情得以缓解的情况下，辅助患者进行日常活动，主要进行床旁活动及呼吸训练，然后根据恢复情况加大活动强度。在患者耐受的情况下进行八段锦、太极拳等全身运动。④患者对慢性心力衰竭认知不足，因此，需进行完善及系统的健康教育，叮嘱患者养成良好的生活习惯，使其坚持进行功能锻炼。

1.3 观察指标

自护能力：汉化修正版自我护理能力评估量表，3 个维度，评分高即自我护理能力好。

1.4 统计学方法

SPSS20.0，计量资料表示： $(\bar{x} \pm s)$ ，t 检验，计数资料表示：n，%， χ^2 检验， $P < 0.05$ ，差异有统计学意义。

2 结果

2.1 自护能力对比

干预后，观察组发展的自理需要（ 13.28 ± 3.65 ）分，一般的自理需要（ 12.39 ± 2.41 ）分，健康欠佳时的自理需要（ 11.64 ± 3.52 ）分，均高于对照组， $P < 0.05$ ，见表 1。

表 1：自护能力对比（分）

组别	发展的自理需要		一般的自理需要		健康欠佳时的自理需要	
	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组（n=33）	7.24 ± 2.16	9.17 ± 2.71	6.28 ± 2.13	9.36 ± 2.18	7.63 ± 2.17	9.98 ± 3.18
观察组（n=33）	7.20 ± 2.28	13.28 ± 3.65	6.49 ± 2.24	12.39 ± 2.41	7.65 ± 2.15	11.64 ± 3.52
t	0.0731	5.1935	0.0056	5.3562	0.0376	2.0102
P	0.9419	0.0000	0.9955	0.0000	0.9701	0.0486

3 讨论

慢性心力衰竭临床发病率较高，患者常存在困乏无力、呼吸困难等症状。患者发病后必须进行及时有效的治疗，否则会加重病情，危及为生命安全^[3]。在慢性心力衰竭患者治疗期间，不仅要进行积极治疗，还应配合科学、规范的护理措施。慢性心力衰竭患者出院后依然会带病生存一定时间，因此，必须对其自护能力的提高引起重视，增强患者健康意识，能积极进行自我护理，促进身体康复。

本研究结果中，与对照组相比，观察组自护能力评分高， $P < 0.05$ 。自我护理最主要的目的就是提升患者自护能力，

使其能在不同场所及各种情况减少不良因素影响，提高自身行为及习惯的规范性，促进病情康复^[4]。将其应用于慢性心力衰竭患者护理中，全面了解患者病情情况，根据严重程度开展护理。病情严重阶段，积极指导患者咳嗽、排痰，并且通过有效的措施防止患者便秘，练习床上排便，叮嘱相关注意事项，能避免患者卧床期间出现各种不良情况影响身体康复。指导患者进行肢体活动，能促进血液循环，避免下肢深静脉血栓的发生，防止给患者带来不必要的伤害。病情缓解时期加强患者日常活动指导，以患者耐受为度，并且在恢复

(下转第 129 页)

管理能力水平，与接受护理后的情况比较，如表 1 所示。

3 讨论

糖尿病具有很高的发病率，是危害人身体健康的一种常见慢性疾病，现代社会我国居民的饮食习惯和生活习惯都出现了较大的变化，糖尿病发病率逐年上升，糖尿病足的发病率也有所增长^[5]。糖尿病足是典型的糖尿病并发症之一，可以造成患者足部疼痛、溃疡以及组织坏死等，严重者可导致截肢^[6]。针对糖尿病足高危患者的临床护理干预，需要重点关注患者对足部护理知识的掌握，以及患者自我管理能力水平的提升，加强了解疾病病因、疾病症状、家庭护理以及临床治疗等，掌握足够多的足部护理知识，提高护理水平，预防并发症发生^[7]。延续性护理是一种比较先进的护理理念和方案，可以在常规护理基础上对出院患者进行跟踪护理，通过电话、QQ、微信等社交方式与患者保持长期的有效交流，实时掌握患者血糖控制情况以及糖尿病足隐患问题，并对患者进行全面的护理干预和错误纠正，使得患者自我管理能力得到有效的提升，提高家庭护理水平，确保生活质量满足患者需求^[8]。

本研究结果表明，护理前两组足部护理知识掌握程度以及自我管理能力相近，无显著差异（ $P > 0.05$ ），护理后两组评分比较，观察组相比于对照组优势明显，数据差异具有统计学意义， $P < 0.05$ 。糖尿病足高危患者足部护理知识掌握情况以及自我管理能力的提升与护理干预措施有直接关系，使用延续性护理可以预防糖尿病足发生，值得应用。

综上所述，延续性护理干预在糖尿病足患者足部护理知识以及自我管理能力提升上具有良好效果，有助于患者控制

血糖，及时纠正家庭护理错误，起到预防糖尿病足的作用，护理效果显著，应该广泛应用。

〔参考文献〕

- [1] 林伟梅阳阳, 林丽娜. 延续护理干预对糖尿病足患者自我管理能力的影 响[J]. 广西中医药大学学报, 2019, 01(001):91-94.
- [2] 熊华英. 延续护理对 2 型糖尿病患者自我护理能力和健康行为的影响[J]. 湖北科技学院学报(医学版), 2016, 30(01):76-77.
- [3] 晏曼, 徐勤勇, 朱光祥, 等. 糖尿病患者延续性护理的研究进展[J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2018, 39(07):94-96.
- [4] 汪娟. 糖尿病足高危患者采用延续性护理对足部护理知识与患者自我管理能力的影 响[J]. 医学研究, 2020, 02(01):84.
- [5] 黄银珍. 糖尿病足高危患者采用延续性护理对足部护理知识与患者自我管理能力的影 响[J]. 中华养生保健, 2020(1):128-129.
- [6] 吕婵. 糖尿病足高危患者采用延续性护理对足部护理知识与患者自我管理能力的影 响[J]. 糖尿病新世界, 2019, 022(018):162-163.
- [7] 王敏. 延续护理对糖尿病足高危患者足部护理知识与患者自我管理能力的影 响分析[J]. 双足与保健, 2019, 28(23):96-97.
- [8] 王静. 延续护理对糖尿病足高危患者足部护理知识与患者自我管理能力的影 响价值分析[J]. 糖尿病新世界, 2019, 22(23):138-139.

(上接第 126 页)

注：两组对比， $p < 0.05$

2.2 两组护理人员管理前后 SAS、SDS 情况

如表 2 所示，在工作人员 SAS、SDS 心理评分上，观察组护理后评分降低程度明显多于对照组，对比有统计学意义（ $p < 0.05$ ）。

表 2：两组护理人员管理前后 SAS、SDS 对比（ $\bar{x} \pm s$, 分）

分组	时间	SAS	SDS
观察组	护理前	54.72±4.83	56.75±4.24
	护理后	31.67±3.65	34.45±3.16
对照组	护理前	52.16±5.32	55.82±3.53
	护理后	42.75±2.19	43.17±2.35

注：两组护理前对比， $p > 0.05$ ，两组护理后对比， $p < 0.05$

3 讨论

新型冠状病毒肺炎隔离病房护理管理工作中，需要做好

护理人员的人性化管理，这样护理人员才有更好的状态对待患者，提升患者的身心体验。具体处理上，要做好患者与护理人员双方面的心理建设，保持更好的防护措施，提升双方的心理安全感。细节上要优化生活管理，提升身心舒适度。

总而言之，新型冠状病毒肺炎隔离病房的护理管理中，对患者与护理人员都采用人性化管理模式，可以更大程度的提升护理质量，改善工作人员心理压力，整体状况相对更为理想。

〔参考文献〕

- [1] 张鹏, 王瑞英, 周琦瑛. 新型冠状病毒肺炎隔离病房的护理管理策略[J]. 中华护理杂志, 2020, 55(21):261-262.
- [2] 丁莉萍, 张雪飞, 高瑞雪, 等. 新型冠状病毒肺炎疑似病例隔离病房的护理管理对策[J]. 心肺血管病杂志, 2020, 39(6):646-649.
- [3] 韩辉武, 邓桂元, 周诗, 等. 新型冠状病毒肺炎重症隔离病房护理管理策略[J]. 护理学杂志, 2020, 35(12):62-64.

(上接第 127 页)

良好的情况下增加活动强度，进行全身运动等，对身体康复具有重要意义。加强患者健康教育，叮嘱其坚持功能锻炼，保证身体康复效果。

所以，给予慢性心力衰竭患者自我护理，能促进患者自护能力的提升，具有应用及推广价值。

〔参考文献〕

- [1] 郭海燕, 金园园, 朱艳, 等. 慢性心力衰竭患者自我监测需求的质性研究[J]. 中华现代护理杂志, 2018, 24(1):1155-1158.

- [2] 郭丽丽、徐燕、杨秀木. 基于 IMB 模型的认知行为干预在慢性心力衰竭患者中的应用[J]. 中华全科医学, 2020, 18(11):171-175.

- [3] 董忻悦, 张贤, 陆飞歆, 等. 心力衰竭管理手册对患者自我护理能力及生存质量的影响[J]. 护理学杂志, 2018, 33(8):70-73.

- [4] 陈慧玲, 王淑东. 跨理论模型联合健康教育对慢性心力衰竭患者自理能力的影响[J]. 中国健康教育, 2020, 36(3):278-281.