

康复运动治疗老年慢性心力衰竭患者的效果

王亚辉

淇县人民医院 456750

〔摘要〕目的 分析康复运动治疗老年慢性心力衰竭患者的效果。方法 对我院 2018 年 7 月至 2020 年 7 月收治的 86 例老年慢性心力衰竭患者进行研究, 根据患者入院治疗的顺序进行分组。对照组实施常规药物治疗, 观察组在此基础上实施康复运动疗法。比较两组患者心脏彩超结果以及 6 分钟步行距离。结果 治疗前, 两组患者 6 分钟步行距离无明显差异 ($P>0.05$); 治疗后, 观察组患者 6 分钟步行距离更长, LVEF、LVESD、LVEDD 指标优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。结论 对老年慢性心衰患者实施康复运动疗法, 可以明显改善患者心功能, 可以提高患者运动耐力, 具有良好的治疗效果。

〔关键词〕心力衰竭; 康复运动疗法; 心功能

〔中图分类号〕 R541.61 **〔文献标识码〕** A **〔文章编号〕** 2095-7165 (2020) 10-039-02

0 引言

心力衰竭是心血管疾病的终末期, 在我国有较高的发病率, 慢性心衰患者运动耐力下降, 严重的可并发肺水肿出现呼吸困难的症状, 严重影响了患者的日常生活。国外权威指南指出, 心脏康复运动可以减少心衰患者反复住院的次数, 能够提高患者生活质量^[1-2]。为了帮助老年慢性心衰患者更好的回归家庭与社会, 提高临床治疗效果, 我院尝试将心脏康复运动疗法用于慢性心衰患者的治疗中, 本研究对我院 80 例老年慢性心衰患者进行了对照分析, 以探讨康复运动疗法治疗效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

对我院 2018 年 7 月至 2020 年 7 月收治的 86 例老年慢性心力衰竭患者进行研究, 根据患者入院治疗的顺序进行分组。对照组男性 24 例, 女性 19 例; 年龄 60~81 岁, 平均 (72.62±2.38) 岁; NYHA II 级 17 例, III 级 26 例。对照组男性 22 例, 女性 21 例; 年龄 60~79 岁, 平均 (71.86±2.42) 岁; NYHA II 级 18 例, III 级 25 例。两组患者性别、年龄、NYHA 分级差异不大 ($P>0.05$), 能比较。

本研究已经伦理会批准, 入组标准: (1) 影像学确诊为慢性心衰; (2) 无认知功能障碍; (3) 依从性良好; (4) 患者对研究内容知情。排除标准: (1) 精神异常者; (2) 肢体功能障碍者; (3) 临床资料不全者。

1.2 方法

对照组实施常规药物治疗, 包括利尿、扩血管、强心等药物。

观察组在此基础上实施康复运动疗法, 指导患者在床上进行翻身、肢体被动活动, 运动耐受后要求患者站立, 放松身心进行深呼吸, 重复 4 次后休息 5 分钟左右再进入下个循环, 每次 15 分钟, 之后指导患者进行 5 分钟左右的肌肉拉伸活动。根据 NYHA 心功能分级以及评估结果, 指导患者进行踏车运动。踏车运动前让患者放松肌肉, 热身 5 分钟后开始运动, 运动强度由低到高, 达到预定心率后保持这一运动强度半小时, 每次训练约半小时分钟, 每日一次。第 2 周运动前进行 10 分钟热身, 运动时间延长至 45 分钟, 目标心率为 60%。治疗过程中由专业医师进行指导与监督, 并根据患者病情以及耐受力进行调整, 一旦患者出现气短等不良反应, 立即停止运动。

1.3 观察指标

治疗前与治疗后记录患者 6 分钟内最大步行距离, 步行距离越长则运动耐力越好。观察与比较两组患者心脏彩超结果。

1.4 统计学方法

应用 SPSS 18.0 统计学软件整理患者的资料, 其中正态分布计量资料选择 (均数 ± 标准差) 进行表示, 组间结果数据对比采

用 t 进行检验。 $P<0.05$ 说明两组结果具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组心脏彩超结果比较

治疗后, 观察组患者 LVEF、LVESD、LVEDD 指标优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。见表 1。

表 1: 两组心脏彩超指标

组别	LVEF (%)	LVESD (毫米)	LVEDD (毫米)
观察组	59.18±2.51	38.28±1.63	50.92±1.48
对照组	45.49±2.42	44.61±1.54	55.32±1.37
t	3.806	3.742	3.729
P	<0.05	<0.05	<0.05

2.2 两组运动耐力比较

治疗前, 两组患者 6 分钟步行距离无明显差异 ($P>0.05$); 治疗后, 观察组患者 6 分钟步行距离更长, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。见表 2。

表 2: 两组患者治疗前后 6 分钟步行试验距离 (米)

组别	治疗前	治疗后
观察组	246.89±9.15	411.04±6.43
对照组	249.62±9.08	328.73±6.57
t	1.031	3.768
P	>0.05	<0.05

3 讨论

心力衰竭是心血管疾病终末期表现, 老年心衰患者数量居高不下, 由于老年心衰患者心脏泵功能下降, 左心室收缩能力不足, 容易引起呼吸困难的症状, 同时也会出现不同程度的运动耐力下降情况。传统观点认为, 老年慢性心衰患者应该长时间卧床休养, 减轻心脏负荷。但老年慢性心衰患者长时间卧床静养, 可能影响血液循环, 导致血液粘稠度上升, 慢性心衰患者长时间卧床静养, 可能影响血液循环, 导致血液粘稠度上升。近年来国内外研究显示科学的运动训练可以改善心衰患者肌肉与运动功能, 可以提高患者骨骼肌氧利用率, 有利于改善心衰患者预后^[3]。在本研究中, 研究组 43 例老年心衰患者, 在常规药物治疗的基础上接受了康复运动治疗, 结合近年来的研究成果, 指导患者进行了心脏康复运动中最为常见的踏车训练。研究证实规律的踏车训练可以通过调节交感神经与迷走神经的张力, 增加心排血量, 减轻心脏负荷^[4]。在本研究中, 治疗后, 观察组患者 6 分钟步行距离更长, LVEF、LVESD、LVEDD 指标优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$)。由此可见, 对老年慢性心衰患者实施康复运动疗法, 可以明显改善患者心功能, 可以提高患者运动耐力。

〔参考文献〕

(下转第 44 页)

[4], 以及改善术后的生活质量, 减少经济负担, 有较好的社会效益, 值得对该项技术进行推广。

本研究, 同对照组比较, 观察组患者的病情改善幅度更大 ($P < 0.05$)。相应对照组, 观察组各手术指标更优 ($P < 0.05$)。

归纳总结得出: 对于子宫内膜息肉患者, 运用宫腔镜子宫内
膜息肉切除术, 疗效突出, 有效减少复发率。

[参考文献]

[1] 方春芳. 宫腔镜子宫内
膜息肉切除术治疗子宫内
膜息肉的临床效果及其安全性 [J]. 临床合理用药杂志, 2020, 13(09):153-154.

[2] 蔡青. 探究采用宫腔镜技术对子宫内
膜息肉进行治疗的临床
价值 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6(34):129-130.

[3] 王楠. 宫腔镜治疗子宫内
膜息肉切除术临床效果分析 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19(78):95-96.

[4] 丁瑞芳. 不同宫腔镜手术方法治疗子宫内
膜息肉的效果 [J]. 中国实用医药, 2019, 14(17):71-72.

表 2: 两组手术指标变化情况 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	手术用时 (min)	术中出血量 (ml)	住院天数 (d)
观察组	40	29.76±3.94	38.61±3.43	3.87±0.76
对照组	40	46.55±6.22	60.88±7.52	6.22±1.28
t		14.4222	17.0408	9.9842
P		0.0000	0.0000	0.0000

(上接第 38 页)

指标以及炎症因子指标水平 [4]。

通过上述结果我们可以看到, 治疗前两组肾功能指标 (Scr、BUN、Ccr) 和炎症因子指标 (IL-6、TNF- α) 无明显差异而治疗后观察组各项指标均优于对照组 ($P < 0.05$), 这说明血液透析治疗可有效改善老年慢性肾衰竭患者的肾功能、炎症因子相关指标, 临床效果显著, 可推广使用 [5]。

[参考文献]

[1] 邝桂花. 持续性血液透析治疗老年慢性肾衰竭的临床效果

与价值评价 [J]. 中国保健营养, 2020, 030(018):49.

[2] 李志玲. 对老年慢性肾衰竭合并顽固性心力衰竭患者进行血液透析治疗的效果观察 [J]. 当代医药论丛, 2020, No.18(07):105-106.

[3] 李华友, 黄雷招, 林晓玲. 老年慢性肾功能衰竭维持性血液透析的临床效果 [J]. 深圳中西医结合杂志, 2018, 028(020):91-92.

[4] 沈再平. 老年慢性肾衰竭患者血液透析治疗的相关危险因素分析 [J]. 饮食保健, 2018, 005(037):101-102.

[5] 郭金宝. 透析治疗老年肾衰竭患者的临床效果 [J]. 中国继续医学教育, 2017, 9(2):127-127.

(上接第 39 页)

[1] 谭宇军, 邓秀娟. 老年慢性心力衰竭患者治疗中应用康复运动疗法的效果探究 [J]. 心血管病防治知识: 学术版, 2019, 11(01):53-55.

[2] 张海燕. 运动康复训练在老年慢性心力衰竭治疗中的作用 [J]. 实用临床医药杂志, 2019, 5(4):70-72.

[3] 彭军, 何国歌, 潘奇峰, 等. 康复运动治疗老年慢性心力衰竭患者的有效性和安全性分析 [J]. 解放军预防医学杂志, 2019, v.37;No.223(10):14-15.

[4] 王晓蓉, 莫绍琴, 李林妮, 等. 康复运动对老年慢性心力衰竭患者心功能及生活质量的影响 [J]. 中国医药指南, 2018, 016(012):144-145.

(上接第 40 页)

改善, 上述三项指标均优于采取保守治疗的对照组患者, 组间差异明显, $P < 0.05$, 王玉召等 [5] 的研究结果与此有一定的相似性。

由本次试验结果可以看出, 经皮椎体成形术在治疗老年骨质疏松性脊柱骨折中安全、有效, 具有积极的临床应用价值。

[参考文献]

[1] 杜明永. 用经皮椎体后凸成形术治疗老年骨质疏松压缩性脊柱骨折的疗效研究 [J]. 当代医药论丛, 2016, 14(20):38-39.

[2] 白瑞飞. 经皮椎体成形术和椎体后凸成形术治疗骨质疏松性压缩性骨折效果的影响因素 [J]. 实用疼痛学杂志, 2019,

15(2):148-152.

[3] 林森, 陈小强, 周涛, 等. 骨质疏松性椎体压缩性骨折椎体成形术后再骨折的影响因素分析 [J]. 中华临床医师杂志 (电子版), 2016, 10(12):1670-1673.

[4] 卫文博, 段大鹏, 徐洪海, et al. 经皮椎体球囊扩张成形术治疗骨质疏松性椎体骨折不愈合 (Kummell 病) 的疗效 [J]. 实用疼痛学杂志, 2018, 14(4):263-267.

[5] 王玉召, 曹嫫, 王铀, et al. 经皮椎体成形术治疗老年骨质疏松性脊柱骨折疗效观察 [J]. 临床医学研究与实践, 2017, 2(9):41-41.

(上接第 41 页)

[4], 减少发生神经系统并发症。本次试验结果显示, 血液灌流联合血液透析治疗对改善慢性肾衰竭患者神经系统并发症具有积极作用, 其治疗总有效率高达 91.2%, 患者治疗后肾功能指标也明显, 且上述指标均优于单用血液透析治疗者 ($P < 0.05$), 孙文忠 [5] 的研究结果与此类似。从以上分析中能看出, 慢性肾衰竭患者应用血液灌流 + 血液透析治疗能取得很好的临床疗效, 这一治疗方案值得推广。

[参考文献]

[1] 张林昊, 张宇, 宁文龙. 血液灌流联合血液透析对慢性肾衰竭患者炎症因子及 Hcy, PTH, β_2 -MG 的影响 [J]. 黑龙江医药

科学, 2019, 042(004):147-148.

[2] 李孟建. 血液灌流联合血液透析对慢性肾衰竭患者血液及钙磷代谢指标的影响 [J]. 医疗装备, 2019, 32(02):92-93.

[3] 刘平, 李楠, 马殿宝. 血液灌流联合血液透析对慢性肾衰竭患者血清炎症因子及肾功能的影响 [J]. 国际医药卫生导报, 2018, 24(17):2669-2672.

[4] 王洋. 血液透析联合血液灌流治疗慢性肾衰竭合并骨代谢异常的效果观察 [J]. 中国现代药物应用, 2019, 013(021):21-22.

[5] 孙文忠. 血液灌流联合血液透析治疗慢性肾衰竭神经系统并发症的疗效 [J]. 当代医学, 2018, 024(015):73-75.

(上接第 42 页)

结局影响 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6(24):97-98.

[2] 谭娟. 妊娠期肝内胆汁淤积症对妊娠结局的影响观察分析 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2019, 6(29):74.

[3] 胡义革. 妊娠期肝内胆汁淤积症发病危险因素及其对妊娠

结局的影响 [J]. 中外医学研究, 2019, 17(35):30-32.

[4] 蒋秋林. 妊娠期肝内胆汁淤积症对妊娠结局的影响 [J]. 深圳中西医结合杂志, 2019, 29(12):167-168.

[5] 王淑丽. 妊娠期肝内胆汁淤积症孕妇血液流变学、凝血功能改变对妊娠结局的影响 [J]. 医学理论与实践, 2018, 31(18):2787-2789.