

冠心病的科学护理方法

李玉娇

德阳市人民医院心血管内科 618000

【中图分类号】R473.5

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 03-082-01

造成患者发生冠心病的原因是因为患冠状动脉发生粥样硬化,对机体心脏供血造成阻碍,导致患者心脏缺血和缺氧后发生的,作为临床上常见的一种疾病,冠心病的高发人群为中老年群体。近几年来,随着人们生活方式的改变和我国老龄化趋势不断加剧,我国冠心病的发病率也在不断增加。虽然医疗技术在不断进步,冠心病介入治疗的运用也越来越广泛,但在我国慢性病死亡人数中冠心病死亡人数的占比也在不断增加,除了接受治疗,加强对冠心病患者的护理对于提高患者的生存质量和提高死亡率具有重要意义。本文主要对冠心病患者的科学护理方法进行简要阐述。

1 一般护理

护理人员应该注意保持患者病房的干净整洁,定期对病房进行消毒,注意开窗通风,保持病房空气流通,合理控制病房的温度和湿度。严密观察患者的生命体征变化,观察患者是否出现胸闷、胸痛等症状。在发现患者都有心绞痛的情况或者发生心肌梗死时,应该及时联系医生进行处理,在发生以上情况时患者应该卧床休息,避免下床活动,适当的给予患者氧气吸入,协助医生做好应急处理。

2 生活护理

定期进行适量的运动,和适量饮酒对于降低冠心病患者的死亡率具有积极意义,而吸烟能够明显提高患者的死亡率和致残率,高脂饮食会提高患者的血脂,还会使冠状动脉粥样硬化加剧,因此冠心病患者应该避免吸烟和食用高脂食物,合理调整饮食,对于减轻患者冠状动脉硬化具有积极意义。慢性病从某种意义上来看也是生活方式的疾病,改变生活方式对于冠心病的控制具有直接作用。因此在冠心病患者临床护理中,应该叮嘱患者戒烟,控制饮用量。患者应该注意饮食清淡,多吃水果蔬菜和豆制品,避免摄入高脂食物。适当的进行体育运动,比如打太极、慢跑等,适当锻炼有助于提高患者健全冠状动脉的侧枝循环和促进患者的脂质代谢,还有有利于患者心情的调节和机体免疫力的增强。另外,患者应该注意保持规律作息,避免熬夜和过度劳累,保持充足的睡眠。健康良好的生活习惯不但能够提高冠心病患者的生活质量,而且还有利于改善患者预后。

3 心理护理

因为对疾病的过度关注、对外科手术、疾病复发和死亡的恐惧以及对长期服药的抵触等会使患者产生焦虑抑郁等不良情绪,对患者的心理健康和疾病治疗造成了严重影响。冠心病患者在产生焦虑、抑郁等情绪时会提高机体血小板活化水平,增强炎症反应,另外血糖、血脂异常好会对冠心病患者的归转和预后造成严重影响,因此对于冠心病患者而言,全称实施有效的心理干预是非常有必要的。在对患者实施心理

干预是要结合患者的年龄、性别以及文化程度等合理选择干预方式,积极与患者进行沟通和交流,在和患者沟通时要注意态度和语气,耐心解答患者的疑惑,给予患者支持和鼓励,帮助患者建立良好的心态和树立治疗信心。

4 中医护理

在祖国医学,冠心病属于“胸痛”“胸痹”“真心痛”范畴,对于胸痹,进行中医中药和针灸治疗也有较好的治疗效果,近几年来,在冠心病的临床护理中,中医的运用也越来越广泛。

4.1 艾灸护理和耳穴埋籽

艾灸护理就是将燃烧后的艾条悬灸于人体穴位,进行艾灸护理有利于温经通络、温阳补气益气补中和消痰散结。耳穴埋籽就是将药籽用胶布粘贴在患者耳穴后,在辅以适当的按摩,耳穴埋籽可以发挥疏血通气、调节机体阴阳平衡和促进机体新陈代谢的作用。通过进行艾灸护理和耳穴埋籽有助于冠心病患者病情的改善和减少并发症的发生。

4.2 中药足浴和循经按摩护理

进行中药足浴护理可以达到活血化痰、温通心阳的作用,有利于缓解冠心病患者的紧张情绪和促进患者的康复。循经按摩就是对患者实施按压手厥阴心包经护理,按摩从患者的胸口开始,之后沿着心包经循行路线到隔膜再到前臂,遵循先左后右的原则反复进行按压,可以起到疏通经络和促进血液循环的作用。

5 延续性护理

冠心病患者的康复除了要积极接受治疗,患者做好自我管理对于康复也有重要作用。延续性护理属于一种追踪式的优质护理服务,其护理可以主要是从医院向患者家庭延续,延续性护理主要是在患者住院期间对患者实施健康教育和在患者出院后定期进行护理随访。在冠心病患者住院期间,为患者讲解冠心病的发病、治疗以及护理等相关知识,告知患者保持健康的生活习惯和积极接受治疗对于疾病康复的重要性,提高患者的治疗的依从性和护理配合度。告知患者冠心病相关注意事项,指导患者进行日常护理,提高患者的自我管理能力和日常护理能力。注意在进行健康教育是要结合患者实际接受情况,这样才能提高健康教育的效果。在患者出院后可以采取电话回访或者家庭随访的方式。进行延续性护理可以明显提高冠心病患者的治疗的依从性和改善患者的生活质量。

6 结语

随着我国老龄化的加剧和人们生活方式的改变,我国冠心病患者的数量和患者死亡率也在不断增加,对人们的身心健康造成了严重危害,在冠心病患者的临床护理中,护理人员应该从病情、生活、心理等各个方面给予患者综合护理,从而达到提高患者生活质量减少患者死亡率的目的。