

· 论著 · 康复与护理 ·

康复需求为导向的延续性护理对冠心病患者运动耐力、生活质量的影响*

姚馨羽* 黎 娜 师 磊

开封市中心医院心血管内科(河南开封 475000)

【摘要】目的 探究康复需求为导向的延续性护理在冠心病患者中的应用价值，明确其对患者运动耐力、睡眠、生活质量及半年内再入院率的影响。**方法** 选取我院2021年11月至2024年11月期间收治的102例冠心病患者作为研究对象。采用随机数字表法进行分组，将102例冠心病患者均分为2组各51例。对照组：常规护理。观察组：康复需求为导向的延续性护理。比较两组运动耐力、睡眠质量、生活质量及半年内再入院率。**结果** 护理前，两组运动耐力比较差异不显著($t=0.150$, $P=0.881$)，护理后，两组运动耐力均提升，且观察组显著高于对照组($t=3.442$, $P<0.001$)。护理前，两组睡眠质量评分比较差异不显著($t=0.672$, $P=0.503$)，护理后，两组评分均提升降低，且观察组显著低于对照组($t=2.652$, $P=0.009$)。护理前，两组生活质量评分比较差异不显著($t=0.420$, $P=0.676$)，护理后，两组评分均提升，且观察组显著高于对照组($t=3.917$, $P<0.001$)。观察组半年内再入院率[2/51(3.92%)]低于对照组[8/51(15.69%)], 差异显著($\chi^2=3.991$, $P=0.046$)。**结论** 康复需求为导向的延续性护理能够提升冠心病患者的运动耐力，并能够改善患者的睡眠质量及生活质量，且患者再入院率低。

【关键词】康复需求为导向；延续性护理；冠心病；运动耐力；生活质量

【中图分类号】R541.4

【文献标识码】A

【基金项目】河南省医学科技攻关计划项目(LHGJ20240511)

DOI:10.3969/j.issn.1009-3257.2025.9.055

The Influence of Rehabilitation Demand-oriented Continuous Nursing on the Exercise Endurance and Quality of Life of Patients with Coronary Heart Disease*

YAO Xin-yu*, LI Na, SHI Lei.

Department of Cardiovascular Medicine, Kaifeng Central Hospital, Kaifeng 475000, Henan Province, China

Abstract: **Objective** To explore the application value of rehabilitation demand-oriented continuous nursing in patients with coronary heart disease, and to clarify its influence on patients' exercise endurance, sleep, quality of life and readmission rate within half a year. **Methods** A total of 102 patients with coronary heart disease admitted to our hospital from November 2021 to November 2024 were selected as the research subjects. Grouping was conducted using the random number table method. A total of 102 patients with coronary heart disease were evenly divided into 2 groups, with 51 cases in each group. Control group: Conventional care. Observation group: Continuous nursing oriented towards rehabilitation needs. The exercise endurance, sleep quality, quality of life and readmission rate within half a year were compared between the two groups. **Results** Exercise endurance did not significantly differ between the two groups prior to the nursing care ($t=0.150$, $P=0.881$). Following nursing care, both groups' exercise endurance improved, with the observation group outperforming the control group by a substantial margin ($t=3.442$, $P<0.001$). The two groups' sleep quality scores did not differ significantly prior to the nursing care ($t=0.672$, $P=0.503$). Both groups' scores rose and fell following the nursing care, with the observation group's score being substantially lower than the control group's ($t=2.652$, $P=0.009$). The two groups' quality of life scores did not differ significantly prior to the nursing care ($t=0.420$, $P=0.676$). After the nursing care, the scores of both groups increased, and the observation group was significantly higher than the control group ($t=3.917$, $P<0.001$). The readmission rate within half a year in the observation group [2/51 (3.92%)] was lower than that in the control group [8/51 (15.69%)], and the difference was significant ($\chi^2=3.991$, $P=0.046$). **Conclusion** Rehabilitation demand-oriented continuous nursing can enhance the exercise endurance of patients with coronary heart disease, improve their sleep quality and quality of life, and the readmission rate of patients is low.

Keywords: Rehabilitation Demand-oriented; Continuous Nursing; Coronary Heart Disease; Sports Endurance; Quality of Life

冠心病是我国高发疾病之一^[1]。其在中老年人群中高发。随着我国老龄化的加剧，该疾病的发病率也明显增加^[2]。该疾病的病死率高，占心血管相关疾病总病死率的67.1%。该疾病在全球疾病负担中排名第一，是我国重大公共卫生问题之一。全球有2.4411亿人受到冠心病的影响^[3-5]。该疾病患者的心功能呈现出一定程度的降低，患者的运动耐力变差，这也严重影响患者的生活质量^[6-7]。另外，冠心病还可能增加其他不良心血管事件的发生风险，导致患者再入院，也不利于患者的疾病管理和健康。对冠心病患者的有效护理有利于提升患者的运动

耐力和生活质量。康复需求为导向的延续性护理通过将患者的康复需求作为护理目标，同时对患者进行院内及院外的持续护理，有利于患者疾病的管理，从而提升护理效果。鉴于此，本研究通过分析康复需求为导向的延续性护理在冠心病患者中的应用效果，为其护理提供帮助。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取我院2021年11月至2024年11月期间收治的102例冠心病患者作为研究对象。采用随机数字表法进行分

【第一作者】姚馨羽，女，主管护师，主要研究方向：心内科。E-mail：13723270888@163.com

【通讯作者】姚馨羽

组, 将102例冠心病患者均分为2组各51例。观察组: 男性29例, 女性22例, 年龄61~75岁、平均年龄(68.85±5.10)岁, 体质指数18.6~24.9kg/m²、平均体质指数(22.25±1.25)kg/m²。对照组: 男性27例, 女性24例, 年龄63~77岁、平均年龄(68.42±4.85)岁, 体质指数18.7~25.0kg/m²、平均体质指数(22.13±1.21)kg/m²。两组一般资料均衡可比($P>0.05$)。

纳入标准: 符合冠心病诊断标准^[8]; 认知功能正常, 患者及家属知情同意。**排除标准:** 肝肾功能障碍; 酒精或精神药物依赖; 合并精神相关疾病; 恶性肿瘤; 合并视力或听力障碍; 中途退出研究。

1.2 方法 对照组: 常规护理。健康教育。对患者进行疾病知识、疾病的治疗、疾病的管理等内容的健康教育。向患者发放教育手册, 以便于患者的学习。心理干预。了解患者的基本情况及心理状态, 及时与患者深入沟通, 帮助其疏导不良情绪。告知患者积极面对疾病, 以过去疾病管理情况较好的病例对患者进行激励, 提升其配合度。药物及其他干预。叮嘱患者遵医嘱用药。叮嘱患者不可吃蛋黄。病情稳定后可逐步进行相关运动, 根据情况每日进行散步、上下楼梯等运动训练。院外干预。患者出院后每月一次电话随访, 了解其病情及日常管理情况, 并为之提供相关建议和指导。护理3个月。

观察组: 康复需求为导向的延续性护理。(1)需求评估。患者住院后, 护理人员以面对面访谈的方式了解患者的需求。鼓励患者说出内心的想法, 及对心理、认知、运动方面的康复需求情况。(2)心理需求。需求因素: 由于冠心病需要长期管理且可能出现相关不良事件, 患者面临一定的焦虑、恐惧情绪。心理需求干预: 患者住院后, 积极与患者沟通, 了解患者的不良情绪, 为其提供安慰和心理支持。告知患者积极管理冠心病的控制情况良好, 能够降低再入院的风险, 鼓励患者积极面对疾病。叮嘱患者家属多给予患者鼓励, 以便于患者能够配合冠心病的相关治疗及护理。邀请心理咨询师入院进行心理干预。根据患者的心理状态评估结果给予其针对性的心理辅导, 帮助患者改善不良心理状态。(3)认知需求。需求因素: 冠心病患者的年龄相对较高, 患者的文化程度及疾病认知程度有限。认知需求干预: 开展每三天一次的健康知识讲座或视频, 时长30~45分钟。主要健康教育内容包括: 冠心病的治疗、护理、可能出现的不良事件、稳定的疾病管理及注意事项等。宣教结束后, 为患者答疑解惑。(4)运动需求。需求因素: 冠心病患者的心脏功能存在不同程度的降低, 且患者运动耐力变差。运动需求干预: 于患者病房或床头播放冠心病患者的运动训练短视频。护理人员辅助或指导患者学习相关运动训练, 并将相关学习视频发送至患者手机, 以便于患者自行学习相关运动训练。根据患者的病情及自身情况循序渐进地增加训练强度和训练时间。由室内抬腿逐步过渡至室外慢走, 八段锦、太极拳等锻炼运动。每日1~2次, 每次20~25分钟。(5)院外延续性护理。患者出院时拉入微信病友群。告知患者出院后的用药、饮食、运动情况等均每日发送在微信群中。告知患者出院后有疑问可以在群中询问, 护理人员及时回答问题。遇到不良情况及时入院治疗。定时在微信群中发送病情管理较好患者的情

况, 鼓励其他患者向其学习, 激发患者的康复积极性, 积极接受治疗及护理。定期开展线上或线下交流会, 为患者答疑解惑, 并邀请既往恢复较好的病例现身说法, 提升患者的自我管理积极性。护理3个月。

1.3 观察指标

1.3.1 运动耐力 护理前后采用6min步行距离(6MWD)评估冠心病患者的运动耐力, 6MWD越远, 患者的运动耐力越好。

1.3.2 睡眠质量 于患者护理前后采用匹兹堡睡眠质量指数评估睡眠状况, 总分21分, 护理后, 患者的得分越高, 表示护理方案对患者睡眠质量的改善情况越好。

1.3.3 生活质量 护理前后采用生活质量GQOL-74问卷^[9]评估冠心病患者的生活质量, 包含心理健康、躯体健康、社会功能、物质生活, 总分100分, 护理后, 患者的得分越高, 表示护理方案对患者生活质量的改善情况越好。

1.3.4 再入院率 记录两组患者半年内再入院率。

1.4 统计学方法 以SPSS 24.0分析数据, 运动耐力、睡眠质量、生活质量评分的计量数据以(\bar{x} ± s)描述, t检验, 半年内再入院率的计数资料以[n(%)]描述, χ^2 检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结 果

2.1 运动耐力 护理前, 两组运动耐力差异不显著($t=0.150$, $P=0.881$), 护理后, 两组运动耐力均提升, 且观察组显著高于对照组($t=3.442$, $P<0.001$)。见表1。

2.2 睡眠质量 护理前, 两组睡眠质量相当($t=0.672$, $P=0.503$), 护理后, 两组评分均提升降低, 且观察组显著低于对照组($t=2.652$, $P=0.009$)。见表2。

2.3 生活质量 护理前, 两组生活质量差异不显著($t=0.420$, $P=0.676$), 护理后, 两组评分均提升, 且观察组显著高于对照组($t=3.917$, $P<0.001$)。见表3。

2.4 半年内再入院率 观察组半年内再入院率[2/51(3.92%)]低于对照组[8/51(15.69%)], 差异显著($\chi^2=3.991$, $P=0.046$)。

表1 运动耐力

组别	例数	6MWD(m)	
		护理前	护理后
观察组	51	262.45±46.27	366.85±40.37
对照组	51	263.87±49.16	337.49±45.62
t		0.150	3.442
P		0.881	<0.001

表2 睡眠质量

组别	例数	睡眠质量评分(分)	
		护理前	护理后
观察组	51	14.04±3.21	8.63±1.50
对照组	51	13.62±3.10	9.45±1.62
t		0.672	2.652
P		0.503	0.009

表3 生活质量

组别	例数	生活质量评分(分)	
		护理前	护理后
观察组	51	60.68±7.12	85.16±5.19
对照组	51	61.26±6.84	81.02±5.48
t		0.420	3.917
P		0.676	<0.001

3 讨 论

冠心病多会引起心绞痛症状，显著降低了患者的生活质量，并可能影响患者的睡眠，还可能出现心肌梗死的不良后果^[9-10]。虽然随着医学手段的进步，冠心病的治疗效果显著提升^[11-12]。但其仍需长期的疾病管理以帮助患者管理疾病，降低患者再入院的风险。

赵飘等^[13]研究表示，康复需求为导向的护理模式有助于患者的疾病管理，对于冠心病患者的生活质量也有一定改善作用。本研究中，康复需求为导向的延续性护理的患者的运动耐力、生活质量评分高于对照组，睡眠质量评分及患者半年内再入院率低于对照组。这也提示该护理模式有良好的应用效果。这可能是由于康复需求为导向的延续性护理通过评估患者的需求为患者提供了针对性的心理护理干预，可帮助冠心病患者缓解焦虑、恐惧情绪，有利于患者心理状态及睡眠质量的改善；认知护理有利于提升患者的疾病认知水平及疾病的自我管理能力；每日的运动运动训练有助于提升患者的心肺功能，从而提升患者的运动耐力。延续性护理在多种疾病的护理中获得了显著的应用效果。其通过院内院外的延伸护理，可为患者提供更高质量的护理。康复需求为导向的延续性护理以患者的康复需求为目标，并为患者提供心理、认知、运动的护理，可满足患者的需求，获得更佳的护理效果。该护理模式通过为患者通过院外延续性护理在微信群中为患者及时答疑解惑，有利于患者了解自身的疾病情况，及时发现和识别不良情况，降低不良心血管事件的发生风险。同时，其结合护理人员监督患者每日的用药、饮食及运动，有利于患者的疾病管理，纠正患者的不良行为，改善其健康行为，降低患者的再入院率，减轻患者不适症状，从而改善睡眠及生活质量。李忠侠洁等^[14]、陈冰洁等^[15]研究也显示，延续性护理能够提升冠心病患者的生活质量。

综上所述，康复需求为导向的延续性护理能够提升冠心病患者的运动耐力，促进患者的睡眠质量的恢复，提升生活质量，且患者再入院率低。

参考文献

- [1] 古晓东, 翁锐强, 赵俊丽, 等. NLRC3在血管内皮细胞中的功能初探及在冠心病中的诊断价值[J]. 中国病理生理杂志, 2025, 41(4): 661-668.
- [2] 盛玉杰, 王询, 王泽静. CT冠状动脉定量在评估冠心病患者心肌缺血诊断中的应用价值[J]. 中国CT和MRI杂志, 2024, 22(5): 103-105.
- [3] 宋歌, 褚迎辉, 徐春丽. 优化急诊护理流程在超急性期心肌梗塞患者急诊抢救中的应用价值[J]. 罕少疾病杂志, 2024, 31(2): 128-129.
- [4] 李晓, 贾竹敏, 李转珍, 等. 冠心病PCI术后Triangle分层分级延续护理方案的构建[J]. 护理研究, 2025, 39(3): 409-416.
- [5] 庄路, 刘琳. GRACE评分导航分层护理对老年冠心病PCI患者心脏功能与不良心血管事件的影响[J]. 临床护理杂志, 2024, 23(1): 5-9.
- [6] Zhang C. Coronary heart disease evaluation using PCAT radiomics model based on coronary CT angiography and pericoronary adipose tissue[J]. Medicine (Baltimore), 2024, 103(42): e39936.
- [7] Hou XZ, Lv YF, Li YS, et al. Association between different insulin resistance surrogates and all-cause mortality in patients with coronary heart disease and hypertension: NHANES longitudinal cohort study[J]. Cardiovasc Diabetol, 2024, 23(1): 86.
- [8] 中华医学会, 中华医学会杂志社, 中华医学会全科医学分会, 等. 稳定性冠心病基层诊疗指南(实践版·2020)[J]. 中华全科医师杂志, 2021, 20(3): 274-280.
- [9] 黄秀霞, 傅银珠, 陈秀珠, 等. 适时干预模式的出院准备服务在冠心病合并心力衰竭住院患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(15): 132-135.
- [10] 付豪, 翟亚娟. CTA在冠心病冠脉钙化病变定性诊断及MACE事件预测中的应用[J]. 中国CT和MRI杂志, 2025, 23(3): 90-93.
- [11] 丁美幸, 王栋梅. 基于微信平台的护理干预对冠心病患者二级预防中的应用[J]. 罕少疾病杂志, 2021, 28(5): 50-51, 54.
- [12] 朱文君, 沈轶, 蒋卫民. 基于“全病程个案管理模式”的中西医结合护理在PCI术后的冠心病患者中的应用效果[J]. 心血管康复医学杂志, 2025, 34(2): 256-260.
- [13] 赵飘, 罗瑜. 康复需求为导向的综合护理在冠心病稳定期患者中的应用[J]. 国际护理学杂志, 2025, 44(9): 1583-1586.
- [14] 李忠侠, 蔡丽梅.“互联网+”延续性护理对老年冠心病支架术后患者用药依从性及生活质量的影响研究[J]. 临床护理研究, 2024, 33(14): 97-99.
- [15] 陈冰洁, 卜莎莎, 辛玉美, 等. 延续性护理干预联合团体活动对老年冠心病PCI患者生活质量及治疗依从性的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2024, 30(1): 133-136.

(收稿日期: 2025-09-05)

(校对编辑: 韩敏求、江丽华)