

# 基于内关概念认知下的康复护理对冠心病伴广泛性焦虑症患者的影响

王媛媛<sup>\*#</sup>, 白晓燕

兰州大学第二医院, 甘肃 兰州  
Email: \*2994038454@qq.com

收稿日期: 2020年12月28日; 录用日期: 2021年1月28日; 发布日期: 2021年2月2日

## 摘要

目的: 探讨基于内关概念认知下的康复护理对冠心病伴广泛性焦虑症患者的影响。方法: 从2018年5月到2020年5月时间段选取我院96例冠心病伴广泛性焦虑症患者作为研究对象, 将其采用单双号抽签的方式分组实施研究, 抽取单号及双号的患者分别纳入对照组与观察组, 前者给予常规康复护理措施, 后者基于内关概念认知下实施康复护理, 对比两组患者的焦虑情绪改善情况、睡眠质量改善情况及心血管不良事件发生率。结果: 干预前后两组患者HAMA及PSQI评分可见明显差异, 均呈下降趋势, 且观察组下降幅度更大( $P < 0.05$ ); 观察组发生心血管不良事件2例(4.17%), 对照组发生心血管不良事件10例(20.83%), 组间对比差异显著( $P < 0.05$ )。结论: 针对冠心病伴广泛性焦虑症患者, 基于内关概念认知下的康复护理可缓解患者焦虑情绪, 使其睡眠质量得以提升, 减少心血管不良事件的发生发生率。

## 关键词

内关概念, 康复护理, 冠心病, 广泛性焦虑症

# The Effect of Rehabilitation Nursing Based on the Concept of Neiguan on Patients with Coronary Heart Disease and Generalized Anxiety Disorder

Yuanyuan Wang<sup>\*#</sup>, Xiaoyan Bai

The Second Hospital of Lanzhou University, Lanzhou Gansu  
Email: \*2994038454@qq.com

\*通讯作者。

#第一作者。

## Abstract

**Objective:** To explore the impact of rehabilitation nursing based on the concept of Neiguan on patients with coronary heart disease and generalized anxiety disorder. **Methods:** From May 2018 to May 2020, 96 patients with coronary heart disease and generalized anxiety disorder in our hospital were selected as the research objects, and they were divided into groups using odd and even numbers to conduct the study, and single and double numbers were selected. The patients were included in the control group and the observation group. The former was given conventional rehabilitation care measures, and the latter was implemented rehabilitation care based on the concept of Neiguan. The improvement of anxiety, the improvement of sleep quality and the incidence of adverse cardiovascular events of the two groups were compared. **Results:** The HAMA and PSQI scores of the two groups of patients were significantly different before and after the intervention, and both showed a downward trend, and the decline in the observation group was even greater ( $P < 0.05$ ); adverse cardiovascular events occurred in 2 cases (4.17%) in the observation group, and cardiac events occurred in the control group. There were 10 cases of vascular adverse events (20.83%), and the difference between the groups was significant ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** For patients with coronary heart disease and generalized anxiety disorder, rehabilitation nursing based on the concept of Neiguan can relieve patients' anxiety, improve their sleep quality, and reduce the incidence of adverse cardiovascular events.

## Keywords

Neiguan Concept, Rehabilitation Nursing, Coronary Heart Disease, Generalized Anxiety Disorder

Copyright © 2021 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

## 1. 引言

冠心病的发病率逐年升高, 以该种疾病为代表的慢性疾病对人们的健康产生的威胁越来越大, 成为危害人类健康的非传染性疾病之一, 死亡率逐年提升, 且逐渐趋于年轻化[1]。研究表明[2], 该种疾病患者存在复杂的心理反应, 伴随各种异常情绪, 以焦虑最为显著, 其持续 3 个月以上, 使得患者出现失眠现象, 影响其睡眠质量及生活质量, 而临床多注重患者疾病及症状的治疗, 对广泛性焦虑症的重视程度不够, 导致疾病反反复复, 影响到冠心病的治疗效果, 导致恶性循环。内观认知在心理治疗基础上, 合理优化的应用各种心理干预手段, 以内关训练为主, 让患者保持“平心静气”觉知去观察自己和疾病本身, 明白自己心智活动的本职和起源, 从而能自我调节, 改善认知, 维持心理健康[3]。鉴于此, 本次研究选取 96 例冠心病伴广泛性焦虑症患者作为研究对象, 探讨基于内关概念认知下的康复护理对患者起到的效果, 具体研究内容呈现如下。

## 2. 一般资料与方法

### 2.1. 一般资料

从 2018 年 5 月到 2020 年 5 月时间段选取 96 例冠心病伴广泛性焦虑症患者作为研究对象, 纳入标准:

① 符合《心内科》制定的冠心病诊断标准,符合 WHO 制定的广泛性焦虑症诊断标准;② 患者以头痛、胸闷、心绞痛、心动过速为主要临床症状, HAMA 评分  $\geq 14$  分;③ 智力正常,无精神疾病,可配合完成研究,排除标准:① 合并肝肾功能不全;② 合并恶性肿瘤;③ 合并脑出血或免疫性疾病;④ 不接受长期随访,中途退出者。采用单双号抽签的方式分组实施研究,抽取单号及双号的患者分别纳入对照组与观察组,每组各 48 例。对照组:男性与女性患者之比为 26:22,年龄最小者 45 岁,最大者 80 岁,平均年龄( $60.45 \pm 4.02$ )岁;心功能 II 级 18 例,III 级 20 例,IV 级 10 例;病程 6 个月~10 年,平均病程( $5.12 \pm 1.23$ )年;观察组:男性与女性患者之比为 25:23,年龄最小者 46 岁,最大者 82 岁,平均年龄( $60.23 \pm 4.05$ )岁;心功能 II 级 17 例,III 级 20 例,IV 级 11 例;病程 6 个月~11 年,平均病程( $5.20 \pm 1.21$ )年,综合对比患者以上基线资料后显示均衡性良好( $P > 0.05$ )。

## 2.2. 方法

对照组给予常规康复护理措施,了解患者疾病的基础上制定康复计划,提前讲解疾病相关知识,提醒患者注意事项,对其进行心理疏导,缓解其焦虑症状。指导患者进行腹式呼吸,加强其心功能锻炼,加强其日常生活能力的锻炼,如洗漱、穿衣、如厕、上下楼等,加强饮食管理。

观察组实施基于内观概念认知下实施康复护理,选择一个相对独立的空间,每日下午 2 点~4 点,6 点~8 点,让患者自由活动,指导其保持静止状态,除必要的如厕或饮水外,不做与治疗无关的事情,护理人员与患者交谈,1 日 2 次,每次 1 h;交谈期间指导患者关闭手机,交流患者的内管体验,指导患者选择自己的亲人或朋友作为内观对象,结合内观治疗原则,引导患者回忆自己为对方及对方为自己做的事情,然后患者将自身感受讲述给护理人员,护理人员对其内观感受进行评价,并在心理医师的指导下,纠正患者的错误认知,改善其不良情绪,具体护理内容为:① 认知干预:通过发放健康教育卡的方式,对患者进行冠心病发展过程、危险因素、预防及防治知识方面的宣教指导,该种患者服药方法及目的,观察药物效果及可能出现的不良反应,告知其按时按量服药的重要性,不可随意增加药物剂量,并告知患者康复保健的内容,以其好接受的方式提供其所需信息。② 心理支持:为患者创造一个安静、舒适的休息环境,保持病房温度的适宜。耐心分析患者焦虑的源头,给予其针对性心理指导,对疾病的心身相关性进行科学合理的解释,告知其不良情绪对病情的影响,使其明确自身疾病的性质及治疗计划。倾听患者主观感受,对其抱有同理心,介绍疾病成功的相关病例,以榜样说教的方式,帮助患者树立疾病治愈的信心。指导患者放松训练,吸气时 10 s 逐渐握紧拳头,吐气时逐渐放松,使其获得紧张感及放松感,并在此基础上放松颈部及腹部,每次反复 8 次,使其精神得以放松。③ 行为干预:指导患者适当增加日常活动量,通过听音乐及深呼吸的方式,分散其注意力,减少其对病情的关注度。指导其养成规律的作息,使其饮食结构得以改变,限制胆固醇及脂肪的摄入,多食用粗纤维食物及新鲜的水果蔬菜,保证大便的通畅,防止大力排便增加心肌的耗氧量,引发心绞痛。

## 2.3. 观察指标

① 焦虑:采用汉密尔顿焦虑量表(HAMA)评估,0~7 分表示正常,8~20 分表示轻度焦虑;21~35 分表示中度焦虑;35 分以上表示重度焦虑,其分数越低越占优势。

② 睡眠质量:采用匹茨堡睡眠质量指数量表(PSQI)评估,包括 7 个维度,分别为睡眠质量、入睡时间、睡眠时间、睡眠效率、睡眠障碍、催眠药物及日间功能等,总分 0~21 分,其分数越低越占优势。

③ 心律失常、心力衰竭及心绞痛等心血管不良事件。

## 2.4. 统计学方法

针对所得数据进行统一整理,然后借助 SPSS20.0 软件对数据进行分析对比,心血管不良事件发生率

取整数值, 行卡方检验, HAMA 及 PSQI 评分借助 t 进行检验,  $P < 0.05$ , 预示着两组数据对比存在差异, 同时具备统计学意义。

### 3. 结果

#### 3.1. 两组患者 HAMA 及 PSQI 评分结果比较

干预前后两组患者 HAMA 及 PSQI 评分可见明显差异, 均呈下降趋势, 且观察组下降幅度更大( $P < 0.05$ ), 详见表 1。

**Table 1.** Comparison of HAMA and PSQI scores between the two groups (points)

**表 1.** 两组患者 HAMA 及 PSQI 评分结果比较(分)

组别	HAMA 评分		PSQI 评分	
	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组(n = 48)	22.12 ± 4.23	15.22 ± 2.23	16.11 ± 3.10	10.78 ± 2.10
观察组(n = 48)	22.78 ± 4.28	10.23 ± 1.78	16.12 ± 3.09	7.89 ± 1.75
t	0.760	12.116	0.016	7.325
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

#### 3.2. 记录两组患者发生的心血管不良事件

观察组发生心血管不良事件 2 例(4.17%), 对照组发生心血管不良事件 10 例(20.83%), 组间对比差异显著( $P < 0.05$ ), 详见表 2。

**Table 2.** Records the adverse cardiovascular events of the two groups of patients (%)

**表 2.** 记录两组患者发生的心血管不良事件(%)

组别	心律失常	心力衰竭	心绞痛	发生率(%)
对照组(n = 48)	4 (8.33)	2 (4.17)	4 (8.33)	10 (20.83)
观察组(n = 48)	1 (2.08)	0 (0.00)	1 (2.08)	2 (4.17)
$\chi^2$				6.095
P				<0.05

### 4. 讨论

作为一种非传染性的慢性疾病, 冠心病的发生对我国中老年群体的健康产生巨大威胁, 受病情及环境等多种因素的影响, 疾病使得患者出现不同程度的心理障碍, 伴随焦虑、恐惧及不安等负面情绪, 尤其是广泛性焦虑症, 其在冠心病患者中较为普遍, 是一种慢性持续性心理疾病, 导致患者出现自主神经活动增强及运动性不安的症状, 如坐立不安及搓手顿足的现象, 甚至出现呼吸困难、心悸及战栗等症状[4][5], 引发心血管不良事件。冠心病合并广泛性焦虑症难以彻底消除, 其影响患者的正常生活, 而不良的心理状态会加剧病情, 使得病情恶化, 影响患者预后[6]。因此, 治疗原发疾病的同时, 对患者开展一系列护理措施, 改善其心理状态显得尤为重要。

康复护理是一种新型的护理方式, 是各学科的综合应用[7], 有利于提升患者机体功能。基于内关概念认知下的康复护理是一种新型的护理措施, 其目的是通过内观使得患者心理得以改变, 不断刺激患者, 从内至外纠正其认知, 使其积极采取合适的护理措施, 改善其不良情绪[8][9]。该种护理措施围绕患者亲

近的患者进行内省, 使其产生新的感悟, 获得新的信息, 改变原有认知, 完善其认知模式, 通过采取认知干预、心理支持及行为干预等措施, 使得患者正视疾病, 采取有效的康复措施, 调节其自我情绪, 改善其心理状态, 提升其康复效果[10][11]。本次研究结果显示, 观察组焦虑情绪评分及睡眠质量评分下降幅度大于对照组, 且观察组的心血管不良事件发生率低于对照组, 可见该种护理措施的实施使得患者改变自身信念及行为, 使其负面情绪得以消除, 使其焦虑状态及睡眠质量得到改善, 而心理状态的改善会直接反应到患者身体状态上, 使其身体状态得到调整, 负性事件的发生率得以降低。

由此可见, 针对冠心病伴广泛性焦虑症患者, 基于内关概念认知下的康复护理可缓解患者焦虑情绪, 使其睡眠质量得以提升, 减少心血管不良事件的发生。

## 参考文献

- [1] 杨晓红, 邵凤玲, 张建国. 内观认知疗法配合康复护理对冠心病伴广泛性焦虑症患者康复效果的影响[J]. 内科, 2017, 12(6): 855-857.
- [2] 董睿智, 贾永平, 乔占瑞. 女性非典型冠心病病人慢血流现象与广泛性焦虑症的关系探讨[J]. 中西医结合心脑血管病杂志, 2020, 18(4): 698-700.
- [3] 杨满梅. 特殊护理干预与心理护理对冠心病合并焦虑症患者情绪的影响[J]. 国际护理学杂志, 2020, 39(4): 629-631.
- [4] 李超, 丛丽丽, 崔婷婷. 心理护理联合特殊护理在老年冠心病合并焦虑症患者中的应用价值[J]. 现代医学, 2019, 47(8): 1032-1035.
- [5] 彭丽容, 彭思萍. 心理护理在冠心病合并焦虑症患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2014(7): 26-28.
- [6] 回颖. 心理护理在冠状动脉粥样硬化性心脏病合并焦虑症患者中的应用效果观察[J]. 中国民康医学, 2019, 31(18): 160-162.
- [7] 刘丽玲. 个体化康复护理对冠心病患者的护理效果及对护理满意度的影响分析[J]. 吉林医学, 2020, 41(2): 472-473.
- [8] 薛慧, 何莉. 综合康复护理对冠心病介入术后预防深静脉血栓形成的作用[J]. 血栓与止血学, 2020, 26(1): 117-118.
- [9] 郑燕, 常莉, 刘桂玲, 等. 常规护理联合心脏康复护理对冠心病介入治疗后心功能的改善作用[J]. 贵州医药, 2020, 44(10): 1662-1663.
- [10] 马艳, 张艳玲, 刘娟, 等. 综合康复护理对冠心病介入术后预防深静脉血栓形成的作用[J]. 血栓与止血学, 2020, 26(5): 861-862.
- [11] 肖静. 运动康复护理对冠心病合并心力衰竭患者的效果[J]. 中国民康医学, 2020, 32(5): 105-107.