

空巢老年冠心病患者常见问题的护理概述

吴燕梅

云南省老年病医院, 云南 昆明

Email: 450950059@qq.com

收稿日期: 2020年9月30日; 录用日期: 2020年10月13日; 发布日期: 2020年10月20日

摘要

冠心病常高发于老年人, 病程长, 反复发作, 号称“第一杀手”。冠心病的治疗方法中, 药物治疗是冠心病患者的根本治疗方法, 此外, 还要结合健康的饮食和生活方式, 以及积极乐观的心理。空巢老人长期缺少子女照顾, 心理适应能力差, 生理机能、反应能力显著减退, 生活自理能力下降, 记忆力减退, 住院期间病情得到有效控制, 出院后由于知识缺乏, 依从性差, 未能按时、按量服药, 病情更容易反复加重。

关键词

空巢老年冠心病, 护理干预, 促进康复

Nursing Summary of Common Problems of Coronary Heart Disease in Elderly Patients with Empty Nest

Yanmei Wu

Yunnan Geriatrics Hospital, Kunming Yunnan

Email: 450950059@qq.com

Received: Sep. 30th, 2020; accepted: Oct. 13th, 2020; published: Oct. 20th, 2020

Abstract

Coronary Heart Disease, with high morbidity among elderly peoples, is called “the first killer”. In the treatment of coronary heart disease, drug therapy is the fundamental treatment for patients with coronary heart disease; besides, it should be combined with healthy diet, lifestyle and posi-

文章引用: 吴燕梅. 空巢老年冠心病患者常见问题的护理概述[J]. 护理学, 2020, 9(5): 336-338.

DOI: 10.12677/ns.2020.95054

tive optimism. Empty nesters lack children's care for a long time; their psychological adaptability is poor; their physiological function and reaction ability are obviously decreased; their self-care ability is decreased; their memory is decreased; and their illness is effectively controlled during hospitalization. After discharge, due to lack of knowledge and poor compliance, they fail to take medicine on time and in quantity, and their illness is more likely to worsen repeatedly.

Keywords

Coronary Heart Disease in Elderly Patients with Empty Nest, Nursing Intervention, Promote the Rehabilitation

Copyright © 2020 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

截止 2019 年,我国老年人 65 岁及以上占总人口比重 11.47%,据推算,2020 年我国 65 岁及以上的老年人口占总人口比例上升至 13%,随着我国经济的快速发展,人口老龄化日趋严重。农村外出务工人员逐年增多,“空巢老人”也逐渐增多[1]。冠心病在老年群体中属常见的慢性疾病,死亡率居高不下[2],而空巢老人缺少子女照顾,部分患者知识缺乏,依从性差,生活质量堪忧。

2. 空巢老年冠心病患者现状

冠心病高发于老年人,病程长,反复发作,号称“第一杀手”[2],空巢老人长期缺少子女照顾,心理适应能力差,生理机能、反应能力显著减退,生活自理能力下降,冠心病的治疗方法中,药物治疗是冠心病患者的根本治疗方法,还要结合健康的饮食和生活方式[3],和积极乐观的心理,空巢老人记忆力减退,住院期间病情得到有效控制,出院后由于知识缺乏,依从性差,未能按时、按量服药,病情更容易反复加重。

农村空巢老人收入大部分来源于外出务工子女,没有稳定的收入来源,得不到健全的医疗保障,冠心病急性发作更加重患者的焦虑情绪,长此以往,疾病不但得不到有效的控制,更容易合并更严重的并发症。

3. 常见护理干预

对于空巢老年冠心病患者在积极治疗的同时,实施护理干预,目的不仅仅是降低死亡率,提高治疗效果,更能改善他们的生活质量,减少并发症,也能降低心肌梗死、心绞痛的急性发作。冠心病属于慢性疾病,病程长,除了长期的药物治疗,同时也跟患者生活饮食及心理健康因素有着密切的关系。

(1) 指导规律合理用药

部分老年患者住院期间得到有效的监督和护理,能够准确服药,但是出院之后的准确服药得不到很好的保障,所以指导老年患者出院期间仍然能够按时按量服药对于冠心病病情的控制起着至关重要的作用。对于个别视力下降、记忆力下降的空巢老年患者,应在药盒上做上醒目标记,放在显眼的位置,这样可以避免漏服,错服药物,同时告知患者服用药物的不良反应及注意事项,如患者服用阿司匹林等抗血小板聚集类药物,应向患者说明定期到院复查血常规,检查血小板的数值。

(2) 养成良好的生活饮食习惯

在准确用药的情况下,冠心病患者要合理,少吃高脂肪,高胆固醇食物,如动物内脏,蛋黄,肥肉等,多吃蔬菜,水果,粗纤维,优质蛋白,鱼肉等[4],保证每天蛋白的摄入,避免便秘,养成定时排便的习惯。同时要限制盐的摄入量,每天控制在5 g左右[5],生活中要戒烟,戒酒,长期饮酒会降低心肌的弹性和收缩力,造成脂类物质在血管壁堆积,管腔狭窄,吸烟也会导致交感神经兴奋,诱发血压升高,进一步加重心脏负担,诱发心绞痛。老年冠心病患者平时要适当运动,注意休息,保证睡眠,保持良好的情绪,根据研究发现,良好的情绪会降低冠心病心绞痛的急性发作。

(3) 定期随访

护士可以根据患者的情况选择电话随访和上门随访,电话随访经济有效,对生活能够自理,听力良好的空巢老年冠心病患者可以起到良好的指导督促效果,并且可以及时发现问题,及时指导,有利于提高老人依从性。一般第一次电话随访可以在患者出院后一个星期后进行,后期再根据患者情况调整下一次随访的时间,对于电话随访效果不好,听力和沟通存在一定障碍的空巢老人,可以不定期进行上门随访,同时也可以检查患者的服药情况,自我管理和生活居住情况,现场提出指导。

老年群体是社会的弱势群体,尤其是空巢老年患者,缺少家庭和社会支持,目前针对空巢老年冠心病患者的常见问题,采取相应的护理措施,实施护理干预,控制某些危险因素,可以使患者降低病死率,减少并发症,促进康复,提高生活质量,但是针对一些经济条件落后,缺少生活自理能力,温饱堪忧的空巢老人有很大的局限性,我国针对空巢老年冠心病患者的护理研究及干预还处在一个较新阶段,还需要结合医院,社区,家庭进行综合研究和改进,共同促进空巢老年冠心病患者的康复。

参考文献

- [1] 田甜. 国内外空巢老人现象差异中的反思[J]. 现代养生下半月版, 2018(12): 241-242.
- [2] 王兆霞, 刘娟, 刘乐. 冠心病患者延续护理的研究进展[J]. 中国研究型医院, 2020, 7(1): 96-99, 226-230.
- [3] 孙阳阳, 隋萍, 刘晓红, 张升平. 纽曼系统理论的三级预防在冠心病病人护理中的应用进展[J]. 全科护理, 2020, 18(7): 806-809.
- [4] 黄小芬. 冠心病的饮食, 食疗, 吃什么好[J]. 养生保健指南, 2020(6): 74.
- [5] 艾长山, 吴伟. 养生食疗新选择——一种新法制备的高纯度熔盐[J]. 中国保健营养, 2018, 28(34): 21-22.