中西医结合护理在冠心病心脏康复护理中的应用进展

李美琼，王超燕，张剑娥

云南省中医医院　云南昆明

【摘要】冠心病的发生和冠状动脉粥样硬化所引起的管腔狭窄有密切联系，严重损害患者身心健康，导致生活质量下降。心脏康复是现阶段临床冠心病二级预防的重要环节之一，近年来中西医结合护理在这一领域的应用受到高度关注。中医“治未病”“辨证施护”等理念与现代心脏康复在理论方面存在较多契合，如耳穴压豆、穴位贴敷、八段锦等中医特色技术在改善心功能、减轻临床症状、缓解负性情绪方面体现出良好效果。基于此，本文系统梳理中西医结合护理技术在冠心病心脏康复中的应用进展，以期为中医护理技术在冠心病患者心脏康复护理中的临床实践提供有益借鉴。

【关键词】中西医结合护理；冠心病；心脏康复；应用进展

【收稿日期】2026 年 9 月 3 日　　【出刊日期】2026 年 10 月 5 日　　【DOI】10.12208/j.ijnr.20260532

Application progress of integrated traditional Chinese and Western medicine nursing in cardiac rehabilitation nursing for coronary heart disease

Meiqiong Li, Chaoyan Wang, Jian’e Zhang

Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

【**Abstract**】The occurrence of coronary heart disease is closely related to the narrowing of the coronary artery lumen caused by atherosclerosis. It seriously affects the physical and mental health of patients and leads to a decline in their quality of life. Cardiac rehabilitation is one of the important aspects of secondary prevention for coronary heart disease in clinical practice. In recent years, the application of integrated traditional Chinese and Western medicine nursing in this field has received considerable attention. The concepts of “preventing disease before it occurs” and “tailoring care based on syndrome differentiation” in traditional Chinese medicine have many overlaps with modern cardiac rehabilitation in terms of theory. For instance, traditional Chinese medicine techniques such as auricular bean pressing, acupoint application, and the Eight Pieces of Brocade have shown good effects in improving cardiac function, alleviating clinical symptoms, and reducing negative emotions. Based on this, this article systematically reviews the application progress of integrated traditional Chinese and Western medicine nursing techniques in cardiac rehabilitation for coronary heart disease, with the aim of providing useful references for the clinical practice of traditional Chinese nursing techniques in the cardiac rehabilitation of patients with coronary heart disease.

【**Keywords**】Integrated traditional Chinese and Western medicine nursing; Coronary heart disease; Cardiac rehabilitation; Application progress

在当前临床各种多发的心血管疾病中，冠心病占据重要位置，其致残率与病死率均较高。近年来随着我国居民饮食、生活习惯的变化，加上人口老龄化趋势加剧，冠心病患者数量呈现出快速增长态势，对患者心血管健康构成严重威胁。高血压、吸烟、血脂代谢异常、缺乏体力活动等，均为诱发冠心病的关键危险因素。心脏介入治疗虽可处理冠状动脉重度狭窄或闭塞等病变，但术后患者仍存在较高的心血管不良事件发生风险，导致住院率上升、死亡风险增加。基于此，本文围绕冠心病患者心脏康复护理的中西医结合护理方法应用进展进行综述。

1 穴位刺激

耳穴压豆是中医护理领域常见的技术类型之一。人体耳朵分布着大量和全身脏腑器官相对应的穴位，通过在特定穴位上贴压王不留行籽，对其进行连续良性刺激，有助于起到调节脏腑、平衡阴阳的功效。对于

冠心病患者来说，常用的耳穴有心、神门、交感、皮质下等。李春博等[1]研究表明，在常规护理的基础上加用耳穴压豆，可以有效缓解冠心病心绞痛患者的临床症状，减轻疼痛感，改善发作频率和持续时间，同时对心功能的恢复也有帮助。同时卢海群等[2]研究发现，耳穴压豆配合焦点解决模式心理护理能够进一步减轻冠心病患者的焦虑情绪。由此可见，耳穴压豆在改善冠心病患者症状和调节情绪等方面均体现出良好的效果。郑名红等[3]研究采用冠心通脉贴膏贴敷穴位，联合五音疗法用于 PCI 术后患者，发现干预 4 周后患者的中医症状积分明显降低，左室射血分数显著提高，而且主要不良心血管事件的发生率也明显低于常规护理组。研究说明穴位贴敷联合其他中医护理技术对改善冠心病患者的临床结局是有积极价值的。张旭[4]研究中将耳穴压豆和穴位贴敷联合用于冠心病患者，发现两者联用在改善临床症状和生活质量方面效果更好。

艾灸属于中医护理领域常见的一种温热刺激技术，借助艾炷和灸火对相应穴位进行刺激，能调理脏腑功能，对局部血管进行扩张，调节局部血流，提高机体免疫力。艾灸适用于阳虚寒凝血瘀的冠心病患者，通过在气海、关元、足三里等穴位施灸，可以温通经络、补益阳气，对缓解冠心病患者的胸闷胸痛和改善乏力症状有一定帮助。不过现阶段有关艾灸在心脏康复护理中的高质量研究目前还不算多，有待进一步开展更多研究来进行证实。

2 运动疗法

运动锻炼是冠心病患者心脏康复的核心内容之一。而在中医护理领域，通常指导患者进行八段锦、太极拳等传统运动的训练，此类运动强度和缓，动作柔中带刚，特别适合冠心病患者，尤其是老年患者。

八段锦运动处方干预中指导患者规律进行中等强度的有氧运动，能促进血液循环、提升肌肉耐力，并通过调节神经内分泌系统降低炎症因子水平，继而有效缓解疲乏感。八段锦的八节动作各有侧重，比如“双手托天理三焦”能够改善胸腔血流；“摇头摆尾去心火”有助于调节交感神经张力。近年来围绕八段锦在冠心病康复中的循证研究取得了不少进展。孙彤等[5]研究中纳入 119 例冠心病经皮冠状动脉介入术（PCI）患者，其中对照组（59 例）采用心脏康复治疗方案，试验组（60 例）在此基础上联合形意八段锦训练。结果显示试验组心肺耐力指标（峰值功率、峰值氧耗、峰值代谢当量、峰值氧脉搏、峰值呼吸交换率）均高于对照组，同时在生存质量评分方面，试验组也明显高于对照组。研究表明形意八段锦训练有效地增强了冠心病 PCI 术后患者的心肺耐力，改善了其生存质量与健康状况，取得了良好的康复效果。太极拳也被大量研究证实适用于冠心病患者的心脏康复。王丽等[6]研究发现，在常规治疗的基础上联合 24 式太极拳，能有效改善稳定型冠心病合并失眠症患者的心肺功能，提升临床治疗效果，减轻睡眠障碍症状。苏宇虹等[7]研究发现，冠心病 PCI 术患者在术后接受健身气功五禽戏联合II期心脏康复训练，有助于改善心理状态、自我护理能力，提升心脏康复依从性，并减少不良心血管事件的发生。

需要注意的是，护士在中医传统运动疗法的实践中扮演着重要角色。不仅需要护士掌握上述传统运动疗法的基本动作，能够在指导患者时做出正确的示范。而且护士还需要根据患者的心功能分级和体力状况，帮助患者把握好运动的强度和时间，确保运动的安全性和有效性。

3 情志护理与五音疗法

冠心病的发生发展通常也和心理因素有紧密联系。当患者存在严重焦虑、抑郁等负性情绪时，不仅影响患者的生活质量，还会增加心血管事件的风险。因此心理护理在心脏康复中占据重要地位。中医《素问·阴阳应象大论》中将情志分为七情，分别指：喜、怒、忧、思、悲、恐、惊。而七情与五脏相通：喜通心，怒通肝，悲通肺，忧思通脾，恐通肾，惊通心肝，因而七情表现过度则伤人体五脏。肝气条达、气血调和、心神安定是人体生理活动稳定的关键。通常情况下，七情并不会直接致病，但若遭遇突然而强烈的精神刺激，或是长期处于精神紧绷状态，便会干扰脏腑气血的正常运行，从而诱发疾病，这种情况即称为情志内伤。中医情志护理利用五脏、五行、五志相互间的相生相克关系，充分依据辨证施护原则，综合考虑患者病情、心理特征、认知水平等因素，对其开展多样化心理疏导。通过在适当时机提供暗示、语言开导、情志相胜等疏导措施，给予患者情感支持和慰藉，营造出愉悦、舒适、轻松的环境，减轻心理负担，疏解患者不良情志，让患者心理、生理、社会等需求得到最大限度满足，重新构建起积极向上的心境，从而有效消除负面情绪。在冠心病患者的临床护理中，护士一方面要帮助患者正确认识疾病，建立积极的心态，另一方面可以运用一些中医特色的心理调节方法。五音疗法是其中的代表，中医将音乐分为宫、商、角、徵、羽五种调式，分别对应脾、肺、肝、心、肾五脏。其中属“徵”调式的音乐对应心经，适合冠心病患者聆听。邱倩等[8]研究对冠心病经皮冠状动脉介入术患

者采用基于中医情志护理的健康宣教结合五音疗法，结果显示有助于改善焦虑抑郁及睡眠质量，减轻心胸疼痛、胸闷、心悸等症状。

4 中医药膳与饮食护理

饮食指导是心脏康复护理的基础内容之一。西医护理中针对冠心病患者推荐采用地中海饮食模式，强调多摄入橄榄油、深海鱼、坚果等[9]。中医饮食护理在此基础上增加了辨证施膳的特色。根据不同证型，护士可以为患者推荐相应的药膳。比如气虚血瘀型患者可以采用三七丹参饮，即三七片、丹参、太子参、山楂煎煮代茶饮，有助益气活血。对于痰浊闭阻型患者，可采用瓜蒌薤白茶，即瓜蒌、薤白、陈皮泡水喝，能够起到化痰宽胸等功效。对于气阴两虚型患者，可以选择西洋参百合羹，起到益气养阴、安神润心的作用。中医饮食护理的重要原则是强调“药食同源”，一方面考虑食物的营养摄入，另一方面需要关注药物的调理作用，这一护理方式不仅较为温和，患者接受程度也比较高。

5 结语

综上所述，当前中西医结合护理在冠心病心脏康复中的应用已经取得了一定成效，如穴位刺激、运动疗法、情志护理与五音疗法、中医药膳与饮食护理等护理手段在改善心功能、缓解临床症状、调节不良情绪方面已有较多证据支持。未来随着心脏康复在临床逐步推广和多学科协作进一步深化，中西医结合护理在冠心病患者的康复领域将会体现出更显著的作用，让更多患者受益。

参考文献

[1] 李春博,刘冰心,陈梦雅,等. 耳穴压豆中医护理在冠心病心绞痛中的应用[J]. 承德医学院学报,2025,42(2):135-139.

[2] 卢海群,黄敬毅,王娟. 耳穴压豆联合焦点解决模式对冠心病合并肝郁化火型焦虑患者证候积分及焦虑评分的影响[J]. 中国医学创新,2025,22(13):88-92.

[3] 郑名红,苏彬彬. 冠心通脉贴膏贴敷穴位联合五音疗法在冠心病择期介入术后的应用研究[J]. 心血管病防治知识,2025,15(17):68-71.

[4] 张旭. 耳穴压豆联合中药穴位贴敷对气滞血瘀型冠心病患者负面情绪的价值探讨[J]. 中国现代药物应用,2024,18(7):134-137.

[5] 孙彤,黄丽萍,郭军,等. 形意八段锦训练对冠心病经皮冠状动脉介入术后患者心肺功能与生存质量的影响[J]. 中国康复医学杂志,2025,40(7):1002-1008.

[6] 王丽,韦卓,赵新望,等. 太极拳对稳定型冠心病合并失眠症患者睡眠质量及心肺功能的影响[J]. 广西中医药大学学报,2025,28(2):13-16.

[7] 苏宇虹,赵玉玲,梁芳芳. 五禽戏联合II期心脏康复在冠心病 PCI 术后患者中的应用[J]. 中国循证心血管医学杂志,2024,16(2):159-162.

[8] 邱倩,廖丽婷,温彩云,等. 基于中医情志护理的健康宣教结合五音疗法对冠心病经皮冠状动脉介入术术后患者焦虑抑郁及睡眠质量的影响[J]. 中国当代医药,2024,31(26):179-183.

[9] 朱梦珂,王瑞琪,张开新. 基于盐味觉的限盐饮食护理对老年高血压伴冠心病患者限盐饮食执行及生活质量的影响分析[J]. 医学理论与实践,2022,35(22):3935-3937.

版权声明：©2026 作者与开放获取期刊研究中心（OAJRC）所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。
https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/
OPEN ACCESS