

健康教育联合自我管理干预对心律失常患者依从性的应用研究

木尼热·吐尔迪, 赛米热·依马木

新疆维吾尔自治区喀什地区第二人民医院心血管内科二病区 (起搏组) 新疆喀什

【摘要】目的 探讨心律失常患者护理中, 应用联合护理 (即健康教育+自我管理) 的效果。**方法** 研究选期: 2025 年 1 月-12 月, 本院共收治 30 例心律失常患者, 实施数字表法分组, 各 15 例。对照组给予常规干预, 观察组实施联合干预, 对比依从性指标评分。**结果** 组间护理前指标评分无差异 ($P>0.05$); 护理后, 两组指标均得到改善, 且观察组用药、复查、日常行为、诱因规避评分高于对照组 ($P<0.05$)。**结论** 通过联合干预, 可以提高患者依从性, 能够更好地配合治疗, 延迟疾病发展, 建议推广。

【关键词】 心律失常; 联合干预; 健康教育; 自我管理; 依从性

【收稿日期】 2026 年 5 月 12 日

【出刊日期】 2026 年 6 月 11 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260307

Application research of health education combined with self-management intervention on compliance of patients with arrhythmia

Munire Turdi, Semire Imam

Department 2 of Cardiovascular Medicine, Second People's Hospital of Kashgar Prefecture, Xinjiang Uygur Autonomous Region (pacing group), Kashgar, Xinjiang

【Abstract】Objective To explore the effect of combined nursing (i.e. health education+self-management) in the care of patients with arrhythmia. **Methods** Study selection period: From January to December 2025, a total of 30 patients with arrhythmia were admitted to our hospital and divided into 15 groups using the digital table method. The control group received routine intervention, while the observation group received combined intervention, and the compliance index scores were compared. **Results** There was no significant difference in pre nursing indicator scores between groups ($P>0.05$); After nursing, both groups of indicators improved, and the observation group had higher scores in medication, follow-up, daily behavior, and avoidance of triggers than the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Through joint intervention, patient compliance can be improved, better cooperation with treatment can be achieved, and disease progression can be delayed. It is recommended to promote this approach.

【Keywords】 Arrhythmia; Joint intervention; Health Education; Self-management; Compliance

心律失常发病涉及多种因素, 包括高血压等, 病情持续时间较长, 严重时可致心衰等并发症。临床干预针对心律失常进行控制, 防止复发和改善预后是首要任务, 而患者依从性将会对治疗造成重要影响^[1]。多数患者因缺乏对疾病的认识和自我管理能力, 易出现服药及复查依从性降低。联合干预中, 健康教育可使患者加强疾病认识, 自我管理可提升自控能力, 以此改善患者依从性。基于此, 研究旨在探讨联合干预的效果, 详情如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

纳入 30 例心律失常患者, 日期选择 2025 年 1 月

至 12 月, 借助数字表法分组, 每组 15 例。对照组中, 男 9 例, 女 6 例; 年龄 42-76 岁, 均值 (55.20 ± 6.97) 岁。观察组中, 男 8 例, 女 7 例; 年龄 43-77 岁, 均值 (56.26 ± 6.64) 岁。组间一般资料无差异 ($P>0.05$), 具有可比性。本研究方案已通过我院伦理委员会审批, 所有参与患者均知情同意。

纳入标准: ①经心电图检查, 所有患者均符合心律失常诊断标准; ②患者病情至少 3 个月, 未出现明显的肝肾功能异常。

排除标准: ①合并有系统性相关疾病者; ②患有精神疾病, 无法配合治疗与护理者。

1.2 方法

1.2.1 对照组: 常规干预

严密观察患者重要体征, 观察心率变化, 如有不正常情况, 立即报告医生进行治疗; 在医生指导下进行用药, 并告知服药的具体用量。

1.2.2 观察组: 联合干预

(1) 考虑患者文化程度, 通过简单文字和图片方式, 对疾病成因、治疗等进行详细说明, 以防止出现太多模糊的技术名词。对于年龄较大的患者, 应放缓讲解速率, 重复要点, 可以藉由病例示范使患者直接认识到不配合治疗的不良影响。

(2) 采集患者个体用药情况, 包括用药种类、时间等, 并根据其日常生活方式, 制定个体化用药计划。采用手机闹铃和床头提示卡两种方式, 提示患者每天按时服药, 防止漏服或错服。服用药物前, 要将药物功效和可能产生的副作用详细告知, 并且要让患者关注身体状况, 如果有异常及时告诉医生。

(3) 根据患者疾病轻重, 建立个体化生活方式。叮嘱患者避免熬夜, 不要过度劳累, 每天要有 7-8 个小时的睡眠时间, 养成规律作息。指导患者保持健康饮食,

以低盐低脂为主, 坚持少吃多餐, 避免辛辣刺激食物, 还要戒烟戒酒。建议患者每天做温和运动, 如散步等, 每天 1 次, 每次 15-20 分钟。

(4) 每天与患者进行有效沟通, 有耐心听取其心声, 针对因疾病复发而产生的焦虑等负面情感进行准确辨识。对于有严重焦虑症状的患者, 可以每天 2 次 10 分钟进行深呼吸和放松训练, 以增加患者的信任, 使其能更好地配合治疗。

1.3 指标观察

使用自编依从性评定量表进行评价, 包括用药、复查、日常行为、诱发规避 4 项指标, 各指标分值在 0-25 分, 得分越高依从性越好。

1.4 统计学分析

数据以 SPSS 22.0 统计, 计量资料 ($\bar{x} \pm s$) 执行 t 检验; 计数资料 (%) 用于 χ^2 检验。结果以 $P < 0.05$ 表示。

2 结果

观察组依从性评分均高于对照组 ($P < 0.05$), 见表 1。

表 1 依从性指标 ($n, \bar{x} \pm s$ 、分)

类别	例数	用药		复查		日常行为		诱因规避	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	15	14.20 $\pm$ 1.93	22.33 $\pm$ 1.11	14.60 $\pm$ 1.91	22.53 $\pm$ 1.18	13.26 $\pm$ 2.08	22.40 $\pm$ 2.13	14.26 $\pm$ 2.08	22.53 $\pm$ 1.18
对照组	15	14.26 $\pm$ 2.01	18.13 $\pm$ 1.40	14.33 $\pm$ 1.98	17.13 $\pm$ 1.98	13.40 $\pm$ 2.09	17.26 $\pm$ 1.27	14.26 $\pm$ 2.15	18.40 $\pm$ 2.13
t	-	0.083	9.104	0.380	9.073	0.183	8.027	0.000	6.568
P	-	0.934	<0.001	0.706	<0.001	0.855	<0.001	1.000	<0.001

3 讨论

心律失常是较为普遍的心血管疾病, 具有多种临床症状, 如果病情持续发展, 会对心脏造成损害, 从而引起心力衰竭等并发症, 对患者身心健康造成极大的危害^[2]。然而多数患者, 因对疾病没有足够认知, 无法进行科学的自我管理, 容易发生不按时用药等情况, 这会造成病情的复发, 让治疗变得更加困难, 因此开展综合干预非常重要。

本次研究结果中, 观察组依从性各评分高于对照组 ($P < 0.05$), 表明联合干预可显著提升患者依从性。通过用药精确监测对患者用药行为进行标准化, 采用双提醒和用药档案等方法, 可以防止患者漏服或错服药物, 保证药物的疗效^[3]。通过疾病认知干预, 患者能清楚地意识到复查对于病情监测的重要作用, 并且能够积极配合定期检查, 让医生能够对治疗计划进行适

时的调整。每日行为精确干预与患者的病情一致, 从而制定生活计划, 使患者明确行为对疾病的影响, 积极遵守有关规定; 通过精确心理辅导, 减轻消极情感, 增加治疗信心, 使其能够更好地配合治疗, 防止因不良情感而导致不良行为^[4]。

综上, 通过联合干预, 能够提高患者的依从性, 让其正确用药, 定期复查, 养成良好的行为规范, 避开病因, 从而使治疗效率得到最大限度的提高, 值得应用。

参考文献

- [1] 李小义, 刘盼盼, 朱肖霖. 循证-情志干预联合“321”健康教育模式对 AMI 伴心律失常保守治疗患者自我管理能力及心理健康的影响[J]. 中国健康心理学杂志, 1-11.
- [2] 魏淑榕, 薛秀琴, 雷妹, 等. 基于目标达成理论的多模式健康教育用于老年心律失常患者中的效果[J]. 心血管病防

- 治知识,2025,15(08):130-133.
- [3] 穆瑞红,宋玉,马晓滨.家属参与式护理干预模式对慢性心律失常患者病情控制及自我管理能力的影[J].实用心电学杂志,2024,33(05):485-490.
- [4] 刘蓉.基于交互分析的同伴教育模式结合 IARA 干预措施对冠心病合并心律失常患者健康行为及自我管理能力的影[J].心血管病防治知识,2024,14(16):123-127.
- [5] 刘亮.知信行健康教育联合自我适应性强心运动方案在糖尿病并发心律失常患者中的应用效果观察[J].心血管病防治知识,2025,15(10):96-100.
- [6] 袁静.综合护理应用于老年冠心病患者心律失常的效果分析[J].婚育与健康,2024,30(11):133-135.
- [7] 朱慧鹏,魏伟丽,刘瑾春.基于交互分析的同伴教育模式应用于 AMI 伴心律失常患者药物治疗期间的干预效果[J].中国药物滥用防治杂志,2024,30(03):462-465+473.
- [8] 何耀彩.综合护理干预对冠心病伴心律失常患者生活质量的影[J].中西医结合心血管病电子杂志,2023,11(29):29-31+15.

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