早期康复护理联合心理护理对冠心病介入术后患者的影响

唐晓霞

西藏林芝市人民医院　西藏林芝

【摘要】**目的** 探讨早期康复护理联合心理护理干预对冠心病行经皮冠状动脉介入术（PCI）后患者的应用效果。**方法** 选取我院收治的 90 例冠心病 PCI 术后患者，对照组实施心内科术后常规护理，观察组采用早期康复护理联合系统化心理护理干预，对比两组干预效果。**结果** 观察组患者心功能指标、运动耐量均优于对照组，负性情绪评分显著低于对照组，自我管理能力与生活质量大幅提升，且术后不良心血管事件发生率明显降低（P 均＜0.05）。**结论** 针对冠心病 PCI 术后患者开展早期康复护理联合心理护理干预，可有效改善患者心功能，缓解术后焦虑、抑郁等负性情绪，提升患者疾病自我管理能力与生活质量，减少术后不良心血管事件发生，康复效果确切。

【关键词】冠心病；经皮冠状动脉介入术；早期康复护理；心理护理

【收稿日期】2026 年 10 月 5 日　【出刊日期】2026 年 11 月 6 日　【DOI】10.12208/j.jacn.20260589

Impact of early rehabilitation nursing combined with psychological nursing on patients after percutaneous coronary intervention (PCI) for coronary heart disease

Xiaoxia Tang

Xizang Nyingchi Municipal People's Hospital, Nyingchi, Xizang

【**Abstract**】**Objective** To investigate the efficacy of early rehabilitation nursing combined with psychological nursing intervention in patients undergoing percutaneous coronary intervention (PCI) for coronary heart disease. **Methods** A total of 90 PCI coronary heart disease patients admitted to our hospital were selected. The control group received routine postoperative cardiology care, while the observation group received early rehabilitation nursing combined with systematic psychological nursing intervention. The therapeutic outcomes between the two groups were compared. **Results** Patients in the observation group demonstrated superior cardiac function indicators and exercise tolerance compared to the control group, significantly lower negative emotion scores, markedly improved self-management ability and quality of life, and a significantly reduced incidence of adverse cardiovascular events postoperatively (all P <0.05). **Conclusion** Implementing early rehabilitation nursing combined with psychological nursing intervention for PCI coronary heart disease patients effectively improves cardiac function, alleviates postoperative anxiety and depression, enhances disease self-management capacity and quality of life, reduces the incidence of adverse cardiovascular events, and yields definitive rehabilitation outcomes.

【 **Keywords** 】 Coronary heart disease; Percutaneous coronary intervention; Early rehabilitation nursing; Psychological nursing

冠心病（CAD）是一种常见的心血管疾病，随着人口老龄化和生活方式的改变，冠心病的患病率逐年上升，严重影响患者的生活质量甚至危及生命，其特征是心脏供血不足，导致心脏功能受损。经皮冠状动脉介入治疗（PCI）是治疗冠心病的一种有效方法，通过在冠状动脉中植入支架来改善心脏供血[1-2]，但介入手术治疗费用较昂贵，术后仍然需要长时间的治疗，存在手术风险和术后并发症的发生，易产生焦虑、抑郁等负性情绪，影响康复依从性与远期预后[3-4]。研究表明，科学合理的术后康复护理措施能够显著改善患者的身体机能，降低并发症的发生率，并提升整体康复效果[5]。早期康复护理通过科学评估和个体化的运动处方，能够促进患者心功能的恢复，改善运动耐量，而心理护理则通过认知行为干预、情绪疏导等方式，帮助患者建立积极的疾病应对模式。鉴于此，本研究以 90 例 PCI 术后患者为对象，观察联合护理干预对心功能、心理状态、

生活质量及 MACE 的影响，现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2025 年 5 月至 2026 年 5 月于我院心内科接受 PCI 治疗的冠心病患者 90 例，随机分为对照组（n=45，男性/女性为 25/20，采取心内科 PCI 术后常规护理）和观察组（n=45，男性/女性为 23/22，实施早期康复护理联合心理护理）。所有入组者平均年龄为（61.89±5.36）岁，平均病程（6.12±2.15）年，两组患者一般资料指标间 P＞0.05，具有可比性。

纳入标准：经冠状动脉造影确诊为冠心病并成功实施介入治疗，NYHA 心功能分级为II~III级，术后生命体征平稳，意识清楚，能够配合完成相关量表评估。

排除标准：合并严重瓣膜病、心肌病、先天性心脏病，合并严重并发症（如心力衰竭、急性心肌梗死等），精神障碍或认知障碍无法配合评估，存在运动禁忌症或肢体活动障碍无法配合康复锻炼者。

1.2 方法

1.2.1 对照组：术后心电监护 24~48 h，观察穿刺部位出血与肢体血液循环；指导卧床制动（桡动脉穿刺者腕关节制动 6 h，股动脉穿刺者卧床 12 h）、逐步床上活动；常规用药指导、饮食宣教、出院随访等。

1.2.2 观察组：

（1）早期康复护理：

1）术后早期床上活动期（术后 24h 至 3d）：患者生命体征平稳后，最早可于术后 6-24h 开始，以床上被动与主动活动为主，如踝泵运动、股四头肌等长收缩、上下肢关节的屈伸及翻身训练[6]，逐步过渡至床边坐起、静坐及站立训练，同时辅以呼吸训练，如腹式呼吸和缩唇呼吸，以改善肺功能，预防并发症（5-15min/次，2-4 次/d），以预防深静脉血栓、肺部感染。

2）低强度下地活动期（术后 3d 至出院前）：在耐受范围内进行床边慢步走、室内短距离行走，起始距离从 10-20m 开始，逐渐增加至 200-300m，2-3 次/d[7]，若出现胸闷、气促等不适，立即停止。同时指导患者合理饮食，遵循低盐、低脂、低糖、少食多餐原则，戒烟戒酒，控制膳食总热量，减轻心脏负荷，并鼓励患者逐步恢复日常生活自理能力，如穿衣、洗漱、进食等。

3）居家康复巩固期（出院至术后 12 周）：制定个体化居家康复计划，包括步行、快走、太极拳等有氧运动，30-40min/次，3-5 次/周。运动前后安排 5min 热身与放松。指导患者记录康复日记（运动、饮食、情绪等），并通过每 2 周一次的电话或门诊随访监督执行，动态调整方案。明确告知心率上限（通常为静息心率+20-30 次/分）及安全注意事项。

（2）系统化心理护理：

1）初始评估与认知干预（入院至术后 1 周）：采用汉密尔顿焦虑量表（HAMA）和汉密尔顿抑郁量表（HAMD）评估患者心理状态，识别负性情绪根源（如对再梗死的恐惧、对支架的认知误区、经济压力等）。通过一对一沟通、图文资料等形式，纠正“支架治愈”“活动导致支架移位”等错误认知，并结合成功案例，清晰解释康复流程与预后，帮助患者建立合理期望。

2）情绪疏导与放松训练（术后 1-6 周）： 每日安排 15-20min 的一对一心理疏导，给予倾听、共情和鼓励。指导患者学习正念呼吸、渐进性肌肉放松、冥想等放松技巧，1-2 次/d，15-20min/次，以管理焦虑、抑郁情绪。鼓励家属参与，提供情感支持，避免负面言语刺激，营造积极的康复氛围。

3）行为强化与长期管理（术后 7-12 周及随访期）：采用认知行为疗法，帮助患者识别并修正导致不良行为的负性思维。鼓励通过记录“康复日记”增强自我管理效能。在出院时强调长期情绪管理的重要性。随访中（门诊或电话，每 2 周一次，共 6 次）持续评估情绪变化，督促康复执行。必要时联系心理科进行专业会诊。组织病友交流会，促进同伴支持与经验分享。

1.3 观察指标

对比两组患者术后 12 周心功能指标、心理状态（HAMA、HAMD 评分，分数越高说明负性情绪越严重）、生活质量（SAQ 评分，总分越高越好）及自我管理能力（CSMS）评分，总分 27～135 分，分值越高表示自我管理能力越好和主要不良心血管事件（MACE）。

1.4 统计学分析

采用 SPSS26.0 软件进行数据处理，用 t 检验（$\bar{x}\pm s$），用 χ^2 检验[n（%）]，若 P＜0.05 说明存在对比意义。

2 结果

观察组干预后 LVEF、6MWT、CSMS 及 SAQ 评分均高于对照组，LVEDD、HAMA、HAMD 均更低（均 P＜0.05）；心血管不良事件总发生率 4.44%（2/45）低于对照组的 17.78%（8/45，χ^2=4.050，P＜0.05）。

3 讨论

冠心病是临床高发的心血管器质性病变，多见于中老年人群，PCI 是目前治疗冠心病的主流微创术式，但手术属于有创操作，加之患者对手术疗效、术后预后、疾病复发的过度担忧，术后极易产生焦虑、抑郁等负性情绪[8-9]。

此次研究结果表明，采用早期康复护理联合系统化心理护理干预的观察组患者心功能指标、运动耐量均优于对照组，负性情绪评分显著低于对照组，自我管理能力与生活质量大幅提升，且术后不良心血管事件发生率明显降低（P＜0.05）。

表 1 两组患者心功能指标、心理状态、生活质量及自我管理能力和心血管不良事件（$\bar{x}\pm s$）[n（%）]

指标		对照组（n=45）	观察组（n=45）	t/χ^2 值	P 值
心功能指标	LVEF（%）	51.36±4.25	56.89±4.32	6.115	＜0.05
	LVEDD（mm）	52.14±4.86	48.26±4.53	3.912	＜0.05
	6MWT（m）	381.52±30.67	418.75±28.34	5.948	＜0.05
HAMA 评分（分）		12.89±4.12	8.24±3.46	5.826	＜0.05
HAMD 评分（分）		13.45±4.28	7.86±3.12	7.123	＜0.05
CSMS 评分（分）		78.45±11.76	95.67±10.23	7.352	＜0.05
SAQ 评分（分）		69.56±7.35	78.42±8.27	5.368	＜0.05
不良事件发生率	心绞痛复发	4（8.89%）	1（2.22%）	-	-
	非致死性心肌梗死	1（2.22%）	0（0.00%）	-	-
	靶血管重建	1（2.22%）	0（0.00%）	-	-
	心力衰竭加重	2（4.44%）	1（2.22%）	-	-
	总计	8（17.78%）	2（4.44%）	4.050	＜0.05

分析原因，早期康复护理遵循循序渐进的康复原则，根据患者术后不同阶段的身体状态，制定床上被动运动、下地活动、居家有氧运动的阶梯式康复方案，可有效改善心肌血液循环，增强心肌收缩功能，提升患者运动耐量，同时规避长期卧床引发的各类并发症，为躯体康复奠定基础。而系统化心理护理贯穿围手术期及术后随访全程，通过术前术后认知干预纠正患者疾病误区，针对性疏导负面情绪，配合放松训练、家庭支持及同伴干预，可有效缓解患者焦虑抑郁状态，提升患者康复治疗依从性。

综上，早期康复护理联合心理护理是适配冠心病 PCI 术后患者的优质干预模式，可有效优化患者心功能、改善心理状态、降低术后风险、提升生活质量，干预效果显著，可广泛应用于冠心病 PCI 术后临床护理工作中。

参考文献

[1] 秦海红,尹姣,王娟,等.早期多维度心脏康复护理模式应用于冠心病 PCI 术后患者的效果分析[J].贵州医药,2023,47(09):1471-1472.

[2] 钟雯,王任红,周亮,等.心理疗法联合早期康复运动在冠心病介入治疗中的应用效果[J].中国老年学杂志,2022,42(15):3632-3635.

[3] 林珑,卢芳芳,胡佩红,等.早期心脏康复联合心理护理干预在急性冠状动脉综合征PCI术后护理中的应用[J].中国临床研究,2024,37(9):1467-1472.

[4] 何玮琳,祝颖,熊维,等.冠心病 PCI 术后患者焦虑抑郁的影响因素分析[J].中华现代护理杂志,2022,28(35):4958-4962.

[5] 曾建英.早期康复干预对冠心病介入治疗术后患者生活质量的影响[J].中国实用医药,2021,16(24):188-191.

[6] 张雅芝,王颖,褚彦香,等.踝泵运动预防成人围手术期下肢深静脉血栓最佳证据总结[J].中华现代护理杂志,2022,28(1):15-21.

[7] 郭燕萍.早期综合康复护理干预对冠心病患者的应用价值分析[J].心血管病防治知识（学术版）,2024,14(4):78-80.

[8] 孙彦博,滕思勇,罗振立,等.经皮冠状动脉介入治疗对冠心病患者术后焦虑和抑郁影响的研究[J].中国辐射卫生,2021,30(5):632-637.

[9] 龙珊,刘兴德,李甜甜,等.冠心病患者经皮冠状动脉介入治疗术后合并焦虑抑郁机制及治疗的研究进展[J].实用医学杂志,2023,39(21):2850-2856.

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