

基于 5E 康复模式下的护理干预在老年慢性心衰患者中的应用

楚 丽, 吴 琪 玉*

中国科学技术大学附属第一医院(安徽省立医院) 安徽合肥

【摘要】目的 探究将基于 5E 康复模式下的护理干预措施应用于老年慢性心衰患者中的实际效果与价值。**方法** 本研究选择 2024 年 5 月至 2025 年 5 月期间纳入我院的 70 例老年慢性心衰患者作为研究对象。采用随机数字表法分配至对照组(35 例, 采用常规护理)与研究组(35 例, 采用基于 5E 康复模式下的护理干预)。对两组的护理干预效果展开对比分析。**结果** 相较于对照组, 研究组患者的心功能各项指标均呈现出更为显著的优化态势, 同时该组患者的生活质量评分也大幅高于对照组, 组间差异经统计学分析具有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 针对老年慢性心力衰竭患者开展基于 5E 康复模式下的护理干预措施, 能够显著优化患者的心功能相关指标, 并提升其日常生活质量水平。

【关键词】 基于 5E 康复模式下的护理干预; 老年; 慢性心衰; 心功能

【收稿日期】 2025 年 12 月 18 日

【出刊日期】 2026 年 1 月 19 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260004

Application of nursing interventions based on the 5E rehabilitation model in elderly patients with chronic heart failure

Li Chu, Jiyu Wu*

China University of Science and Technology Affiliated First Hospital (Anhui Provincial Hospital), Hefei, Anhui

【Abstract】Objective This study aims to investigate the practical effects and value of applying nursing interventions based on the 5E rehabilitation model in elderly patients with chronic heart failure. **Methods** This study selected 70 elderly patients with chronic heart failure admitted to our hospital from May 2024 to May 2025 as research subjects. They were randomly assigned using a random number table to the control group (35 cases, receiving conventional care) and the study group (35 cases, receiving nursing interventions based on the 5E rehabilitation model). The effects of nursing interventions in the two groups were comparatively analyzed. **Results** Compared with the control group, the patients in the study group showed significantly better cardiac function-related indicators, and their quality of life scores were noticeably higher, with the differences being statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** Implementing nursing interventions based on the 5E rehabilitation model for elderly patients with chronic heart failure can effectively improve their cardiac function indicators, thereby enhancing their quality of life.

【Keywords】 Nursing intervention based on the 5E rehabilitation model; Elderly; Chronic heart failure; Cardiac function

慢性心衰是目前临床发病率呈上升趋势的一类慢性心血管疾病, 在老年人群中的发病率尤为突出^[1]。老年慢性心衰的发生会导致患者运动耐量持续降低, 严重影响其日常体力活动能力; 加之老年患者身体机能呈自然衰退态势, 疾病多表现为进行性加重, 这对其生活质量构成显著威胁^[2]。因此, 在对老年慢性心衰患者实施药物治疗的同时, 配合科学有效的护理干预具有

重要的临床价值。基于 5E 康复模式下的护理干预是一种以患者需求为导向的综合性护理干预方案, 其核心强调通过系统化的健康宣教与正向鼓励, 启发患者主动参与康复训练, 并借助规范执行护理措施与持续动态评估, 进一步提升整体护理效果^[3]。基于此, 本研究着重探索将基于 5E 康复模式下的护理干预措施应用于老年慢性心衰患者中的实际效果与价值, 具体如下。

*通讯作者: 吴琪玉

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选取 2024 年 5 月至 2025 年 5 月于我院收治的老年慢性心衰患者 70 例作为样本来源。纳入标准：

(1) 患者经检查明确确诊为慢性心衰；(2) 患者年龄均达到或超过 60 岁；(3) 患者对本研究的目的及具体内容完全知晓，并自愿签署知情同意书。排除标准：

(1) 心肝肾等重要脏器出现严重病变的患者；(2) 合并全身感染性疾病的患者；(3) 患有神经系统相关疾病的患者。依据随机数字表法分成：研究组 35 例（男性 20 例，女性 15 例，平均年龄为 72.10 ± 3.45 岁），对照组 35 例（男性 18 例，女性 17 例，平均年龄为 72.61 ± 3.19 岁）。两组研究对象的基线数据对比未呈现出统计学差异 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组给予常规护理，研究组则给予基于 5E 康复模式下的护理干预，具体内容如下：

(1) 教育。①疾病知识宣教。护理人员需借助多样化的宣教手段，如开展一对一对面讲解、发放图文并茂的科普手册以及播放专业教育视频等，向患者阐释慢性心衰的致病因素、病理机制、生理改变特征及其典型临床表现，并着重强调该疾病的慢性病程特点，以及心脏康复治疗对患者预后改善的关键作用。②用药指导。护理人员需向患者全面阐释所用药物的药理作用机制、规范服用方式以及用药后可能发生的药物不良反应相关情况，同时需反复强调规律用药对于疾病控制的重要性，帮助患者建立科学的用药认知。

(2) 鼓励。①心理疏导。护理人员需主动构建和谐融洽的护患沟通关系，以耐心的态度倾听患者内心存在的困惑与忧虑，并给予患者正向的心理慰藉与精神鼓励，帮助其建立积极的治疗心态。②康复目标设定。护理人员应与患者进行充分沟通，并结合其实际病情及身体机能状况，共同制定具有可操作性的阶段性康复目标。③家庭协同支持。倡导患者家属主动投身于患者的康复过程，并给予充分的情感支持与慰藉。

(3) 启发。①康复案例分享。通过分享同类疾病成功康复患者的真实案例，护理人员可有效激发患者的治疗积极性，使其直观了解同类型患者的康复路径与成功经验，进而强化其战胜疾病的信心与康复意志。②自我健康监测。护理人员应引导患者建立自我健康管理意识，教授其规范监测心率、血压、体重等核心生理指标的方法，并指导其每日记录健康数据变化，为动态评估康复效果提供客观依据。

(4) 执行。①个体化护理方案制定。护理人员基于对患者具体病情、身体机能、心理状态等多维度综合评估结果，为其量身定制个性化护理方案。该方案涵盖饮食调控策略、运动康复计划、用药管理规范以及心理干预措施等内容。②实施康复训练。护理人员需全程参与患者的康复训练过程，通过现场示范、动作纠正等方式给予专业指导，同时密切监测训练期间患者的生命体征变化及主观感受，及时调整训练方案，切实保障康复训练实施的科学性、规范性与安全性。

(5) 评估。①定期评估。护理人员需定期对患者的心脏功能状态及阶段性康复成效进行动态监测，以全面客观地评价护理干预的实际效果。②反馈与方案调整。依据定期评估结果，护理人员应及时向患者反馈康复进程中的积极进展与现存问题，并与患者共同研讨以优化护理方案，确保干预措施始终与患者实际需求保持高度契合，提升护理服务的精准性和实效性。③长期随访。通过电话随访、短信沟通或家庭访视等途径对患者实施长期随访，跟踪其康复后的远期效果及日常管理情况，并为患者提供延续性护理支持。

1.3 观察指标

对两组患者护理干预后的心功能相关指标进行检测评估，具体涵盖左心室射血分数 (LVEF)、左心室舒张末期内径 (LVEDD)、左心室收缩末期内径 (LVESD) 及 6 分钟步行试验 (6MWT)。

对两组患者护理干预后的生活质量状况展开评价，评价工具运用明尼苏达心力衰竭生活质量评估量表 (MLHFQ)，此量表满分为 105 分，量表得分的高低与患者生活质量水平呈负相关关系。

1.4 统计学分析

数据分析运用 SPSS 26.0 统计软件进行处理，计量资料采用 t 值与 $\bar{x} \pm s$ 进行描述，若 P 值低于 0.05，则判定该差异具备统计学层面的显著性。

2 结果

2.1 两组患者的心功能相关指标对比

与对照组相比，研究组患者的心功能各项指标均呈现出优化态势，组间差异具有显著意义 ($P < 0.05$)，详情见表 1。

2.2 两组患者的生活质量对比

研究组患者的生活质量评分大幅高于对照组，组间差异具有显著意义 ($P < 0.05$)，详情见表 2。

3 讨论

在疾病发展过程中，因心脏持续承受过重的负荷，左心室心肌会逐渐出现代偿性增厚现象，同时血浆内

的儿茶酚胺分泌量会显著增多,进而加剧心肌细胞凋亡,加重心室重塑的程度,最终引发心衰^[4]。老年患者由于年龄因素,往往合并多种基础性疾病,且部分老年

患者心理状态欠佳,对治疗和护理的依从性较低,而且受病情的干扰,极易导致临床康复效果未达预期。

表 1 两组的心功能相关指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	LVEF (%)	LVEDD (mm)	LVESD (mm)	6MWT (m)
研究组	35	48.18±5.43	55.26±4.44	46.25±5.18	432.32±62.46
对照组	35	44.58±5.54	58.39±4.74	43.24±5.19	388.51±59.48
<i>t</i>	-	2.746	2.851	2.429	3.005
<i>P</i>	-	0.008	0.006	0.018	0.004

表 2 两组的生活质量对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	MLHFQ 评分
研究组	35	85.26±5.08
对照组	35	73.85±6.16
<i>t</i>	-	8.454
<i>P</i>	-	0.001

本研究数据显示,相较于对照组,研究组患者的心功能相关指标均显著更优,且其 MLHFQ 评分明显更高 (*P*<0.05)。分析原因为 5E 康复模式涵盖教育、鼓励、启发、执行以及评估这五个阶段,且每个阶段均围绕患者的多样化需求展开全面护理工作^[5-6]。在教育阶段,护理人员需向患者全面传授健康教育知识,帮助患者掌握疾病相关信息及康复技巧,以此提高患者对健康的认识程度与自我护理能力。在鼓励与启发阶段能够提高患者对康复过程的参与积极性,提升患者的治疗依从性以及自我管理能力。最后的评估阶段,通过持续性的评估工作并及时给予反馈,依据评估结果及时调整护理计划,以此确保护理措施具备有效性与针对性,最终达到提升患者生活质量的目的^[7-8]。

综上所述,针对老年慢性心力衰竭患者开展基于 5E 康复模式下的护理干预措施,能够显著优化患者的心功能相关指标,并提升其日常生活质量水平。

参考文献

- [1] 张杰.运动康复护理对老年慢性心衰患者心功能指标、机体耐力水平及预后的影响[J].医学信息,2022,35(17):187-189.
- [2] 张华.舒适护理干预在老年慢性心衰护理中的效果及对患者生活质量的影响分析[J].黑龙江中医药,2022, 51(3):317-319.

- [3] 陈丽莉,肖琴.5E 康复模式对高血压合并慢性心力衰竭患者疾病知识、依从性及血压控制率的影响[J].心血管病防治知识,2023,13(35):68-71.
- [4] 黄丽娟.概念重建理论的认知护理在老年慢性心衰患者中对疾病认知水平及心功能的影响[J].心血管病防治知识,2023,13(32):38-40.
- [5] 任玉娇,周焕芳,胡雪萍,等.微信载体化 5E 康复管理模式对老年慢性心力衰竭患者钠盐摄入行为干预的效果分析[J].中国护理管理,2021,21(11):1608-1611.
- [6] 孟莉,赵冉冉,吴妍平.慢性心衰在老年患者的特征分析与护理康复研究[J].医学美学美容,2021,30(7):151.
- [7] 聂益晶,王巧容,麻桂花,等.基于 5E 康复模式的居家容量管理在稳定期慢性心衰患者中应用的效果评价[J].医药高职教育与现代护理,2024,7(4):337-342.
- [8] 孙利平,孙雪丽,马震.5E 模式全面管理对慢性心力衰竭稳定期患者康复作用的研究[J].中国循证心血管医学杂志,2024,16(5):622-624.

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