

心脏康复分级护理专项团队干预对老年冠心病患者心功能、 运动耐力的影响

窦淑芮, 徐晶晶*

北京市中日友好医院 北京

【摘要】目的 探讨心脏康复分级护理专项团队干预在老年冠心病患者康复中的应用价值, 针对心功能、运动耐力方面的影响开展论述。**方法** 实验时间跨度 1 年, 于 2024 年 1 月开始, 至 2025 年 1 月结束, 将期间接受治疗的老年冠心病患者作为观察对象, 筛选其中 80 例开展分组 (电脑随机分配), 即对照组 (常规护理, n=40)、观察组 (心脏康复分级护理专项团队干预, n=40), 详细记录相关数据指标, 对比分析结果差异表现。**结果** 与对照组相较, 观察组患者心功能指标、运动耐力情况、生活质量评分均优, 组间数据差异显示 $P < 0.05$ 。**结论** 老年冠心病患者治疗期间配合心脏康复分级护理专项团队干预能够明显提高护理质量, 改善患者心功能, 提升运动耐力及生活质量, 显效积极整体康复效果, 值得作为可靠护理方案推广应用。

【关键词】 心脏康复分级护理专项团队干预; 老年冠心病; 心功能; 运动耐力

【收稿日期】 2025 年 12 月 12 日

【出刊日期】 2026 年 1 月 9 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260002

Impact of specialized cardiac rehabilitation graded nursing team intervention on cardiac function and exercise tolerance in elderly patients with coronary heart disease

Shurui Dou, Jingjing Xu*

Beijing China-Japan Friendship Hospital, Beijing

【Abstract】Objective To explore the application value of a specialized graded nursing team in cardiac rehabilitation for elderly patients with coronary heart disease, focusing on its effects on cardiac function and exercise tolerance. **Methods** The study spanned one year, from January 2024 to January 2025. Elderly patients with coronary heart disease receiving treatment during this period were selected as subjects, with 80 cases randomly assigned (computer-generated randomization) into two groups: a control group (conventional care, n=40) and an observation group (intervention by a specialized cardiac rehabilitation graded nursing team, n=40). Relevant data indicators were recorded in detail, and the differences in outcomes were compared and analyzed. **Results** Compared with the control group, the observation group demonstrated superior cardiac function indicators, exercise tolerance, and quality of life scores, with intergroup data differences showing $P < 0.05$. **Conclusion** During treatment, the specialized cardiac rehabilitation graded nursing team intervention significantly improves nursing quality, enhances cardiac function, boosts exercise tolerance and quality of life, and demonstrates positive overall rehabilitation effects, making it a reliable nursing strategy worthy of promotion and application.

【Keywords】 Cardiac rehabilitation tiered nursing specialized team intervention; Elderly coronary heart disease; Cardiac function; Exercise tolerance

随着社会现代化发展, 生活方式、饮食结构等行
为向着西方化进程, 加之老年化人口结构加剧, 冠心病
的发生率呈现出持续上升趋势, 已经成为老年群体常
见病、多发病^[1]。冠心病是由冠状动脉粥样硬化、动脉

狭窄、堵塞诱发的心肌缺血、缺氧、坏死表现, 为心血
管疾病, 在全球范围内每年超 700 万例患者死于冠心
病^[2]。本文将分析冠心病患者治疗期间实施心脏康复分
级护理专项团队的应用价值, 以期为此类患者推荐切

作者简介: 窦淑芮 (1991-) 女, 汉族, 河北人, 本科, 主管护士, 研究方向: 心血管疾病。

*通讯作者: 徐晶晶

实可行康复护理参考依据。

1 资料与方法

1.1 一般资料

实验时间跨度 1 年, 选择在 2024 年 1 月开始, 至 2025 年 1 月结束, 将期间接受治疗的老年冠心病患者作为观察对象, 筛选其中 80 例开展分组(电脑随机分配), 观察组患者年龄跨度显示: (60-76) 岁, 平均值: (69.57±3.04) 岁, 男/女=26 例/14 例, 对照组患者年龄跨度显示: (61-76) 岁, 平均值: (69.78±3.16) 岁, 男/女=27 例/13 例; 纳入标准: 符合冠心病诊断标准, 自愿配合参加。排除标准: 伴有抑郁症、焦虑症等精神类疾病患者, 合并恶性肿瘤疾病患者, 肝肾等重要器官器质性病变患者, 血液系统疾病以及免疫系统疾病患者, 一般资料符合开展条件 $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组: 入院后由护理人员向冠心病患者说明疾病治疗方法、日常需要注意事项, 并监测患者生命体征, 给予环境、饮食等支持。

观察组: 实施心脏康复分级护理专项团队干预, 步骤包含: (1) 建立专项护理小组, 由护士长担任组长, 负责护理计划制定、落实与改进, 并组织小组成员开展冠心病相关理论知识培训, 针对冠心病日常护理、临床操作、并发症预防、应激处理、急救、康复护理等专业技能进行学习, 利用考核形式对学习效果进行检验, 确保小组成员专业能力^[3-4]。(2) 详细了解患者基础信息, 评估患者冠心病类型、严重程度、发病周期等疾病信息, 并检查患者身体机能、心肺功能、耐力等实际情况, 评估患者在康复护理过程中可能出现的风险因素(心肌缺血、心律失常等), 综合患者基础信息, 建立针对性心脏康复分级护理专项预案。(3) 运动方式包含基础运动: 步行、慢跑; 柔韧性运动: 打太极、八段锦、五禽戏; 抗阻力运动: 哑铃、杠铃等运动。禁止做竞技性运动, 以循序渐进方式增加活动量, 每周保持 3 至 4 次, 每次最佳运动量为运动后患者身体完全消除疲劳

感^[5-6]。(4) 严密监测患者运动过程中反应, 若患者心率为正常反应可持续本阶段训练, 患者心率增加范围较小, 无不良反应可进一步提高训练强度, 若运动时患者出现呼吸困难、头晕眼花、面色苍白等症状时应立刻停止运动就地休息, 并以此为最大运动量, 退回上一阶段运动。(5) 对康复运动效果进行评价, 以患者在运动时稍有出汗, 轻度呼吸加快, 且无任何疲劳感为最佳标准^[7]; 发现康复运动效果欠佳者应改进康复方案, 优化实施效果; 良好心态是保障康复效果的基础条件, 因此, 关注患者心理变化, 针对存在不良情绪的患者进行心理疏导, 给予患者鼓励与安慰, 促进患者配合^[8]。

1.3 观察指标

记录两组患者干预前、干预 3 月后运动耐力情况(其中涉及: 患者 6min 步行距离、运动贮量)、心功能指标(利用心脏超声完成测量)、生活质量评分(借助生活质量 SF-36 量表完成数据收集), 并利用统计学系统完成对比分析, 观察应用价值。

1.4 统计学分析

借助 SPSS24.00 系统行专业分析, 当中计量数据计均数±标准差, 两组差别比照运用 t 、 χ^2 检测, 计数数据运用 ($\bar{x}\pm s$, %) 代替, 统计学研究成立即 $P<0.05$ 。

2 结果

2.1 观察组患者在实施心脏康复分级护理专项团队干预后心功能指标显著好转, 相较于对照组差异明显, 且 P 值达到 <0.05 标准, 具体数据如下。

2.2 观察组患者运动耐力情况与对照组相比存在一定优势性, 且两组间数据对比 P 值达到 <0.05 标准, 具体数据如下。

2.3 观察组患者干预前生活质量评分: (57.56±6.83), 干预后 3 个月生活质量评分: (87.41±11.08); 对照组患者干预前生活质量评分: (57.53±6.84), 干预后 3 个月生活质量评分: (75.35±9.63), 两组间数据对比 P 值达到 <0.05 标准。

表 1 比较两组患者干预前、干预后 3 个月心功能指标 ($\bar{x}\pm s$, $n=40$)

组别	左室射血分数 (%)		左室舒张末期内径 (mm)		左室收缩末期内径 (mm)	
	干预前	干预后 3 个月	干预前	干预后 3 个月	干预前	干预后 3 个月
观察组	37.04±2.61	49.87±2.93	57.97±2.45	45.01±2.05	48.75±2.52	38.01±2.13
对照组	37.47±2.70	44.10±2.83	57.56±2.41	50.08±2.24	48.36±2.47	42.11±2.36
P 值	0.476	0.001	0.447	0.001	0.487	0.001

表 2 比较两组患者干预前、干预后 3 个月运动耐力情况 ($\bar{x} \pm s$, n=40)

组别	6 分钟步行距离		运动贮量	
观察组	209.13 ± 16.54	349.86 ± 26.53	3.40 ± 0.21	4.89 ± 0.46
对照组	211.28 ± 16.73	290.05 ± 23.72	3.46 ± 0.28	4.31 ± 0.43
P 值	0.466	0.001	0.197	0.001

3 讨论

冠心病是临床常见心血管疾病，病理分析是由于心脏收缩功能障碍而导致平均肺动脉高压异常增高现象，随着患者年龄增加、病情发展，出现心肌缺氧、缺血、心力衰竭等心脏病终末阶段表现，具有较高死亡风险^[9]。目前临床中针对该病主要采取药物治疗，配合科学有效的心脏康复护理措施改善心功能，达到促进康复效果。心脏康复分级护理专项团队干预措施是聚焦冠心病患者康复需求，通过制定个性化干预方案，改善患者心肌收缩和冠状血流灌注，减轻心绞痛发作，达到促进心肌功能恢复作用的一种护理策略^[10]。实施过程中，能够针对患者运动耐力、心功能具体情况开展康复指导，提升核心药物使用效果，实现改善交感-副交感神经调节功能，平衡自主神经系统，增强心脏适应力，推动心脏功能重塑，控制病情发展，促进恢复作用。

实践结果显示，观察组患者心功能指标、运动耐力情况、生活质量数据均优于对照组，显示出心脏康复分级护理专项团队干预措施在老年冠心病患者中的积极应用价值，值得推广应用。未来希望通过智能化流程以及多种穿戴设备、AI 技术决策，实现动态监测，观察康复效果，调整在院和居家康复模式，进一步精细化心脏康复护理内容，提升医疗资源合理利用率，减少患者医疗支出，提高康复效果，保证生活质量。

参考文献

[1] 李慧娟,范芳芳. 心脏康复分级护理专项团队干预对老年冠心病患者心功能、运动耐力的影响[J]. 国际护理学杂志,2025,44(17):3113-3117.

[2] 陈言凤,刘淑婷,李国珍. 以慢性疾病轨迹模式的护理干预在老年冠心病心绞痛患者的应用效果[J]. 心血管病防治知识,2025,15(1):85-87.

[3] 陈玲,杨旭希,陈淑玲. 一体化护理在老年冠心病合并慢性心衰患者中的效果及满意度观察[J]. 心血管病防治知识,2025,15(6):115-118.

[4] 杨雪娇. CICARE 标准化沟通方法对老年高血压合并冠心病患者护理满意度的提升评价[J]. 中国标准化, 2025(6):301-304.

[5] 李朝霞,宋翠华,李新平,等. 基于健康管理模式的延续性护理对老年高血压合并冠心病经皮冠脉介入术后患者负性情绪及生活质量的影响[J]. 中国当代医药,2025, 32(22): 149-154.

[6] 陈恒. 医院-社区-家庭延伸护理在老年冠心病伴慢性心力衰竭患者中的应用效果[J]. 中国民康医学,2025, 37(16): 165-168.

[7] 原玲玲,曹宇,韦艳,等. 优质护理应用在老年冠心病心律失常患者药物治疗期间的效果观察[J]. 中国药物滥用防治杂志,2025,31(4):772-774.

[8] 刘丽华. 基于行为动机转化指导的责任制护理在老年冠心病患者中的应用效果[J]. 医学临床研究,2025, 42(2): 361-364.

[9] 张庆,郭建英,吴娟,等. 基于共享理念的阶段性心脏康复护理在退休离职老年冠心病患者中的应用[J]. 保健医学研究与实践,2024,21(8):123-129.

[10] 王腊梅,白斌芳,黄小萍. 综合护理干预对老年糖尿病、高血压合并冠心病患者的有效性分析[J]. 糖尿病新世界,2025,28(7):13-16.

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