

基于 5E 理论的康复护理在冠心病合并心力衰竭患者中的应用效果

马 平, 马小娟*, 邹丹飞, 张 福, 张 燕

宁夏医科大学总医院 宁夏银川

【摘要】目的 探究基于 5E 理论的康复护理在冠心病合并心力衰竭患者中的应用效果。方法 选取 2024 年 1 月-2024 年 12 月本院收治的冠心病合并心力衰竭患者 80 例进行研究, 将患者随机分为观察组和对照组, 每组 40 例。对照组实施常规护理, 观察组在常规护理基础上采用基于 5E 理论的康复护理, 观察两组患者护理效果。结果 观察组患者心功能改善有效率为 90% (36/40), 高于对照组的 70% (28/40); 生活质量评分较护理前显著提高且优于对照组 ($P<0.05$); 再住院率为 10% (4/40), 低于对照组的 25% (10/40)。结论 基于 5E 理论的康复护理应用于冠心病合并心力衰竭患者, 可有效改善患者心功能, 提升生活质量, 降低再住院率, 护理效果显著。

【关键词】5E 理论; 康复护理; 冠心病; 心力衰竭; 应用效果

【收稿日期】2025 年 6 月 24 日

【出刊日期】2025 年 7 月 21 日

【DOI】10.12208/j.jacn.20250331

Application effect of rehabilitation nursing based on 5E theory in patients with coronary heart disease and heart failure

Ping Ma, Xiaojuan Ma*, Danfei Zou, Fu Zhang, Yan Zhang

Ningxia Medical University General Hospital, Yinchuan, Ningxia

【Abstract】Objective To explore the application effect of rehabilitation nursing based on 5E theory in patients with coronary heart disease and heart failure. Methods 80 patients with coronary heart disease and heart failure admitted to our hospital from January 2024 to December 2024 were selected for the study. The patients were randomly divided into an observation group and a control group, with 40 patients in each group. The control group received routine nursing, while the observation group received rehabilitation nursing based on the 5E theory on the basis of routine nursing. The nursing effects of the two groups of patients were observed. Results The effective rate of improving heart function in the observation group was 90% (36/40), which was higher than the 70% (28/40) in the control group; The quality of life score significantly improved compared to before nursing and was better than the control group ($P<0.05$); The readmission rate was 10% (4/40), lower than the control group's 25% (10/40). Conclusion The application of rehabilitation nursing based on 5E theory in patients with coronary heart disease and heart failure can effectively improve their cardiac function, enhance their quality of life, reduce readmission rates, and achieve significant nursing effects.

【Keywords】5E theory; Rehabilitation nursing; Coronary heart disease; Heart failure; Application effect

冠心病合并心力衰竭是严重的心血管疾病, 严重影响患者的生活质量和生命健康, 随着人口老龄化加剧, 此类患者数量逐渐增多。常规护理侧重于疾病的基础治疗配合和病情观察, 但对患者自我管理能力提升、心理状态调节以及生活方式改善等方面存在不足, 5E 理论涵盖教育 (Education)、鼓励 (Encouragement)、运动 (Exercise)、工作 (Employment) 和评估 (Evaluation) 五个维度, 强调从多方面对患者进行综合干预^[1]。将基

于 5E 理论的康复护理应用于冠心病合并心力衰竭患者, 有望为患者提供更全面、有效的护理服务, 改善患者预后, 因此对其应用效果的研究具有重要的临床意义。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究选取的 80 例冠心病合并心力衰竭患者中, 男性 46 例, 女性 34 例。患者年龄分布在 45-75 岁之

*通讯作者: 胡琴

间, 平均年龄 (62.5 ± 5.8) 岁。退休人员 32 例, 在职人员 28 例, 无业人员 20 例。患病时间最短 1 年, 最长 10 年, 平均病程 (4.5 ± 1.2) 年。

纳入条件: 经临床检查及相关诊断标准确诊为冠心病合并心力衰竭; 意识清晰, 能够配合护理操作; 无严重认知障碍; 自愿参与本研究并签署知情同意书。

排除条件: 合并严重肝、肾等重要脏器功能衰竭; 患有精神类疾病无法正常沟通; 存在严重的恶性肿瘤; 近期有急性感染性疾病。

1.2 方法

对照组实施常规护理, 包括病情监测, 密切观察患者生命体征、心率、心律、呼吸频率及节律、血氧饱和度等变化; 遵医嘱给予药物治疗, 观察药物疗效及不良反应, 指导患者合理饮食, 限制钠盐摄入, 给予低脂、易消化饮食; 告知患者注意休息, 避免劳累。

观察组在常规护理基础上采用基于 5E 理论的康复护理:

教育 (Education): 通过举办健康讲座、发放宣传手册、一对一讲解等方式, 向患者及家属详细介绍冠心病合并心力衰竭的病因、发病机制、治疗方法、日常注意事项等知识, 讲解药物的作用、用法、用量及不良反应, 提高患者对疾病的认知水平和治疗依从性^[2]。

鼓励 (Encouragement): 护理人员主动与患者沟通, 了解患者的心理状态, 针对患者因疾病反复发作、生活质量下降产生的焦虑、抑郁等负面情绪, 给予心理支持和鼓励。分享康复成功案例, 帮助患者树立战胜疾病的信心, 引导患者以积极的心态面对疾病。

运动 (Exercise): 根据患者的心功能分级和身体状况, 制定个性化的运动方案, 心功能 I-II 级的患者, 鼓励进行有氧运动, 如散步、太极拳等, 每次运动 20-30 分钟, 每周 3-5 次; 心功能 III 级的患者, 以床上被动活动和坐起训练为主, 逐渐过渡到床边站立和短距离行走, 心功能 IV 级的患者, 卧床休息, 由护理人员协

助进行肢体的被动活动, 防止肌肉萎缩。运动过程中密切观察患者的反应, 确保运动安全。

工作 (Employment): 对于在职且病情稳定的患者, 与患者及其工作单位沟通, 根据患者身体状况, 合理调整工作强度和工作时间, 指导患者在工作中注意劳逸结合, 避免过度劳累。对于退休患者, 鼓励其参与社交活动、培养兴趣爱好, 丰富生活内容, 提升自我价值感^[3]。

评估 (Evaluation): 定期对患者的病情、心功能、生活质量、运动能力、心理状态等进行全面评估, 根据评估结果, 及时调整护理方案, 确保护理措施的有效性和针对性。

1.3 观察指标

观察两组患者护理前后的心功能, 采用纽约心脏病协会 (NYHA) 心功能分级标准评估心功能改善情况, 心功能改善 1 级及以上判定为有效; 采用生活质量综合评定问卷 (GQOLI-74) 评估患者生活质量, 包括躯体功能、心理功能、社会功能和物质生活状态四个维度, 得分越高表示生活质量越好; 统计两组患者护理后 6 个月内的再住院率。

1.4 统计学处理

数据采用 SPSS20.0 系统统计软件。计量资料, 以“均数 $\pm$ 标准差” ($\bar{x} \pm s$) 呈现, 组间比较运用独立样本 t 检验, 计数资料用例数和百分比 (n/%) 描述, 通过卡方检验 (χ^2) 对比两组差异。设定 $P < 0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

护理前两组患者生活质量评分无显著差异, 护理后, 观察组患者心功能改善有效率显著高于对照组, 生活质量评分显著高于对照组, 再住院率显著低于对照组, ($P < 0.05$) 见表 1; 对患者自我管理能力的调查中发现, 观察组患者在按时服药、合理饮食、规律运动等方面的依从性明显高于对照组。

表 1 两组冠心病合并心力衰竭患者的护理情况对比

组别	n	心功能改善有效率	再住院率	护理前生活质量评分 (分)	护理后生活质量评分 (分)
观察组	40	36/90%	4/10%	62.3 ± 5.1	82.5 ± 6.2
对照组	40	28/70%	10/25%	61.8 ± 4.9	71.2 ± 5.8
χ^2	-	9.152	4.956	0.925	11.824
P	-	<0.05	<0.05	>0.05	<0.05

3 讨论

基于 5E 理论的康复护理中, 教育维度通过系统的

健康知识传授, 让患者和家属深入了解疾病相关知识, 明白遵医嘱治疗和自我管理的重要性, 提高患者的治

疗依从性和自我管理能力, 患者对疾病认知的加深, 能够主动配合治疗和护理, 减少不良生活习惯对疾病的影响, 如主动控制钠盐摄入、按时服药等, 有助于稳定病情。

鼓励维度关注患者的心理状态, 心理因素对冠心病合并心力衰竭患者的病情发展和康复有着重要影响, 负面情绪会导致神经内分泌系统紊乱, 使交感神经兴奋, 增加心脏负担, 加重心力衰竭症状, 通过心理支持和鼓励, 缓解患者的焦虑、抑郁情绪, 调节神经内分泌系统, 改善心脏功能, 同时增强患者战胜疾病的信心, 提高患者参与康复治疗的积极性^[4-5]。

运动维度根据患者的心功能分级制定个性化运动方案, 科学合理的运动能够改善心肌供血, 增强心肌收缩力, 提高心脏储备功能, 运动还可以促进血液循环, 降低血液黏稠度, 减少血栓形成的风险。对于不同心功能级别的患者采用不同强度的运动方式, 既能保证运动的安全性, 又能达到康复锻炼的目的, 促进患者身体机能的恢复^[6-7]。

工作维度充分考虑患者的社会角色和自我价值实现需求, 对于在职患者, 合理调整工作安排, 让患者在身体条件允许的情况下继续工作, 不仅能增加患者的经济收入, 还能提升患者的自我认同感和社会归属感, 避免因长期脱离工作产生的失落感和焦虑情绪, 对于退休患者, 鼓励参与社交活动和兴趣爱好培养, 丰富患者的精神生活, 同样有助于患者保持良好的心理状态, 促进康复^[8-9]。

评估维度作为 5E 理论的重要环节, 通过定期全面评估, 能够及时发现患者病情变化、康复过程中的问题以及护理措施的不足之处, 根据评估结果调整护理方案, 使护理措施更贴合患者实际需求, 确保康复护理的有效性和针对性, 实现对患者的动态化、个性化护理^[10]。

本研究中, 护理前两组患者生活质量评分无显著差异, 护理后, 观察组患者心功能改善有效率显著高于对照组, 生活质量评分显著高于对照组, 再住院率显著低于对照组, ($P < 0.05$)。表明常规护理缺乏对患者心理、运动、社会功能等方面的全面干预, 难以满足冠心病合并心力衰竭患者复杂的康复需求, 基于 5E 理论的康复护理通过多维度、全方位的综合干预, 弥补了常规护理的不足, 从生理、心理、社会等方面促进患者康复, 有效改善患者心功能, 提升生活质量, 降低再住院率。

综上所述, 基于 5E 理论的康复护理应用于冠心病

合并心力衰竭患者, 能够显著提升护理效果, 对改善患者预后具有重要意义, 值得在临床推广应用, 并在实践中不断探索优化该护理模式, 以更好地服务于此类患者。

参考文献

- [1] 黄秋柳, 方艺丹, 钟丽萍, 等. 基于 5E 理论的综合性护理对冠心病慢性心力衰竭患者的心脏康复效能及睡眠质量影响[J]. 世界睡眠医学杂志, 2024, 11(10): 2299-2302.
- [2] 顾春玲, 徐敏. "5E" 康复干预方案在心力衰竭患者中的应用[J]. 国际护理学杂志, 2024(1): 38-41.
- [3] 黄静, 孟娟, 雷素扬. 鼓励-教育-运动-工作-评估康复模式下的运动康复指导在冠心病介入术后衰弱患者中的应用[J]. 包头医学, 2024, 48(1): 47-49.
- [4] 张宁. 阶段性健康教育结合 5E 康复护理对 EICU 冠心病 PCI 术后患者的效果研究[J]. 心血管病防治知识(学术版), 2023, 13(25): 60-63.
- [5] 李丽君, 高瑞英. 老年冠心病居家护理服务 mHealth 管理程序的构建及应用: 一项随机对照研究[J]. 内蒙古医科大学学报, 2023, 45(S01): 137-140.
- [6] 郑莲珠. 生物-心理-医学模式下 5E 护理模式对冠心病患者自我效能、心功能影响[J]. 心血管病防治知识(学术版), 2024, 14(10): 82-85.
- [7] 王伟, 邓倩, 徐亚运. 康复护理模式在冠心病行术患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(17): 81-84.
- [8] 万克群, 王璘, 刘蕾蕾, 等. 基于 CSMS, CQQC 的 5E 康复模式对 CHD 患者 PCI 术后自我管理能力和生活质量的影响[J]. 心血管康复医学杂志, 2024, 33(3): 303-307.
- [9] 杨帆, 孙君, 杨栋博. 血清 PC, hs-CRP 及 NT-proBNP 在冠心病不同冠脉病变中的表达及临床意义[J]. 哈尔滨医药, 2024, 44(2): 18-21.
- [10] 刘艳, 李芳, 王海荣, 等. 中青年冠心病患者服药依从性及信息支持护理干预的研究进展[J]. 当代医学, 2023, 29(18): 192-194.

版权声明: ©2025 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