

心脏康复护理在心脏瓣膜术后患者中的应用效果分析

黄亚萍, 丰玲玲

中国人民解放军海军第九〇五医院 上海

【摘要】目的 分析在心脏瓣膜术后患者中应用心脏康复护理的医学价值。**方法** 将 2025 年 1 月-2025 年 6 月内就诊且接受心脏瓣膜术的患者 80 例为研究对象, 采用随机数字表法分对照组 40 例常规护理, 观察组 40 例增加心脏康复护理, 对比心功能、步行距离、生活质量。**结果** 两组患者护理前各指标比较, 差异均无统计学意义 ($P > 0.05$), 而在护理后, 观察组射血分数、6min 的步行距离、生活质量显著高于对照组, 指标对比有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论** 在心脏瓣膜术后患者中应用心脏康复护理可提高心功能恢复, 改善机体耐力, 提高患者生活质量, 有助于促进患者康复。

【关键词】 心脏康复护理; 心脏瓣膜手术; 心功能; 6min 步行距离

【收稿日期】 2026 年 3 月 17 日

【出刊日期】 2026 年 4 月 2 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260182

Effect of cardiac rehabilitation nursing in patients after heart valve surgery

Yaping Huang, Lingling Feng

The 905th Hospital of the People's Liberation Army Navy, Shanghai

【Abstract】Objective To analyze the medical value of cardiac rehabilitation nursing in patients who have undergone cardiac valve surgery. **Methods** Eighty patients visited and received cardiac valve surgery from January to June 2025 were selected as research objects. The random number table method was used to divide the control group of 40 cases of routine nursing and the observation group of 40 cases of increased cardiac rehabilitation nursing. The cardiac function, walking distance and quality of life were compared. **Results** There was no significant difference in each index of the two groups of patients before nursing ($P > 0.05$), while after nursing, the ejection fraction, 6min distance and quality of life of the observation group were significantly higher than those of the control group, and the comparison of the indexes was statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of cardiac rehabilitation nursing in patients who have undergone cardiac valve surgery can improve cardiac function recovery, improve physical endurance, improve the quality of life of patients, help to promote the rehabilitation of patients.

【Keywords】 Cardiac rehabilitation nursing; Heart valve surgery; Heart function; 6-minute walking distance

《经导管主动脉瓣置换术中国专家共识 (2020 更新版)》指出心脏瓣膜是心脏内控制血液单向流动的重要结构, 其生理职能是维持血液在心脏内单向流动, 防止血液出现逆流, 如心脏瓣膜出现异常, 将导致血液反流以及心衰^[1]。心脏瓣膜术是外科手术的一种, 其机制是病变的心脏瓣膜进行手术, 进而改善患者瓣膜狭窄和关闭不全的情况, 最常见的是三尖瓣的瓣叶修复和二尖瓣的瓣叶修复, 其本质目的是改善心脏瓣膜的功能, 进而消除或者减轻患者的相关症状, 进而提高其生活质量^[2]。因手术在心脏部位, 术后需要进行必要的心脏康复护理。所谓心脏康复护理其概念是为了促使患者在术后获得最佳体力, 精神、社会运动的康复方法的

综合护理, 促使患者在康复以及医疗的辅助下恢复正常的工作和学习, 过主动自主的生活^[3-4]。该法的核心组成部分为运动、饮食等, 其本质目的是促进心脏功能最大化康复。

本文旨在分析心脏康复护理在心脏瓣膜术后患者中的应用效果。

1 对象和方法

1.1 对象

将 2025 年 1 月-2025 年 6 月内就诊且接受心脏瓣膜术的患者 80 例为研究对象, 依据随机分组方法分对照组 40 例常规护理, 观察组 40 例增加心脏康复护理, 对照组患者男女比例为 21: 19 例, 年龄范围 46-75 岁,

平均年龄为(62.57±0.36)岁,含有风湿性心脏瓣膜病21例、退行性心脏瓣膜病19例;观察组患者男女比例为20:20例,年龄范围48-75岁,平均年龄为(62.36±0.41)岁,含有风湿性心脏瓣膜病22例、退行性心脏瓣膜病18例;两组患者一般资料对比差异无统计学意义($P > 0.05$)。本研究经医院伦理委员会审核批准(批准号:20241223),所有患者均签署知情同意书。

1.2 纳入标准和排除标准

纳入标准:在本院接受了心脏瓣膜术的患者;术后生命体征平稳,无需血管活性药物持续支持,没有抢救风险;知情且自愿加入该项研究;年龄18-75岁;初次行心脏瓣膜手术;

排除标准:无法实现有效的言语沟通;合并有肢体残疾的情况;合并严重肝肾功能不全、恶性肿瘤、精神疾病或认知障碍。

1.3 方法

对照组护理方法为监测患者生命体征,遵医嘱给予患者抗感染用药,且严格的进行感染控制。术后均衡饮食,按医嘱控制钠盐的摄入,因患者使用抗凝药物,需加强观察皮下出血情况。加强翻身叩背等护理措施,防止压力性损伤;

观察组心脏康复护理增加:评估和诊断:根据体检、心电图、肺功能测试手段全面的了解患者的心肺功能,如借助量表纽约心脏病协会(NYHA)的心功能分级进行评估,同时评估患者疾病认知程度以及康复护理的愿意度和配合度。计划康复方案制定:依据测定的心肺功能进行运动锻炼设置,运动强度为最大心率-静息心率)×(0.6-0.8)+静息心率。最大心率估算方法:220-年龄。运动内容依据患者喜好,有氧运动为主,如平地步行、固定自行车,注意低强度为有氧慢走、慢跑等运动,每次运动低强度、短时间开始,逐步增加,最长40min.前后开展5min热身训练,每周4次。具体情况依据患者耐受程度进行完善。6MWT评估工具:指导患者在无障碍、平整的地面尽最大力气进行行走,在

患者运动中进行实时监测,注意其生命体征和精神意识。每2周进行6分钟步行试验以评估功能状态并调整运动处方。综合性健康教育:借助视频、图片、动画等方式介绍心脏保护操的锻炼方法,包含有挥臂拍手、提踵上举、分腿深蹲、挥拍运动四个动作。同时发放宣传手册,嘱咐患者进行心脏保护操训练,每日1次,每此30min。且指导患者严格的按照医师指导进行用药,不得随意减少和更改药物类型。营养支持:为患者出具营养清单,考虑其饮食习惯和爱好,原则上高蛋白、高纤维食物,加新鲜的水果和蔬菜。每日限定盐分摄入低于6g,禁止烟酒。心理支持:聆听患者的内心想法,对患者进行情感支持,鼓励其积极的康复锻炼,保持乐观,引导家属给予患者鼓励和安抚。两组患者持续康复6周,于院内进行康复。

1.4 观察指标

两组患者护理前后心功能指标比较,包含有射血分数以及6min步行距离;射血分数以超声心动图进行检测。

对比两组患者康复前后的心脏患者生活质量评分,明尼苏达心力衰竭生活质量问卷即MLHFQ身体领域、情绪领域以及其他领域,采取0-5分6段计分法,0-105分,分数越低,信效度0.975,生活质量越好。

1.5 统计学分析

通过SPSS22.0对研究中各数据处理,射血分数、6min步行距离、生活质量评分等计量数据均符合正态分布,按照($\bar{x} \pm s$)表示,符合正态分布,以t检验,性别例数等计数资料按照百分数表示,以卡方检验, ($P < 0.05$)差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理前后心功能指标比较

护理前,两组心功能和6min步行距离相较对照组差异无统计学意义, ($P > 0.05$),而在护理后,观察组射血分数、6min的步行距离优于对照组,差异有统计学意义, ($P < 0.05$),见表1。

表1 两组患者护理前后心功能指标比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	射血分数 (%)		6min步行距离 (m)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	40	36.52±2.62	52.25±2.96	256.88±12.54	453.62±12.63
对照组	40	36.65±3.15	41.23±2.42	254.8±14.32	416.82±11.92
<i>t</i>	-	0.271	32.593	1.157	23.260
<i>P</i>	-	0.786	0.001	0.249	0.001

2.2 两组患者护理前后 MLHFQ 评分比较
护理前, 观察组相较对照组, 差异无统计学意义,

($P > 0.05$), 而在护理后, 观察组 MLHFQ 评分更优, 差异有统计学意义, ($P < 0.05$), 见表 2。

表 2 两组患者护理前后 MLHFQ 评分比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	MLHFQ 评分	
		护理前	护理后
观察组	40	32.5±2.68	22.95±3.42
对照组	40	32.9±2.43	25.23±4.22
<i>t</i>	-	2.238	14.865
<i>P</i>	-	0.415	0.001

3 讨论

心脏康复护理可通过心脏综合性的康复治疗, 促使患者的临床症状进行缓解, 从而提高其日常生活能力以及回归正常生活, 同时心脏康复护理可以降低心血管事件的再次发生^[5]。如研究证实, 心脏康复护理是当前治疗慢性心脏病以及心脏病手术患者的主要治疗方法。其中健康教育可以促使患者更佳了解自身的疾病, 且在护理人员的指导下提高自我管理能力和促使长期对自身的疾病进行全程关注^[6]。在本文的观察指标内, 实施了心脏康复护理的观察组患者其心功能更优, 究其原因心脏康复护理属于综合性的康复, 包含有运动、饮食、心理、情感支持等多方面的护理。以运动为例, 运动平板试验指导下的个体化处方可以基于患者的真实情况, 对其实施个体化的运动处方设置, 符合患者的机体耐力, 安全的同时也容易进行, 运动可以提高患者肌肉和心肺功能, 强化体能, 继而增加患者的心肺耐力。运动还可以提高患者副交感神经的活性, 帮助患者进入放松阶段, 进而增加生活质量^[7]。运动还可以促进患者术后冠状动脉结构和功能的改变, 增强冠脉血管调节能力, 延缓后逆转动脉粥样硬化进程, 进而改善心肌缺血和心功能^[8]。而饮食支持则可以为患者出具标准和符合患者需求的饮食清淡, 以摄入优质蛋白、控制盐分摄入、多吃维生素等, 可以补充营养的同时, 降低盐分对心脏的负荷压力, 侧面改善心脏功能^[9]。而在观察指标 2 中, 观察组患者的生活质量评分优于对照组, 究其原因患者心功能提高, 耐力增加, 身体不适性降低, 生活质量进而提高, 即心功能改善直接减轻了躯体症状。而情感支持等又给予患者社会支持, 联合社会关怀改善了情绪状态(情绪领域), 让患者感受到关怀和关心, 也可以提高患者的生活质量, 让患者受益。本文研究中样本量较小、单中心研究、干预时间可能较短、缺乏长期随访数据, 如未来加强研究, 可进一步发现心肺康复的优势。

综上所述, 在心脏瓣膜术后患者中应用心脏康复护理可提高心功能恢复, 改善机体耐力, 提高患者生活质量, 让患者受益。

参考文献

- [1] 张倩, 王墨扬, 吴永健.《经导管主动脉瓣置换术中国专家共识(2020 更新版)》解读[J]. 华西医学, 2021, 36(09): 1191-1195.
- [2] 刘娜娜. 集束化康复护理教育在心脏瓣膜置换术后患者抗凝用药管理中的应用效果分析[J]. 河南外科学杂志, 2024, 30(03): 178-180.
- [3] 张自然. 阶段性心脏康复训练在心脏瓣膜置换术后患者中的应用效果[J]. 中国民康医学, 2021, 33(21): 166-168.
- [4] 蔡月英, 肖鹏飞. 药护管理在心脏瓣膜术后患者用药依从性及预后效果中的应用分析[J]. 北方药学, 2025, 22(04): 103-104+108.
- [5] 陈亚楠. 基于 Watson 人性照护理理论的精细化护理模式干预对心脏瓣膜置换术后患者的应用效果[J]. 慢性病学杂志, 2025, 26(02): 228-231.
- [6] 魏路宽. eCASH 护理模式在心脏瓣膜置换术后患者中的应用效果[J]. 河南医学研究, 2024, 33(11): 2076-2080.
- [7] 何萌, 来永强, 张喜维, 等. 新型预防管理模式-多学科医患交互在行心脏瓣膜术后患者静脉血栓栓塞症中的应用效果[J]. 中国医药导报, 2024, 21(06): 151-154.
- [8] 李杏, 董晖, 吴婷婷, 等. 个体化心脏康复护理对老年慢性心功能不全患者 CT 表现及康复影响的研究[J]. CT 理论与应用研究(中英文), 2025, 34(S1): 281-285.
- [9] 郭亚琼, 陈新如, 王曼曼. 以运动治疗为主体的延续性康复护理对冠状动脉搭桥术后患者心脏康复的影响[J]. 山西医药杂志, 2025, 54(22): 1748-1752.

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