

综述 • Review

## 老年慢性心功能不全患者的延续性护理进展

张丽清

(首都医科大学附属北京佑安医院 急诊科 北京 100071)

**摘要** 慢性心功能不全是老年人群常见疾病之一，也是导致老年人群死亡的重要原因，需及时的诊治和长期照护。受限于经济条件，绝大多数老年慢性心功能不全患者无法长期住院治疗，只能选择控制病情后于家庭中进行调养。但老年患者因年龄增长，记忆力、依从性有所减退，常规出院指导已经无法满足患者家庭护理的需求，不利于患者身体康复。延续性护理是将医院护理延续至家庭当中的护理模式，本文就近年来老年慢性心功能不全患者延续性护理工作相关研究进行综述。

**关键词** 老年患者；慢性心功能不全；延续性护理

**文章编号** 024-2025-3454

### Research Progress on Transitional Care for Elderly Patients with Chronic Heart Failure

Zhang Liqing

**Abstract** Chronic cardiac insufficiency is a common disease among the elderly and a significant cause of mortality in this population, requiring timely diagnosis, treatment, and long-term care. Due to economic constraints, the majority of elderly patients with chronic cardiac insufficiency cannot afford prolonged hospitalization and must opt for home-based recuperation after their condition is stabilized. However, aging often leads to declined memory and compliance in elderly patients, making conventional discharge instructions insufficient to meet their home care needs and adversely affecting their recovery. Transitional care is a nursing model that extends hospital-based care into the home setting. This article reviews the specific approaches and application outcomes of transitional care for elderly patients with chronic cardiac insufficiency in recent years.

**Keywords** Elderly patients; Chronic heart failure; Transitional care

慢性心功能不全也被称之为慢性心力衰竭，是因心肌梗死、心肌病、炎症等原因引起心肌损伤，导致心肌结构、功能改变，心室泵血或充盈功能低下的临床综合征。郑停停<sup>[1]</sup>等在研

收稿日期：2025-12-15 录用日期：2025-12-23

通讯作者：张丽清；单位：首都医科大学附属北京佑安医院 急诊科 北京编

究中指出，慢性心功能不全可导致患者呼吸困难、体液潴留、乏力等症状，降低日常生活能力，若未能及时诊治，还可导致患者死亡。因此，临床对慢性心功能不全治护工作尤为重视。目前，临床多采用药物方案治疗该疾病，但受限于经济条件，绝大多数患者只能选择居家治护。曲鸿雁<sup>[2]</sup>等认为，慢性心功能不全治疗效果与患者依从性关联密切，故而需做好患者的居家护理。延续性护理又名转移护理，张晓梅等<sup>[3]</sup>证实延续性护理可提升患者居家护理工作质量，提升患者依从性。对老年慢性心功能不全患者应用延续性护理干预就显得尤为必要。延续性护理模式在西方等医疗水平较发达国家应用较为成熟，已经可无缝衔接慢性心功能不全患者医院——社区——家庭三阶段的过渡，并由多学科医护人员合作，切实落实患者家庭内的科学护理。但在我国，延续性护理仍处于起步阶段，受我国区域性经济发展差异、医学素养差异等因素影响，尚无统一的延续性护理模式标准，护理内容参差不齐，严重影响延续性护理工作质量，降低护理效果。对此，本文即对近年来老年慢性心功能不全患者延续性护理工作相关研究进行综述，为临床慢性心功能不全患者的延续性护理工作开展提供参考。

## 1 延续性护理工作内容

延续性在西方医疗发达国家应用较为广泛，但在我国仍处于起步阶段。目前，我国延续性护理工作内容主要集中在患者用药、日常生活、运动支持等方面，对患者心理、自我护理能力较为忽略，降低了护理质量。对此，本研究认为，慢性心功能不全患者延续性护理工作也应当重视心理、自我护理等内容，实施多元化的护理措施，具体如下：

### 1.1 心理护理

李宇明<sup>[4]</sup>等在研究中提到，目前我国心脏疾病患者负性情绪较为严重，康复信心不足，甚至可能引起疾病的反复发作。因此，慢性心功能不全患者延续性护理期间，护理人员需重视患者负性情绪的疏导，通过随访了解患者情绪变化，耐心聆听患者心中的疑问，予以及时的解答，同时给予患者充分的鼓励和支持，从而减少患者负性情绪。

### 1.2 体征监测

体征监测是护理人员以及慢性心功能不全患者了解自身病情发展的重要措施，护理人员应当密切关注患者体征数据变化，建立档案库，将每一次患者体征数据结果均记录在库中，以便进行比对，及时察觉异常状况，及早处理。此外，体征数据还能够为患者后续的治护方案更改提供科学依据。

### 1.3 生活方式

因心功能不全，患者运动、饮食等生活习惯均会发生改变，健康饮食、运动锻炼、作息等内容均需加以干预，以形成健康的生活习惯，促进康复。具体如下：①健康饮食：吴先龙<sup>[5]</sup>认为营养支持是老年慢性心功能不全患者康复的重要举措，也是疾病防治的有效措施。故而在居家护理当中，患者需尽可能满足自身日常生活以及机体康复所需的营养，合理控制脂肪、糖类物质摄入，多吃蔬菜、杂粮、鱼类食物，选择含糖较少的水果，并低盐、低脂饮食。②运动锻炼：运动是增强人体体魄的重要措施，可提高人体免疫力和抵抗力，减少疾病发生。汪慧<sup>[6]</sup>在研究中指出，老年慢性心功能不全患者运动尤需注意，可恢复机体功能。遵照我国《冠心病运动治疗中国专家共识》内的相关标准，患者运动包括运动频率的控制（每日运动最佳，有氧运动可控制为每周3~5d）、循序渐

进的原则（确保安全前提下，适当增加运动强度，但需低于最大运动会强度阈值）、运动形式的选择（步行、慢跑、自行车、游泳、五禽戏、太极、负重训练、静力训练等）、运动时间的控制（绝大多数慢性心功能不全患者可在出院后1~3周时开始康复运动，初始每日运动时间可控制在10min，后续可逐渐增加至30min/d）四项内容。③作息时间：良好的睡眠对身体康复具有促进作用，且临床已经证实，睡眠障碍是心血管疾病的危险因素。因此，护理人员需为患者及患者家属讲解良好睡眠的必要性，叮嘱患者睡前避免剧烈运动，并叮嘱患者家属尽可能减少夜间的噪音，同时监督患者入睡，以确保患者能够拥有充足、优质的睡眠。

#### 1.4 自我护理指导

李媛<sup>[7]</sup>指出，因慢性心功能不全患者容易出现心理衰竭、心律失常、起搏器感染等并发症，故而护理人员需做好患者的自我护理指导工作，包括血糖自我监测、自身活动的注意事项、起搏器感染的预防等内容。

### 2 延续性护理方法

在以往延续性护理工作中，绝大多数医疗机构的护理方法较为简单，主要有出院指导、电话随访、上门随访、门诊随访四类。但随着互联网的发展，网络随访、病友交流等新型的护理开展方法逐渐兴盛，为延续性护理多元化发展提供了便利。

#### 2.1 出院指导

出院指导是应用最为广泛的延续性护理方法，是指在患者出院前，由责任护士对患者及患者家属进行一次详细的健康教育工作，工作内容包括患者居家护理注意事项、饮食指导、运动指导、作息指导、紧急事件的处理等，内容繁杂，故而多数患者及患者家属难以全面记

忆，导致患者护理依从性较差。

#### 2.2 电话随访

患者出院时，护理人员多会留存患者家庭住址、电话号码、紧急联系人号码等信息，电话随访因其便捷性优势，逐渐成为我国延续性护理的重要方法，通常每周1次，即通过电话与患者进行交流，了解其近期日常生活状态、体征自我监测数据，从而评估患者病情进展，并对患者不足之处予以指正。但该方法也存在不足之处，即接电话的可能并非是患者本人，且部分患者描述能力较弱，信息准确性较差。

#### 2.3 网络随访

目前，互联网已经深入千家万户，智能电子产品已经成为人们日常生活中不可缺少的存在。刘梦<sup>[8]</sup>认为，网络随访不仅具有电话随访的便捷性，还能够通过视频观察患者状态，线上沟通，指导治疗，甚至可以实现网上购药。此外，网络发展还为患者线上监测体征提供了便利，范小清<sup>[9]</sup>在研究中为慢性心力衰竭患者安装体质质量监测APP，动态掌控患者体征数据，了解健康状况，从而打破时间、空间限制，提升随访护理工作质量。但需注意，因老年患者学习能力较弱，相当一部分的老年患者尚未能掌握网络相关技术使用，还是需重视其余随访方法的应用。

#### 2.4 上门随访

上门随访即护理人员携带相应器材入户访视。据调查显示，我国老年患者入户随访的意愿高达88.00%。

#### 2.5 健康讲座或病友交流会

唐芳<sup>[10]</sup>认为健康教育是患者增进疾病认知，提升自我效能的重要举措。这一点，在临床也得到了广泛的认可。故而医院可以开展相关疾病的健康知识讲座，通过电话、微信等方式通知患者及家属前来听讲，并利用微信创建

病友群，鼓励患者间多多交流，相互分享经验，共同进步。

### 3 延续性护理应用效果

#### 3.1 经济收益

高京华<sup>[11]</sup>在研究中证实，延续性护理能够减少慢性心衰患者的再住院率，从而减轻患者家庭的经济负担，从而实现经济收益。

#### 3.2 躯体功能

吴冬琴<sup>[12]</sup>等在研究中对98例慢性心衰患者分别应用延续护理和常规护理，结果显示，延续护理的患者干预后6MWT、LVEF、LVEDD以及治疗效果均优于常规护理患者，凸显延续护理对患者躯体功能的改善效果。

#### 3.3 生活质量

许燕<sup>[13]</sup>在研究中对90例慢性心力衰竭患者分别应用常规护理和延续性护理，结果显示，延续性护理患者生活质量各项评分均高于常规护理，佐证了延续性护理干预对患者生活质量的改善效果。

#### 3.4 负性情绪

负性情绪是影响患者康复的重要因素，且对人体免疫系统也存在影响。张娟<sup>[14]</sup>在研究中对56例慢性疾病患者分别应用常规护理与延续性护理，结果显示，延续性护理患者心理状态评分与常规护理患者比较，差异有统计学意义( $P<0.05$ )。由此可见，延续性护理干预能够有效改善患者的心理状态，减少负性情绪，提升康复信心。

#### 3.5 并发症

老年慢性心功能不全患者因疾病和年龄的影响，极易发生各种并发症，严重者还会危及自身的生命安全。郭玉蓉<sup>[15]</sup>对慢性心力衰竭70例进行研究，分别实施常规护理和延续性护理，结果显示，延续性护理患者并

发症发生率11.43%显著低于常规护理患者的34.29%，证实了延续性护理对患者并发症的预防作用，能够显著减少患者并发症的发生。

### 4 小结

我国延续性护理仍处于起步、发展阶段，护理方案尚未形成统一标准，具体内容还是需依照医院和患者实际情况选择，且受区域性经济发展限制，部分医院甚至尚未开展延续性护理。而随着我国人口老龄化进程加快，老年患者数量的增长，对延续性护理的需求将进一步提升，该护理模式发展前景广阔。

### 参考文献

- [1] 郑停停,李屏.延续性护理对慢性心衰稳定期患者的影响效果观察[J].中外医学研究,2018,16(30):102-104.
- [2] 曲鸿雁,刘婷婷.延续性护理对慢性心衰稳定期患者的影响[J].中国城乡企业卫生,2017,32(7):118-119.
- [3] 张晓梅,夏珊珊.延续性护理在慢性心衰患者中的应用效果分析[J].医学美学美容,2019,28(1):162-163.
- [4] 李宇明,杨柳,曾小丹.提高应对能力对慢性心力衰竭患者负性情绪的影响[J].齐齐哈尔医学院学报,2017,38(24):2963-2965.
- [5] 吴先龙,杨志辉,蔡旗旗,应盼,张盛,吴晓玉.肠内营养支持在慢性心力衰竭患者治疗中的作用[J].中国中西医结合急救杂志,2019,26(1):71-75.
- [6] 汪慧.延续性护理管理对慢性心力衰竭患者治疗依从性及生活质量的影响分析[J].中国保健营养,2021,31(28):152.
- [7] 李媛.延续性护理对慢性心衰患者自我护理行为的影响[J].新疆医学,2020,50(7):734-736,741.
- [8] 刘梦.慢性心衰患者实施延续性护理的应用效果[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(14):121.

- [9] 范小清 , 金丽清 , 薛盛龙 . 体质量监测 APP 在慢性心力衰竭出院患者延续护理中的应用 [J]. 中国康复理论与实践 ,2018,24(9):1110-1113.
- [10] 唐芳 , 郭蔚玲 . 健康教育对慢性心功能不全老年患者自我效能和生活质量的影响 [J]. 中国健康教育 ,2019,35(11):1040-1043.
- [11] 高京华 , 李红文 , 孙媛 , 张玉莲 . 延续护理对老年慢性心衰患者 6 分钟步行实验及再住院率的影响研究 [J]. 中国护理管理 ,2017,17(5):668-671.
- [12] 吴冬琴 , 张学萍 , 顾晓燕 . 延续性护理在慢性心衰患者中的应用效果 [J]. 当代护士 ( 中旬刊 ) ,2018,25(2):14-16.
- [13] 许燕 . 慢性心衰患者中延续性护理的应用及对生活质量的影响分析 [J]. 当代临床医刊 ,2019,32(2):118,113.
- [14] 张娟 . 延续性护理对老年慢性病患者心理状态及自我管理效能的影响 [J]. 医学美学美容 ,2018,27(8):54.
- [15] 郭玉蓉 . 慢性心衰稳定期患者实施延续性护理对其依从性、并发症影响研究 [J]. 实用临床护理学电子杂志 ,2017,2(49):19,26.