

• 临床观察 •

对风湿性心脏病患者实施健康教育的临床意义

杨淑莲

[摘要] 目的 探讨健康教育对风湿性心脏病患者的临床意义。方法 对 46 例风湿性心脏病患者在实施健康教育前后的健康状况和生活质量状况进行对照分析。结果 实施健康教育使患者各种不健康行为明显减少,生活自理能力明显提高($P < 0.01$)。结论 对风湿性心脏病患者实施健康教育可明显改善其生活质量,促进其康复。

[关键词] 风湿性心脏病;康复;健康教育

Healthy education for patients with rheumatic heart diseases YANG Shu-lian. Centre of Heart, the First hospital affiliated to Liuzhou Academy of Medicine, Liuzhou 545002, Guangxi, China

[Abstract] **Objective** To investigate the clinical significance of health education for patients with rheumatic heart diseases. **Methods** The health state and life quality of 46 patients with rheumatic heart diseases were analyzed before and after health education. **Results** Health education could lessen unhealth behavior of patients obviously and improve remarkably their ability of daily life ($P < 0.01$). **Conclusion** Health education for patients with rheumatic heart diseases can improve their life quality remarkably and promote their recovery.

[Key words] rheumatic heart diseases; rehabilitation; health education

中图分类号:R541.2 文献标识码:B 文章编号:1006-9771(2005)07-0590-01

[本文著录格式] 杨淑莲.对风湿性心脏病患者实施健康教育的临床意义[J].中国康复理论与实践,2005,11(7):590.

1 资料与方法

1.1 临床资料 2000 年 1 月~2004 年 9 月在我院住院治疗的 46 例风心病患者,男 19 例,女 27 例,年龄 16.5~70.6 岁,平均年龄(41.8±6.9)岁,心功能 II 级 17 例,III 级 29 例。

1.2 研究方法 采用自身对照分析方法,对研究对象在实施健康教育前后患者的健康状况和生活质量进行调查、分析和评价。调查分析实施健康教育前后患者的高盐、高糖、高脂饮食、吸烟、饮酒等不健康行为的发生率和日常生活自理能力。

1.3 评定方法 根据世界卫生组织的建议,成人每人每天的食盐量以 3~5 g 为宜;植物油类以每人每天 20 g 为宜,动物肉类(如猪肉、牛肉、羊肉等)以每人每天 200 g 为宜,严格控制动物脂肪的摄入。故以每人每天盐摄入量不超过 6 g 为标准,7~10 g 为偏高,10 g 以上为高盐饮食;以每人每天食用动物肉类超过 400 g、植物油类超过 40 g 为高脂饮食;对于高糖饮食尚无绝对标准,本研究以不过分食用蔗糖、葡萄糖、果糖及不喝含糖饮料为准;关于吸烟、饮酒,以实施健康教育后戒烟、戒酒为准。通过实施健康教育前后调查随访,记录统计,然后进行比较分析。

1.4 统计学处理 健康教育前后数据的 χ^2 检验由 SPSS 统计软件包完成。

2 结果

实施健康教育之后患者的高盐、高糖、高脂饮食及吸烟、饮酒等不健康行为明显减少($P < 0.01$)。见表 1。患者的日常生活自理能力,即包括穿衣、洗漱、饮食、上下床、大小便、室内外活动等能力明显提高($P < 0.01$)。见表 2。

表 1 健康教育前后患者不健康行为比较(例)

组别	高盐饮食	高糖饮食	高脂饮食	吸烟	饮酒
健康教育前	32	22	24	12	28
健康教育后	7	4	5	3	6

注:健康教育前后比较, $P < 0.01$ 。

表 2 健康教育前后患者生活自理能力比较(例)

组别	不能自理	部分自理	完全自理
健康教育前	16	25	5
健康教育后	3 ^a	22	21 ^a

注:a:与健康教育前比较, $P < 0.01$ 。

3 讨论

风心病是一种病程长、危害大的难治之症,尤其在贫困山区的农村,由于经济比较落后,生活条件和医疗条件比较差,风心病的患病率远高于城镇^[1]。由于大部分农民对疾病相关的健康知识了解较少,故实施健康教育显得尤为重要。

风心病人由于二尖瓣膜病变,导致心衰,引起消化道瘀血,出现食欲减退、消化不良现象,应选用营养好、易消化、低盐、低糖、低脂、高维生素的食物,少食多餐,多食果蔬,避免高盐、高糖、高脂饮食,避免吸烟、饮酒、浓茶、咖啡及刺激性食物,有利于康复^[2]。

本研究表明,实施健康教育后,各种不良行为的发生率显著降低,患者日常生活自理能力显著提高,大大改善了患者的生活质量,促进了身体的康复。

[参考文献]

[1] 李大鹏,黄亚辉,公兰兰.风湿性心脏病 15 年调查报告[J]. 心血管康复医学杂志,2001,10(3):251-252.

[2] 袁琳卉,曲萍,韩群.风湿性心脏病患者饮食注意事项[J]. 实用心电学杂志,2003,12(2):156-157.

作者单位:545002 广西柳州市,广西柳州医学专科学校第一附属医院心脏中心。作者简介:杨淑莲(1960-),女,河南南阳市人,副教授、副主任医师,主要研究方向:心血管疾病的治疗研究及冠心病介入治疗研究。