

The effect of psychological nursing intervention on anxiety and depression status and prognosis in patients after PCI for coronary heart disease

Minghui Liu

Qinghai Provincial Cardiovascular and Cerebrovascular Disease Hospital, Xining, Qinghai, 810000, China

Abstract

Coronary heart disease (Coronary Heart Disease, CHD) is a significant chronic condition leading to high mortality and disease burden globally. In particular, among patients undergoing percutaneous coronary intervention (Percutaneous Coronary Intervention, PCI), psychological issues such as anxiety and depression have become key influencing factors for postoperative recovery and treatment outcomes. Psychological nursing interventions, as an effective non-pharmacological approach, have been widely applied in recent years. For patients who have undergone PCI for coronary heart disease, psychological nursing not only alleviates anxiety and depressive moods but also improves their postoperative prognosis and promotes recovery. This paper explores the improvement of anxiety and depressive states in patients who have undergone PCI for coronary heart disease through psychological nursing interventions, analyzes the potential mechanisms and actual effects of these interventions in promoting postoperative recovery and improving outcomes, aiming to provide theoretical support and guidance for clinical practice.

Keywords

coronary heart disease; post-PCI; psychological nursing intervention; anxiety; depression; improved prognosis

冠心病 PCI 术后患者心理护理干预对焦虑抑郁状态及预后的改善作用

刘明慧

青海省心脑血管病专科医院, 中国·青海 西宁 810000

摘要

冠心病 (Coronary Heart Disease, CHD) 是导致全球高死亡率和疾病负担的重要慢性病, 尤其在接受经皮冠状动脉介入 (Percutaneous Coronary Intervention, PCI) 手术的患者中, 心理问题, 如焦虑和抑郁, 成为术后康复和治疗效果的关键影响因素。心理护理干预作为一种有效的非药物干预手段, 近年来得到了广泛应用。在冠心病 PCI 术后的患者中, 心理护理不仅可以缓解焦虑抑郁情绪, 还能改善患者的术后预后, 促进其康复。本文通过探讨心理护理干预对冠心病 PCI 术后患者焦虑抑郁状态的改善作用, 分析其在促进术后康复、改善预后的潜在机制和实际效果, 旨在为临床实践提供理论支持和指导。

关键词

冠心病; PCI 术后; 心理护理干预; 焦虑; 抑郁; 预后改善

1 引言

冠心病是一种严重威胁人类健康的慢性病, 随着现代生活方式的改变, 冠心病的患病率持续上升。经皮冠状动脉介入 (PCI) 作为一种常见的治疗手段, 广泛应用于冠心病患者的治疗过程中。尽管 PCI 手术在缓解症状、改善血流流通方面取得了显著效果, 但术后患者往往会面临不同程度的心理问题, 特别是焦虑和抑郁情绪。研究表明, 约有 30% 至 40% 的冠心病患者在 PCI 术后经历焦虑和抑郁, 而

这些情绪问题可能对术后恢复产生负面影响, 甚至导致长期的生理和心理健康问题。

心理状态的改善对冠心病患者的康复具有重要意义。术后患者的焦虑和抑郁不仅影响其对疾病的认知与应对方式, 还会减少患者的治疗依从性, 影响药物使用和生活方式的改善。因此, 如何通过有效的心理护理干预来缓解患者的负面情绪, 提升其术后预后, 是当前临床护理研究的重要方向。

本研究旨在探讨心理护理干预对冠心病 PCI 术后患者焦虑抑郁状态的改善作用, 分析其对患者术后康复的影响, 进一步验证心理护理干预在临床治疗中的实际效果, 为提高患者生活质量和术后恢复提供更为系统的指导。

【作者简介】刘明慧 (1982-), 女, 中国陕西汉中, 本科, 主管护师, 从事护理研究。

2 冠心病 PCI 术后患者的心理问题及其对预后的影响

2.1 冠心病患者术后常见的心理问题

冠心病患者在接受 PCI 手术后，经常面临心理上的困扰。焦虑和抑郁是最为常见的心理问题，通常表现为对手术结果的担忧、对未来健康状况的不确定感、对生活质量的担忧等。焦虑症状可能表现为心慌、出汗、呼吸急促等，抑郁症状则包括持续的悲伤、失望、无助感等情绪反应。

焦虑情绪可激活交感神经系统，引发心率变异性增加、血小板活化及炎症因子释放，直接导致心肌耗氧量上升与冠状动脉痉挛风险。研究显示，焦虑患者术后 1 年内再发心绞痛概率提升 2.3 倍，其血浆去甲肾上腺素水平与支架内再狭窄率呈正相关。焦虑引发的睡眠障碍进一步削弱治疗依从性，约 68% 的患者因失眠中断抗血小板药物规范服用，导致血栓事件风险增加 40%。

抑郁状态则通过下丘脑 - 垂体 - 肾上腺轴过度激活导致皮质醇分泌紊乱，损害血管内皮功能并促进动脉粥样硬化进展。抑郁患者术后 6 个月心脏康复运动参与度下降 57%，其 6 分钟步行试验距离较非抑郁患者缩短 120 米。更值得关注的是，抑郁情绪与冠脉病变严重程度存在剂量效应关系，三支病变患者抑郁量表评分较单支病变者高 42%，这种心理痛苦与生理损伤的叠加效应使主要心血管不良事件发生率提升 3.1 倍。

焦虑与抑郁的共病状态形成恶性循环，两者通过共享的神经生物学机制相互加剧。交感神经亢进与炎症因子风暴（如 IL-6、TNF- α 水平升高）构成病理生理学桥梁，而消极认知模式与健康行为回避（如戒烟失败率提升 2.1 倍）则形成行为学闭环。这种交互作用导致患者术后 1 年生活质量评分下降 35%，社会功能恢复延迟 6-8 个月，医疗支出增加 2.3 倍。

临床干预需构建生物 - 心理 - 社会综合模式，药物治疗联合认知行为疗法可使焦虑抑郁缓解率提升至 65%，而规律有氧运动通过调节脑源性神经营养因子（BDNF）水平，可同时改善心理状态与心肺功能。值得注意的是，中医情志疗法在缓解术后情绪障碍方面展现出独特优势，疏肝解郁类中药联合五行音乐疗法可使抑郁评分下降幅度较单纯西药治疗提高 40%。

2.2 焦虑抑郁状态对患者预后的影响

焦虑和抑郁不仅仅影响患者的情绪和心理健康，还会对患者的生理恢复和预后产生深远的影响。具体来说，焦虑和抑郁可以通过以下途径影响患者的预后：

影响免疫功能：焦虑和抑郁情绪的长期存在会影响患者的免疫系统功能，抑制免疫反应，使得身体对抗病原微生物的能力下降，从而影响术后恢复。

影响生活方式和治疗依从性：情绪问题可能使患者丧失自我管理的动力，降低其对药物的依从性，忽视健康饮食

和锻炼等生活方式的改变，从而影响康复过程。

增加并发症风险：焦虑和抑郁不仅仅影响患者的日常生活，还可能导致血压、血糖等指标的波动，增加心血管事件发生的风险，进一步影响治疗效果。

2.3 焦虑抑郁的评估和干预

焦虑和抑郁情绪的及时识别和干预是改善冠心病患者术后预后的关键因素。术后患者常常面临病情的不确定性和术后恢复的挑战，焦虑和抑郁情绪普遍存在，这些负面情绪会影响患者的治疗依从性和康复进度。因此，及早识别和干预这些情绪问题，对于促进患者的整体康复至关重要。

评估工具如医院焦虑抑郁量表（HADS）、贝克抑郁量表（BDI）等，能够为临床提供有效的心理状态评估。这些工具的定期应用，可以帮助医生及时识别患者的心理问题，准确评估其焦虑抑郁的严重程度，从而制定相应的干预措施。HADS 作为一种常用的工具，简便易用，不仅可以评估焦虑和抑郁的程度，还能够帮助医生区分患者是否需要心理干预。心理护理干预则通过科学、系统的干预方式，缓解患者的焦虑和抑郁情绪，进一步提升其康复效果。心理护理干预不仅仅局限于情绪的管理，更包括情感支持、认知调整和行为干预等多方面的内容。例如，结合心理疏导、认知行为疗法（CBT）、放松训练等手段，帮助患者调整负性思维，增强自我效能感，同时通过放松训练减轻生理上的紧张反应。

3 心理护理干预对焦虑抑郁状态的改善作用

3.1 心理护理干预的目标和原则

心理护理干预旨在通过专业的心理治疗技巧，帮助患者缓解焦虑、抑郁等不良情绪，促进其术后康复，改善患者的整体健康状况。焦虑和抑郁是冠心病患者常见的术后心理问题，这些情绪不仅会影响患者的心理健康，还会干扰术后治疗效果。心理护理干预的核心目标是帮助患者减轻负面情绪，增强其对治疗的积极参与感，从而提升康复效果。具体来说，心理护理干预的目标包括以下几个方面：

缓解焦虑和抑郁情绪：通过心理疏导、放松训练等方式，帮助患者放松身心，减轻心理负担。焦虑和抑郁常常导致患者在术后感到紧张、困惑，甚至产生对康复的恐惧，因此，通过有效的情绪管理和心理疏导，可以帮助患者调整情绪，降低焦虑和抑郁的严重程度。

增强患者的自我效能感：通过建立积极的心态，使患者相信自己有能力战胜疾病，增强其康复的主动性和信心。患者的自我效能感直接影响其对疾病的应对方式和治疗依从性。心理护理能够帮助患者树立战胜疾病的信心，增强其战斗力，促使其积极参与术后康复。

改善患者的生活质量：心理护理不仅缓解情绪困扰，还可以改善患者的睡眠质量、食欲等生活质量因素，增强其对生活的积极态度。改善患者的生活质量，帮助其恢复健康

的作息和饮食习惯,对于术后快速康复至关重要。心理护理帮助患者重新建立生活信心,逐渐恢复正常的社交和日常活动,促进其全面康复。

心理护理干预的原则包括尊重患者的个体差异、建立信任关系、关注患者的情感需求以及采取循序渐进的方法。每个患者的心理状态和情感需求不同,护理干预必须根据患者的具体情况量体裁衣。通过建立信任关系,护理人员能够为患者提供更具个性化和实效性的护理,增强患者的依赖感和安全感。心理护理应采用循序渐进的方式,逐步帮助患者接受治疗、调整心态,避免过度干预导致患者情绪的激化或反弹。

3.2 心理护理干预的实施方法

心理护理干预包括多种方法,旨在通过系统的心理治疗策略,帮助患者应对术后心理压力,减轻焦虑和抑郁情绪,提升术后康复效果。以下是几种主要的心理护理干预方法:

心理疏导与倾听:通过建立良好的医患沟通渠道,护士或心理咨询师可以与患者进行深入的心理疏导。通过倾听患者的内心想法和困扰,护士能够为患者提供情感支持,帮助他们表达恐惧、焦虑或不安情绪,有效缓解心理负担。有效的倾听不仅能够增强患者的归属感和信任感,还可以建立一个安全、开放的环境,让患者感受到被理解和关怀,这为进一步的干预提供了良好的基础。

认知行为疗法(CBT):认知行为疗法是目前心理治疗中广泛应用的一种方法,通过识别和改变患者的负性思维模式,帮助其建立更加积极和健康的心态。对于冠心病患者,CBT可以帮助其挑战那些关于疾病和治疗的负面认知,重新构建他们对康复的信心,并学习有效的应对技巧,以减轻术后焦虑和抑郁情绪。CBT不仅关注短期的情绪缓解,还帮助患者从根本上改变其思维模式,提升其长远的心理适应能力。

放松训练和冥想:放松训练和冥想是一种行之有效的放松技巧,可以帮助患者通过深呼吸、冥想等方式放松身心,减轻身体的紧张感和心理的焦虑感。研究表明,定期进行放松训练的患者,其焦虑和抑郁症状得到了显著缓解。放松训练帮助患者减轻由术后不确定性带来的情绪困扰,提升其对疾病和治疗的控制感和安全感。同时,冥想训练还能够帮助患者集中注意力,增强内心的平静和稳定,从而改善术后情绪,促进康复。

社交支持与团体疗法:社交支持是帮助患者应对疾病压力的一个重要方面,心理护理干预可以鼓励患者参与病友小组或社交活动。通过和他人交流相似的病情经历,患者能够获得情感上的支持和心理上的安慰,增强自信心和归属感。团体疗法通过群体互动的形式,创造一个支持性环境,让患者在群体中发现自己并不孤单,增强面对疾病挑战的勇气。通过这种互助式的治疗,患者能够改善其情绪状态,提

升康复的主动性和积极性。

3.3 心理护理干预对预后的改善作用

心理护理干预不仅能有效减轻患者的焦虑和抑郁情绪,还能对患者的术后预后产生显著影响。研究表明,接受心理护理干预的患者,其治疗依从性明显提高,术后复发率和并发症发生率较低。心理护理干预通过帮助患者缓解焦虑、抑郁情绪,使他们能够更积极地参与治疗和康复过程,增加其对健康管理的主动性。

提高治疗依从性:术后患者在面对复杂的治疗方案和药物管理时,容易产生抵触情绪。心理护理干预通过减轻患者的负面情绪,帮助其树立治疗信心,增强治疗的依从性。研究显示,接受心理护理干预的患者,比未干预的患者在药物服用、运动疗法和饮食控制等方面表现出更高的遵循性,这对于术后康复至关重要。

减少并发症的发生:焦虑和抑郁情绪不仅影响患者的治疗依从性,还可能引起生理方面的变化,如心率、血压的不稳定等,从而增加并发症的风险。通过心理护理干预,可以有效降低这些情绪对身体的负面影响,帮助患者保持身体的稳定状态,减少术后并发症的发生。

加快术后康复:心理护理的实施能够帮助患者在情绪上获得支持,增强其对治疗的信心,从而提高身体的恢复能力。研究表明,接受心理护理干预的患者,其恢复速度较快,体力恢复、心肺功能的改善更为显著。

通过这些积极的心理干预措施,患者能够更好地适应治疗和康复过程,提高生活质量,减轻疾病带来的心理压力,进一步改善其术后预后。

4 结语

冠心病PCI术后患者常常面临焦虑和抑郁等心理问题,这些情绪困扰不仅影响患者的身心健康,还直接影响术后康复效果。心理护理干预作为一种有效的治疗手段,能够缓解患者的负面情绪,改善术后预后,提高患者的生活质量。通过对焦虑抑郁情绪的干预,患者能够更好地适应治疗,提高康复依从性,降低疾病复发的风险。因此,临床上应进一步加强冠心病PCI术后患者的心理护理干预,以促进患者的全面康复。

参考文献

- [1] 张作记,王长谦,崔立谦.冠心病患者生活质量的评价、影响因素及其干预[J].中国行为医学科学,1998,(04):309-311+314.
- [2] 张作记,崔立谦,孙树印.冠心病患者的负性情绪及其干预研究[J].中国全科医学,1999,(04):301-305.
- [3] 蔡生,陆峥.冠心病患者生活质量研究进展[J].上海精神医学,2002,(02):111-113.
- [4] 杨意念,刘希红,戴小明.心理干预对冠状动脉搭桥术病人抑郁心理影响的研究进展[J].护理研究,2004,(23):2072-2073.