

心臟衰竭病人為何需要護理專家的照護？

◎基隆長庚心臟衰竭中心個案管理護理專家 劉敏慧

封面故事

隨著醫療科技的進步，心肌梗塞及心臟重症病人的存活率顯著提升，然而這些歷經生死威脅而有幸存活的患者，相對的也有很高的機會進展成為心臟衰竭。

心臟衰竭本質上就是一種複雜的疾病症候群，病人所面臨的問題常涉及心臟與非心臟的多種疾病相互交錯，因此心臟衰竭病人面對同時交雜糖尿病、腎臟病等多科別複雜治療的問題時，常常會有不知如何因應的困惑與選擇衝突，甚至有些病人會誤以為只要沒有不舒服的症狀，應該表示心臟衰竭就已經好了，不需要再服用藥物，以免傷害腎臟。統計資料顯示，心臟衰竭病人即便在症狀趨緩出院返家後，若沒有妥善的執行心臟居家自我照護與

管理，出院後6個月和1年內仍有高達31.9%和38.5%的病人會復發惡化而再入院。因此，預防非預期性惡化導致的再住院，已列為心臟衰竭疾病治療的重要照護目標之一。心臟衰竭病人對於疾病的認識及自我管理的照護能力在預防疾病復發上，是一個重要的關鍵策略，然而護理專家在這方面扮演了重要的角色。

一般來說，這群具有高復發風險的心臟衰竭病人，出院後的醫療方式就是看診和吃藥。然而受限於有限的看診時間與藥物服用的遵從性問題，這樣的傳統醫療策略對於防止非預期性惡化導致的再住院效果不彰。我們從已開發國家的經驗學習中，發現疾病照護過程還有另一個選擇，就是尋求具有心臟衰竭專業知

識，以及豐富臨床經驗的護理專家照護諮詢門診。在個人化照護諮詢過程中，提供充分的時間，聆聽病人與照護者對其心臟衰竭治療的期待，從病人的心臟衰竭疾病分級嚴重度，及了解共存的慢性疾病照護需求，並依據病人對於疾病生活價值觀，引導病人了解治療指南的照護建議，逐步帶領病人找到符合自己生活型態中最理想的治療模式，進而從被動轉為主動，將藥物管理、飲食選擇、液體控制、復健運動、和症狀監測等讓心臟復健之照護元素，融入居家日常生活中，達成



有效的疾病居家自我管理，這樣以醫護協同治療的方式可以大幅改善預後。

臨床成效已證實全方位心臟復健介入具有強化心臟保護力功能，可讓心臟衰竭病人再住院率與死亡風險降低 30%。需要特別說明的是，所謂的心臟復健介入不單單僅有運動訓練，其所涵蓋的範疇包含：(1) 病人需要學習認識並了解什麼是心臟衰竭；(2) 學習如何養成防範水腫及避免心臟衰竭惡化之低鹽、限水、高蛋白飲食原則；(3) 維持每日規則量測血壓、脈搏與體重的照護執行力；(4) 學會評估水腫與辨識心臟衰竭惡化的能力；(5) 能在關鍵時機找出中斷心臟衰竭惡化的有效居家策略；及 (6) 安排改善活動功能的心臟運動訓練等。心臟衰竭護理專家照護諮詢門診可以整合這樣的服務，提供出院後銜接居家慢性期的心臟復健照護元素，幫助心臟衰竭病人學習如何成功的進行疾病自我管理，並與心臟衰竭疾病共存，打破在罹患心臟衰竭之後重複惡化與再住院的惡性循環，擁有最佳的生活品質。🏠