



高血压健康教育在社区慢性病防治中的效果观察

龙启相

广西壮族自治区河池市南丹县芒场镇卫生院 广西河池 547215

【摘要】目的 观察分析高血压健康教育在社区慢性病防治中的效果。**方法** 将社区慢性病防治中心收治的 200 例高血压患者纳入本次研究工作, 并分为对照组与研究组; 两组均接受常规治疗, 研究组在常规治疗过程中联合高血压健康教育; 观察比较两组治疗效果。**结果** 对照组及研究组治疗总有效率分别为 87.00%、98.00%, 对照组及研究组对疾病知识掌握程度分别为 81.00%、97.00%, 对照组均明显低于研究组, $P < 0.05$; 治疗前对照组及研究组的血压情况比较均无明显差异, $P > 0.05$; 治疗后两组均比治疗前有改善, 而且研究组改善幅度更高, $P < 0.05$ 。**结论** 在社区慢性病防治中开展高血压健康教育有着重要临床应用价值。

【关键词】 高血压; 健康教育; 社区慢性病; 防治; 效果

【中图分类号】 R544.1 **【文献标识码】** A **【文章编号】** 1674-9561 (2017) 05-067-02

高血压是临床常见慢性疾病, 更是一种独立性的心血管诱发因素, 长期高血压容易导致患者出现心脑血管疾病, 影响患者的日常生活质量以及生存质量^[1]。本次研究工作旨在观察分析高血压健康教育在社区慢性病防治中的效果。现详细报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 200 例自 2014 年 1 月至 2015 年 12 月期间社区慢性病防治中心收治的高血压患者纳入本次研究工作, 并根据盲选方法分为两组。研究组有 61 例男, 39 例女; 年龄为 (66.42 ± 6.45) 岁; 病程为 (4.68 ± 2.10) 年; 其中有 51 例伴有糖尿病, 有 23 例伴有冠心病, 有 26 例伴有脂代谢障碍疾病。对照组有 59 例男, 41 例女; 年龄为 (66.37 ± 6.51) 岁; 病程为 (4.70 ± 2.07) 年; 其中有 53 例伴有糖尿病, 有 22 例伴有冠心病, 有 25 例伴有脂代谢障碍疾病。比较两组的一般资料, 差异不显著, $P > 0.05$, 提示有可比性。

1.2 方法

本次研究中, 两组患者均接受常规降血压治疗, 研究组在此基础上结合高血压健康教育, 具体包括①健康教育。社区慢性病防治中心进行一月一次的高血压健康宣教讲座, 结合社区人群的实际情况给予重点讲解如何预防高血压以及监控血压指标的重要目的, 从而有效提高监测血压的积极性。②用药指导。由于高血压疾病属于慢性疾病, 该类疾病患者需要维持终身性服药药物, 因此应结合患者的用药情况给予叮嘱, 不能够随意停药或者更改药物种类及剂量。③生活指导。结合患者的日常饮食习惯以及疾病情况, 给予针对性的制定规范性、合理性的饮食搭配, 食物以低脂肪、低盐为主,

有效确保营养均衡, 嘱咐患者需戒烟戒酒, 并结合体质情况进行适合的运动, 注意劳逸结合。④心理疏导。由于高血压疾病好发于中老年人群, 因此社区护理人员更需要重视患者的心理状态, 及时发现患者存在不良情绪并给予心理疏导, 使患者以积极自信的状态接受治疗, 配合治疗。

1.3 观察指标

持续跟踪观察两组患者两年, 并记录两组患者治疗前、治疗后的血压情况, 对疾病知识掌握程度以及临床疗效。

1.4 疗效判定标准

经治疗后患者的舒张压明显降低, 降低幅度 $> 10\text{mmHg}$, 而且已达到舒张压正常值范围内, 或者舒张压降低幅度 $> 20\text{mmHg}$ 即为显效; 经治疗后患者的舒张压有所降低, 降低幅度 $< 10\text{mmHg}$, 而且已达到舒张压正常值范围内, 或者舒张压降低幅度 $10\text{mmHg} \sim 19\text{mmHg}$ 即为有效; 经治疗后患者未达到显效或有效标准, 即为无效。

1.5 统计学方法

应用 (SPSS19.0) 统计学软件进行数据处理分析, $P < 0.05$ 差异显著有统计学意义。

2 结果

本次研究结果详见表 1、表 2、表 3。

表 1: 研究组与对照组临床疗效比较 [n (%)]

分组 (n)	显效	有效	无效	总有效率
研究组 (n=100)	81	17	2	98.00 (98/100)
对照组 (n=100)	43	44	13	87.00 (87/100)
χ^2				8.7207
P				0.0031

表 2: 研究组与对照组治疗前后的血压情况比较 ($\bar{x} \pm s$)

分组 (n)	收缩压 (mmHg)		舒张压 (mmHg)	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组 (n=100)	156.42 $\pm$ 11.13	130.01 $\pm$ 11.02	99.87 $\pm$ 12.27	85.92 $\pm$ 11.32
对照组 (n=100)	156.39 $\pm$ 11.20	148.05 $\pm$ 12.24	99.85 $\pm$ 12.30	93.44 $\pm$ 11.87
t	0.0122	7.0602	0.0074	2.9524
p	0.9903	0.0000	0.9941	0.0041

表 3: 研究组与对照组对疾病知识掌握程度比较 [n (%)]

分组 (n)	了解	比较了解	不了解	了解度
研究组 (n=100)	77	20	3	97.00 (97/100)
对照组 (n=100)	40	41	19	81.00 (81/100)
χ^2				13.0746
p				0.0003

3 讨论

高血压是属于临床常见的慢性疾病, 极容易诱发各种心脑血管疾病, 因此及时有效的预防与治疗高血压, 控制血压值稳定, 可以有效避免患者发展各种慢性疾病。在给予患者对症治疗过程中, 有效的健康教育可以使患者治疗效果提高^[2]。

高血压患者临床防治难度较大, 因此在给予患者日常饮食习惯调整、遵医嘱定时定量服药药物以及注意自身生活习惯等, 更需要给予针对性、科学性的教育指导措施^[3]。本次

(下转第 70 页)



骨溶解病变的进展有着逆转效果,达到显著改善病患生活质量的目的。有研究报道表明^[4],唑来膦酸可以改变破骨细胞胞浆骨架的超微结构并诱导破骨细胞凋亡,有效防止破骨细胞与骨骼的触碰。同时,唑来膦酸使用简单方便,无明显毒副作用,静脉滴注后可能产生的恶心、呕吐、发热等症状经过对症处理能迅速好转,也提高了病患的依从性,保证了治疗的顺利进行。此外,唑来膦酸能有效延长多发性骨髓瘤的进展时间,且对于多发性骨髓瘤细胞有着一定的细胞毒性,具有抗骨髓瘤作用,对病患预后有着积极影响。另有研究显示^[5],唑来膦酸联合化疗治疗晚期难治性多发性骨髓瘤有效率可达55%,显著延长患者的生存期。本文研究结果发现:观察组临床疗效高于对照组($P < 0.05$)。表明唑来膦酸联合化疗治疗多发性骨髓瘤疗效更佳。此外,观察组疼痛缓解起效时间和疼痛彻底缓解时间均显著低于对照组的,说明唑来膦酸联合化疗治疗多发性骨髓瘤能更好缓解病患痛苦。同时,两组不良反应发生情况差异无统计学意义($P > 0.05$),说明唑来膦酸联合化疗治疗多发性骨髓瘤协同性效应好,具有良好的安全性,药物不良反应相对轻微。

(上接第66页)

的例数为30例,占总例数的25.00%,发生率仅次于全身损害。③头孢菌素类抗生素与其他药物联合应用易导致患者发生血液系统疾病,其发病率占总例数的6.67%(8/120)。④在本次研究中发现,头孢菌素类抗生素与其他药物联合易导致患者发生呼吸系统、皮肤及其附属器官、神经系统发生不良反应,该情况与患者自身体质相关。此外,在本次研究中,采用联合用药的方式对患者进行静脉滴注的方式治疗,其中头孢替唑钠发生不良反应几率最高,且严重病例发生情况也较多,对于该情况应给予口服的方式进行治疗,并为其选择合适的药物进行治疗,由此降低其不良反应的发生率。

综上所述,头孢菌素类抗生素与其他药物联合应用时出现较多的不良反应,应引起足够的重视,在对患者进行给药

(上接第67页)

研究中,通过给予高血压患者及其家属开展健康教育讲座,以提高患者及家属对疾病认识以及提高监测血压的积极性;结合疾病情况给予针对性的用药指导及生活指导,使患者重视定时定量服用药物,积极调整生活习惯,劳逸结合;及早发现患者的不良情绪并给予针对性的心理疏导,以调整积极自信心态配合治疗,提高治疗依从性^[4]。

综上所述,在社区慢性病防治中给予高血压患者对症治疗过程中结合高血压健康教育可以有效控制血压值,提高临床治疗效果,提高患者对高血压疾病知识掌握程度,值得临床加强推广与应用。

(上接第68页)

能够有效矫正患者牙合关系,促进其咀嚼功能的恢复,避免病症复发。

综上所述:口腔正畸治疗成人牙周病,可有效改善牙齿松动症状及其牙合关系,促进咀嚼功能的恢复,因此值得在临床实践中推广应用。

参考文献:

[1] 冯博,彭惠,王东旭,郭莉莉.口腔正畸治疗成人牙周病的疗效观察[J].全科口腔医学电子杂志,2015,

综上所述,唑来膦酸联合化疗治疗多发性骨髓瘤起效快,操作简单,有效缓解病患骨痛,不良反应发生率较低,安全性好,值得临床推广使用。

参考文献:

[1] 黄祝林,黄光浩,吴文强.唑来膦酸联合VTD方案治疗多发性骨髓瘤的临床疗效[J].临床合理用药杂志,2016,9(09):47-48

[2] 李增怀.硼替佐米结合地塞米松对多发性骨髓瘤骨病病患生化指标的影响[J].中国生化药物杂志,2015,35(4):138-140.

[3] 彭凤平,付蓉,刘惠等.血清骨代谢物检测在骨髓瘤骨病诊断和病情监测中的意义[J].中华医学杂志,2015,95(42):3436-3439.

[4] 张家友.唑来膦酸钠治疗多发性骨髓瘤骨代谢影响[J].中外医疗,2017,36(11):160-162

[5] 马若飞,米登海,李征等.唑来膦酸联合化疗治疗多发性骨髓瘤有效性及安全性的系统评价[J].兰州大学学报(医学版),2016,42(2):38-44.

时应根据患者自身情况选择合适的药物进行治疗,由此确保用药的安全性,有利于促进患者合理用药。

参考文献:

[1] 孟凯,孟玉玲.头孢菌素类药物联合其他药物引发的不良反应分析[J].中国医药指南,2016,14(10):84-85.

[2] 赵莹.18例头孢菌素类抗生素不良反应分析与报告[J].中国城乡企业卫生,2017(5):63-64.

[3] 蔡世明,赵军.分析头孢菌素类药物联合其他药物可能引起的不良反应[J].临床医药文献杂志:电子版,2016,3(52):10445-10445.

[4] 许明霞.头孢类抗生素联合其他药物致不良反应分析[J].临床研究,2016,24(4):151-152.

参考文献:

[1] 邓章莉,冯浓萍,彭子日等.社区高血压综合管理干预的效果[J].中国老年学杂志,2015,15(7):1954-1956.

[2] 徐静,葛运远,钱东福等.不同协作模式下高血压患者门诊就医与协作服务评价研究[J].重庆医学,2015,15(18):2577-2579,2580.

[3] 刘立菊.高血压健康教育在社区慢性病防治中的应用价值研究[J].医药前沿,2017,7(10):76-76.

[4] 郭东锋,潘建清,赵云鹏等.深圳市福田区社区高血压患者自我管理健康教育项目实施效果评价[J].实用预防医学,2015,22(5):596-598.

02(12):48-49.

[2] 王群,王凤娟,肖言栋,刘伟.成人牙周病的正畸治疗及护理观察[J].全科口腔医学电子杂志,2016,03(01):68.

[3] 吴毓聪,王彬婷,杨宾,陆丽英,包艳丽,王海燕.牙周序列治疗在成人牙周炎患者正畸过程中的作用及疗效[J].实用临床医药杂志,2016,20(19):199-200.

[4] 吴欣帆,谭兆莲,梁志超.正畸联合治疗对成人牙周病患者切牙移位的疗效观察[J].中国实用医药,2015,10(16):127-128.