

家庭保健员在高血压防治中的重要作用

刘秀莲

北京市顺义区天竺镇卫生院

【摘要】目的 探讨家庭保健员在社区家庭护理中的重要作用。**方法** 研究 2016.8-2017.8 期间我院慢病科发展家庭保健员 58 名，在高血压的防治中这些家庭保健员发挥了重要作用，我们随机把两组高血压病人分为观察组和对照组，观察组加入了家庭保健员作为家庭医生的辅助管理，对照组则按正常门诊宣教，教病人测血压方法，以及饮食和运动的注意事项等，观察分析 2 组高血压患者防治的改善情况，患者和家属满意情况差异。**结果** 在高血压防治护理有效率满意率上，观察组为 96%，多于对照组的 71.5%，组间差异有统计学意义，(P<0.05)。**结论** 家庭保健员在高血压防治中可以有效地改善疾病状况，提升患者满意率和生活质量。

【关键词】 家庭保健员；高血压；防治效果

【中图分类号】 R193

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2018) 12-155-02

高血压病属于内科慢性病，病程长，难以治愈，开始因症状轻或无症状，生活一般不会受到影响，故患者不易察觉，病人明明血压已经高于 140/90mmhg，仍没有得到有效治疗和控制，时间久了心脑血管也出现了并发症症状才来就诊。本文研究了 2016.8-2017.8 期间，我院慢病科通过对家庭保健员的培养，使他们掌握了一定的高血压健康宣教知识，再去护理自己的家人。本文主要分析不同护理防治后疾病的改善效果，护理满意度的情况差异，内容如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究 2016.8-2017.8 期间，我院慢病科在高血压患者中发展了家庭保健员 50 名，随机与普通高血压患者分为观察组与对照组，每组各 50 例，要求患者均符合高血压临床诊断标准，患者和家庭保健员均了解。知情同意本次试验活动，患者和家庭保健员均能配合医务人员完成各项数值和操作，观察组平均病程 5 年，男 32 例，女 28 例，年龄在 38-75 岁之间，平均年龄 59.5 岁，血压收缩压 146±4mmhg，舒张压 95±3mmhg；对照组平均病程 4.5 年，男 35 例，女 25 例，年龄在 35-74 岁之间，平均年龄 55.3 岁，血压收缩压 145±5mmhg，舒张压 92±3mmhg，对照组和实验组患者目前均无严重并发症发生，两组患者基本资料无明显差异 (P > 0.05)。一般资料比较，差异无统计学意义。

1.2 方法

对照组采用常规门诊护理，对其进行普通门诊宣教，告知患者日常生活注意事项，教给患者测血压的方法，并嘱患者测完血压做好记录，定期复诊。观察组，通过定期推送微信，短信，发放健康宣教资料，健康大课堂，高血压自管小组活动，对家庭保健员进行健康知识宣教，慢病知识普及等形式和方法，使家庭保健员逐步掌握一些慢病知识和护理操作，对家人进行生活饮食，运动健身，身心调理，药物服用以及定期监测血压等干预的方式方法。主要措施如下：

1.2.1 生活饮食护理

要求家庭保健员对高血压患者每日给予低盐低脂饮食，超重

和肥胖者注意减重，制定减重目标，力争早日达到理想体重，可有利于高血压的控制和恢复正常水平。

1.2.2 适量运动

家庭保健员要每日督促患者进行适量运动，如快步走，打太极拳，舞剑，跳舞等均可。要求家庭保健员给予患者穿着舒适脚，透气的鞋子，外出有人陪伴，每次活动 40-60 分钟，切勿运动强度过大，以身体微微发热出汗为止。

1.2.3 舒缓情志

家庭保健员要及时疏导患者郁闷心情，听听舒缓音乐，经常与人沟通，多陪伴鼓励患者参与户外活动，唱歌，跳舞，欣赏自然景色，陶冶心情。

1.2.4 按时按量服药

要求家庭保健员每日监督患者按时按量服用药物，发放电子药盒，漏服可得到提醒。

1.2.5 按时监测血压

家庭保健员每日监督和协助患者测量血压，并做好数值记录，要求患者复诊随访时一定带着血压监测记录本。除此之外，家庭保健员还要安排好患者的起居，家庭活动，让患者能够做到劳逸结合，早睡早起，保证睡眠时间和睡眠质量。

1.3 观察指标

对比两组患者的依从性，高血压的发生率，参照卫生部认证高血压的标准值，观察两组患者不同护理干预模式。8 周后患者收缩压和舒张压的变化情况，并将家庭保健员对高血压患者护理的有效程度分析，以满分 100 分为标准，分数越高，效果越好。

统计学方法

用 SPSS16.00 处理数据，数据采用 $\bar{x} \pm s$ 表示，用 T 检验，以 P<0.05 为数据，对比差异具有统计学意义。

2 结果

经过 8 周不同护理措施的干预，观察组患者血压值控制明显好于对比组 (P<0.05)，并且观察组在家庭保健员的努力监管下，对自身疾病也有了充分的认识和提高，效果明显好于对照组 (P<0.05)。

家庭保健员管理前对比

高血压

	平均年龄	人数	人数	收缩压	舒张压	满意率
观察组	59.5 岁	58 人	男 32 人 女 26 人	收缩压：146±4	舒张压：95±5	> 满意率 61.5
对照组	55.3 岁	58 人	男 35 人 女 23 人	收缩压：145±5	舒张压：92±3	> 满意率 62%

家庭保健员管理后对比

高血压

	平均年龄	人数	人数	收缩压	舒张压	满意率
观察组	59.5 岁	58 人	男 32 人 女 28 人	收缩压：135±5	舒张压：82±6	> 满意率 96%
对照组	55.3 岁	58 人	男 35 人 女 25 人	收缩压：142±2	舒张压：86±4	> 满意率 71.5

3 讨论

中老年群体由于心脑血管生理功能下降，还有一些常年养成

的不良生活习惯，高血压病发病率正呈逐年上升趋势，高血压病 (下转第 160 页)

组织中膜转铁蛋白的表达与患者有无贫血并无明确的相关关系,提示膜转铁蛋白在肿瘤组织中的局部表达与乳腺癌患者的术前贫血的发生无关。

总之,乳腺癌组织中可以采用便捷方便的免疫组化方法检测到膜转铁蛋白的表达,并且其表达与乳腺癌内分泌型及肿瘤的临床病理特征有关,检测膜转铁蛋白对乳腺癌患者预后的判断具有重要的临床意义。

参考文献

- [1] Alkhateeb AA1, Connor JR. The significance of ferritin in cancer: anti-oxidation, inflammation and tumorigenesis. *Biochim Biophys Acta*, 2013, 1836(2):245-54
- [2] Bookes MJ, Boulton J, Roberts K, et al. A role for iron in Wnt signalling. *Oncogene*, 2008, 27(12): 966-975.

[3] Bienz M, Clevers H. Linking colorectal cancer to Wnt signaling. *Cell* 2000, 103(2): 311-320.

[4] Pinnix ZK, Miller LD, Wang W, et al. Ferroportin and iron regulation in breast cancer progression and prognosis. *Sci Transl Med*, 2010, 2(43): 43-56.

[5] Dürrenberger F1, Abbate VMa Y, et al. Functional characterization of fluorescent hepcidin. *Bioconjug Chem*. 2013, 24(9):1527-1532.

[6] Atanasiu V1, Manolescu B, Stoian I. Hepcidin--central regulator of iron metabolism. *Eur J Haematol*. 2007, 78(1):1-10.

[7] 程旭, 陆晔, 王金湖等. 癌性贫血患者 Hep、EPO、HJV、FPN 和 TFR2 的表达特点及其意义 [J]. *检验医学与临床*, 2014, 11(增 1): 238-240

(上接第 155 页)

属于不能治愈的慢性疾病,在高血压病治疗过程中患者对慢病知识的知晓程度,以及心理因素是影响患者治疗效果的重要组成部分。本文中,观察组采用发展培训家庭保健员的新型模式,充分发挥家庭保健员在家庭中的重要作用,通过家庭保健员的分别在情志调摄,饮食调养,起居调护,运动健身,心理疏导,药物使用方面给予患者照顾和监管,起到了很好的效果,因为都是家庭成员或伴侣,长期接触和生活,这种发展培养家庭保健员,充分利用家庭保健员监督管理慢病患者的模式可供临床参考。

参与文献

[1] 袁华,李文涛,彭款,等.我国社区高血压健康教育评价研究现状 [J]. *中国全科医学*, 2013, 15(35):4190-4193.

[2] 张普洪,杨英,张华兴家庭保健员在社区和基层卫生服务中的作用 [J]. *慢病管理/健康促进 R193A1007-9572(2010)01-0073-03*

[3] 洪雅蓉朱雪尔培训家庭保健员在社区健康教育中的作用 [J]. *中国健康教育 R193.A1002-9982(2001)11-0670-02*

[4] 朱文华家庭保健员的培训方法及体会 [J]. *护理管理杂志*, C931.2B1671-315X(2011)08-0597-01

(上接第 156 页)

红臀发生率的效果分析 [J]. *中国全科医学*, 2014, (35):4269-4271.

[2] 张晓梅.PDCA 循环在农牧区新生儿家庭访视护理中的应用研究 [D]. 内蒙古民族大学, 2015.

[3] 吴莎莉,文辉,严聆等.规范化管理在新生儿红臀护理中的应用效果观察 [J]. *护理研究*, 2015, (12):1534-1535.

[4] 黄旺鑫.不同护理干预方法在新生儿红臀预防中的应用效果 [J]. *国际护理学杂志*, 2015, 34(24):3361-3363.

[5] 杨莉.新生儿红臀的防治 [J]. *医药前沿*, 2015, 5(35):293-294.

[6] 李美.规范化管理在新生儿红臀护理中的应用效果观察 [J]. *医学美容美容(中旬刊)*, 2015, (5):381-381.

(上接第 157 页)

本文研究显示,观察组患者应用无创呼吸机参与治疗,与对照组患者相比,观察组患者动脉血气水平改善情况明显优于对照组;观察组患者治疗有效率明显高于对照组 ($P < 0.05$)。可以看出,无创呼吸机治疗慢性阻塞性肺疾病合并呼吸衰竭,操作简单,效果显著,能够有效改善患者动脉血气水平,缓解临床症状,控制病情进展,值得临床应用。

参考文献

[1] 张岩.无创呼吸机治疗 COPD 合并 II 型呼吸衰竭患者的护理观察 [J]. *中国实用医药*, 2016, 11(4):212-213.

[2] 陈透.无创呼吸机治疗慢性阻塞性肺疾病合并呼吸衰竭的临床疗效观察 [J]. *实用医院临床杂志*. 2013, 105(4):133-134.

[3] 龚志钧.无创呼吸机治疗慢性阻塞性肺疾病合并呼吸衰竭临床疗效观察 [J]. *当代医学*. 2013, 19(6):79-80.

[4] 刘美,春盈,邓东霞,等.无创呼吸机治疗 COPD 并呼吸衰竭护理经验与体会 [J]. *医学信息*, 2016, 29(3):232-233.

(上接第 158 页)

56 例,占据了总人数的 58.33%,而单支胫后静脉发生血栓的患者仅 6 例,占据总人数的 6.25%,也证实了上述观点。在对患者的胫后静脉血栓开展检测时,指导患者保持侧卧位,可使患者的胫后肌群得以有效放松,从而在检查时,可将肌组织的干扰有效避开,使得静脉状态得以更为良好的展示。不同类型静脉栓塞在接受超声检查时,都会出现不同的管径增宽,同时在开展加压探查时,其官腔将不能闭合,因此在开展检查的过程中,需要对其进行鉴别诊断。本次研究结果显示,通过超声检查诊断小腿深静脉血栓的准确率为 87.50% (84/96),这也和前人报道的超声检查诊断小腿深静脉血栓 88.2% 的准确率基本相符^[5]。

综上所述,超声诊断小腿深静脉血栓的效果显著,同时其操作简单,安全无创,值得在临床上进一步推广应用。但需注意肥胖,管径增宽直径极小,以及小腿较粗对检查造成的干扰,从而使检

查准确率进一步提高。

参考文献

[1] 吴斐,王洛波,王兵等.83 例急性孤立小腿深静脉血栓溶栓抗凝的疗效分析 [J]. *重庆医学*, 2016, 45(13):1784-1786.

[2] 魏立亚,宁彬,鹿云等.小腿深静脉血栓形成后股总静脉血流动力学变化的超声造影改变 [J]. *中国老年学杂志*, 2014, 12(9):2426-2428.

[3] 杨琳,武敬平,郑建勋等.小腿深静脉血栓 70 例高频彩超诊断分析 [J]. *中日友好医院学报*, 2015, 29(4):205-207, 封 4.

[4] 沈素红,席占国,陈柯等.骨科术后孤立性小腿深静脉血栓的超声诊断 [J]. *中医正骨*, 2012, 22(12):34-35.

[5] 师红霞,夏国兵.骨科术后孤立性小腿深静脉血栓的易患因素分析及临床护理 [J]. *山西医药杂志*, 2014, 25(20):2461-2462.