

健康教育对社区高血压病的应用效果

王 琪

北京市顺义区天竺镇卫生院 101312

【摘要】目的 分析高血压管理中健康教育的应用效果。**方法** 选取我院 2017 年 1 月—2017 年 12 月的门诊高血压患者 120 例作为研究对象,按照随机数字表法分为对照组和实验组各 60 例,对照组实施常规管理,实验组在对照组基础上实施健康教育,对比两组管理前后血压改善情况、各相关指标评分及整体护理效果。**结果** 实验组日常生活、健康行为、服药依从性、遵医行为评分与对照组比较,组间差异具有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 健康教育应用于高血压管理工作中可提高患者治疗依从性,有效调节血压,提高临床疗效和生活质量。

【关键词】 健康教育; 高血压; 管理效果

【中图分类号】 R473.2

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2019) 02-065-01

高血压是临床常见和多发的代谢综合征之一,其主要是指体循环过程中血压始终处于持续升高的状态^[1]。相关调查结果显示,近年来社会经济的飞速发展,人们生活水平和饮食习惯发生了很大的改变,这导致高血压的发病率呈现出逐年升高的状态,且年轻化趋势明显^[2]。本病是一种需要终身治疗的慢性病,患者不仅需要长期用药控制血压,还必须保持良好的生活方式,科学饮食,适当运动,以免病情反复或导致肾、脑、心等重要器官严重并发症^[3]。现选取我院诊治的高血压患者 120 例作为研究对象,作以下总结和报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院 2017 年 1 月—2017 年 12 月收治的高血压患者 120 例作为研究对象,入选患者均符合 WHO 制定的高血压诊断标准。按照随机数字表法分为对照组和实验组。对照组男患者 34 例,女患者 26 例,患者年龄 43 ~ 65 岁,平均年龄(55.8±2.6)岁;病程 2 ~ 15 年,平均病程(9.0±0.5)年。实验组男患者 31 例,女患者 29 例,患者年龄 45 ~ 66 岁,平均年龄(53.3±1.9)岁;病程 2 ~ 13 年,平均病程(8.9±0.6)年。

1.2 方法

对照组实施常规管理,患者入组后,向患者交待入组的原因,健康教育小组人员需要密切观察其各项生理指标变化,增加电话随访次数,与患者进行交流沟通时必须保持和蔼可亲的态度,对患者临床症状进行充分了解^[4-5]。实验组在对照组基础上实施健康教育,首先要准确评估患者的生活方式和健康需求,对以综合评估结果为依据,对健康教育目标进行制定,制定并完善个性化健康教育方案,对各项措施予以明确^[6]。建立健康教育小组,要求进入小组的成员必须接受过专业的培训指导和学习,并且要对高血压方面的知识和宣教方法进行熟练掌握^[7]。

1.3 观察指标与疗效评价

(1) 相关指标:包括健康行为、服药依从性、日常生活、遵医行为等。(2) 血压改善效果:分别在管理前后对患者舒张压、收缩压进行测量和比较。

1.4 统计学评析

选择 SPSS20.0 统计学软件分析所有涉及到的数据,组间对比采用 t 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

对比两组患者相关指标评分情况,两组患者日常生活、遵

医行为、健康行为和服药依从性评分比较。实验组 60 例,健康行为(8.6±0.3)分,服药依从性(9.4±0.6)分,日常生活(8.9±1.1)分,遵医行为(7.8±0.6)分;对照组 60 例,健康行为(6.7±0.5)分,服药依从性(8.0±0.3)分,日常生活(7.1±1.0)分,遵医行为(6.7±0.5)分。实验组高于对照组,组间差异具有统计学意义($P < 0.05$)。

3 讨论

高血压在临床中并不陌生,可分为原发性高血压和继发性高血压,其中前者的发病率高于后者。相关调查资料证实,饮食结构、心理状态、家族遗传等是导致高血压的主要原因^[8-9]。本病属于慢性疾病,若不及时有效控制血压发展,会增加脑出血、心肌梗死、脑梗塞等心脑血管疾病发病率,进而严重影响患者生活质量,危及生命健康。鉴于环境因素对高血压发生、发展的影响,所以高血压管理的同时必须对患者做好针对性健康教育工作。在研究中,实验组患者管理后的舒张压、收缩压均低于对照组,其日常生活、遵医行为、健康行为和服药依从性评分则低于对照组($P < 0.05$)。可见健康教育在高血压管理工作中可提高患者治疗依从性,有效调节血压,提高临床疗效和生活质量。

参考文献

- [1] 石蕾. 临床护理路径在社区老年高血压患者健康教育中的应用效果[J]. 中国当代医药, 2017, 24(23): 188-190.
- [2] 刘宝珍. 优质护理在高血压脑出血患者健康教育中的实施效果[J]. 临床医学研究与实践, 2017, 2(21): 149-150.
- [3] 陈曦, 孙菁. 清晨血压临床护理路径在老年原发性高血压患者健康教育中的应用[J]. 中国妇幼健康研究, 2017, 28(S1): 280.
- [4] 崔建洁. 健康教育在高血压护理中的应用分析[J]. 包头医学, 2017, 41(2): 118-119.
- [5] 朱亚平. 护理路径对老年高血压患者健康教育的影响[J]. 当代医学, 2017, 23(13): 165-167.
- [6] 张宏芳. 健康教育在高血压护理中的应用分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(5): 28, 30.
- [7] 郑春风. 健康教育在高血压护理中的应用[J]. 心血管病防治知识, 2017, 7(1): 1-4.
- [8] 朱梅, 李建英, 孟玮. 健康教育应用于高血压护理中的临床效果分析[J]. 中国卫生产业, 2017, 14(2): 45-47.
- [9] 王彩霞. 老年高血压患者的护理[J]. 中国卫生标准管理, 2016, 7(7): 205-207.