

高血压患者中采用中医护理干预后的效果分析

雒质艳

甘肃省白银市第二人民医院 730900

〔摘要〕目的 探讨分析高血压患者中采用中医护理干预后的效果。方法 选择 2018 年 3 月-2020 年 3 月期间我院收治的高血压患者 90 例,随机分为对照组和观察组,每组 45 例。对照组给予常规护理,观察组在对照组基础上采用中医护理干预,护理干预后对患者效果进行评估,比较两组血压及自我管理能力、依从性。结果 观察组干预后收缩压、舒张压以及自我管理能力均高于对照组 ($P<0.05$);观察组干预后养生运动、坚持服药、穴位按压、药浴的依从性均高于对照组 ($P<0.05$)。结论 高血压患者中采用中医护理干预能够明显控制血压,增强自我管理能力,提高患者的依从性,改善患者的生活质量,值得推广应用。

〔关键词〕高血压患者;中医护理干预;自我管理能力;依从性

〔中图分类号〕R473.5 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2020) 05-122-01

高血压属于临床上常见的全身血管性疾病,常见的症状为头痛、头晕等,常于精神紧张或情绪波动后发生血压升高,休息一段时间后恢复正常^[1]。高血压病程较长、起病较慢,若一旦病情严重将引发一系列的疾病,对患者的身体以及生活质量均造成严重的影响。而高血压难以采用药物根治,不仅仅影响到患者的生活,还可能增加患者家庭的经济负担^[2]。关于高血压患者中采用中医护理干预后的效果研究较少。因此,本文以高血压患者作为对象开展研究,探讨分析高血压患者中采用中医护理干预后的效果,报道如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

选择 2018 年 3 月-2020 年 3 月期间我院收治的高血压患者 90 例,随机分为对照组和观察组。对照组 45 例,男 27 例,女 18 例,年龄 (55-81) 岁,平均 (65.57±3.85) 岁;病史 (4-12) 年,平均 (8.43±4.63) 年;观察组 45 例,男 25 例,女 20 例,年龄 (57-84) 岁,平均 (66.53±4.22) 岁;病史 (5-15) 年,平均 (9.26±5.14) 年。

1.2 纳入、排除标准

纳入标准: (1) 同日静息状态下测得收缩压 ≥ 140 mmHg 或者舒张压 ≥ 90 mmHg,测试次数在 2 次以上; (2) 无神经系统症状和体征。排除标准: (1) 高血压急症或继发性高血压者; (2) 入院资料不全者。

1.3 方法

对照组:给予常规护理。叮嘱患者每日在家中测量血压,并做好记录,了解患者的生活习惯、饮食、家庭状况等,发放健康宣教手册并督促患者适当进行锻炼,保持平和心态。

观察组:在对照组基础上采用中医护理干预。对每位高血压患者进行证型辨证,根据辨证情况给予患者中医膳食指导,例如气血亏虚者应该益气补血,合理运用红枣、绿豆、山药、海带等日常常见食物及药材进行食补,叮嘱患者饮食应控制好钠盐的摄取。指导患者练习八段锦、太极拳,并督促患者每日晨起进行锻炼太极拳、晚间锻炼八段锦。每周进行 2 次药浴,并由专业人员进行穴位按摩,另指导患者自行进行按摩保健,双手食指弯曲并用食指侧面,从两眉间印堂穴,沿眉外展,抹到太阳穴,按摩次数为 10 遍以上。

1.4 观察指标

(1) 血压以及自我管理能力。记录两组患者干预后收缩压及舒张压的情况,并对患者的自我控制能力进行评价,采用自我管理能力问卷^[3],共 9 个条目,总分为 9 分,分值越高管理能力越好; (2) 依从性。分别从养生运动、坚持服药、穴位按压、药浴的情况。

1.5 统计分析

采用 SPSS18.0 软件处理,计数资料行 χ^2 检验,采用 $n(\%)$ 表示,计量资料行 t 检验,采用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, $P<0.05$ 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组血压及自我管理能力比较

观察组干预后收缩压、舒张压以及自我管理能力均高于对照组 ($P<0.05$),见表 1。

表 1: 两组血压及自我管理能力比较 ($\bar{x} \pm s$)

	收缩压 (mmHg)	舒张压 (mmHg)	自我管理能力 (分)
观察组	130.26±5.86	80.49±8.48	6.93±0.81
对照组	136.45±5.86	95.98±5.01	5.83±1.25
t	5.365	8.325	7.368
P	0.019	0.000	0.000

2.2 两组依从性比较

观察组干预后养生运动、坚持服药、穴位按压、药浴的依从性均高于对照组 ($P<0.05$),见表 2。

表 2: 两组依从性比较 [$n(\%)$]

组别	例数	养生运动	坚持服药	穴位按压	药浴
观察组	45	43 (95.56)	45 (100.00)	42 (93.33)	41 (91.11)
对照组	45	38 (84.44)	40 (88.89)	39 (86.67)	35 (77.78)
χ^2	/	6.574	8.009	7.432	7.651
P	/	0.005	0.000	0.000	0.000

3 讨论

近年来,中医护理干预在高血压患者中得到应用,且效果理想。本研究中,观察组干预后收缩压、舒张压以及自我管理能力均高于对照组 ($P<0.05$),说明中医护理干预能够控制好患者的血压,增强自我管理能力。中医护理干预能够促进患者建立良好的生活习惯以及饮食,通过中医整体辨证护理,针对性给予膳食指导,并通过督促患者早晚练习八段锦、太极拳促进身体强健,还能够太和气血、平衡阴阳,顺畅气血,调动患者的积极性,提高患者的依从性,改善患者的生活质量^[4]。本研究中,观察组干预后养生运动、坚持服药、穴位按压、药浴的依从性均高于对照组 ($P<0.05$),说明中医护理干预能够提高患者的依从性。

综上所述,高血压患者中采用中医护理干预能够明显控制血压,增强自我管理能力,提高患者的依从性,改善患者的生活质量,值得推广应用。

〔参考文献〕

- [1] 方云艳,谢芬.优质护理干预在老年高血压患者中的应用效果分析[J].中国急救医学,2018,038(021):322.
- [2] 宋宗惠,丁劲,张丽琴,等.中医综合护理对老年高血压患者血压的影响[J].西部中医药,2018,031(010):138-140.
- [3] 黄凤形,陆柳雪,黄丽伟,等.基于中医特色的延续护理对空巢老年高血压患者心理状态及生命质量的影响[J].中国实用护理杂志,2019,35(11):824-829.
- [4] Charles S Wiysonge, Hazel A Bradley, Jimmy Volmink, et al. Cochrane corner: beta-blockers for hypertension[J]. Heart, 2018, 104(4):282.