

强化家庭护理干预在社区高血压患者中的应用效果分析

曾淑琴

自贡市中医医院 丹桂街社区卫生服务中心 643000

【摘要】目的 研究强化家庭护理干预在社区高血压患者中的应用效果。**方法** 选取我社区 2020 年 1 月-2020 年 8 月期间随访的高血压患者 102 例, 随机分为研究组和对照组, 每组 51 例, 分别采取强化家庭护理、常规护理, 观察并比较两组患者的护理效果。**结果** 对比对照组护理总有效率 (78.43%), 研究组 (94.12%) 有显著提高, ($P < 0.05$)。**结论** 对社区高血压患者采取强化家庭护理, 可改善血压, 降低焦虑评分, 护理效果较好。

【关键词】 高血压; 社区; 强化家庭护理; 护理效果

【中图分类号】 R473.5

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2020) 09-143-02

作为高发的慢性疾病, 高血压的诱发风险极高, 尤其在老年群体中, 发病率已超过 42.7%, 形势极其严峻, 也是威胁人类健康的重要疾病之一^[1-2]。由于高血压难以治愈, 大多是以控制病情为目标, 在长期的治疗中, 患者多在家进行休养^[3-4]。由于在家休养远远低于医院治疗的效率, 不良事件的诱发风险更高, 则需要对患者进行社区干预, 以控制病情。随着强化家庭护理的应用, 发现其对高血压患者的血压控制效果较好, 患者对高血压的认知显著提高, 可较好的调理恢复。本研究通过对我社区 2020 年 1 月-2020 年 8 月期间随访的高血压患者采取强化家庭护理干预, 探究其应用价值。现报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我社区 2020 年 1 月-2020 年 8 月期间随访的高血压患者 102 例, 随机分为研究组和对照组, 每组 51 例, 年龄为 47-81 岁, 平均年龄为 (59.4±7.1) 岁。研究组: 男 28 例, 女 23 例。对照组: 男 24 例, 女 27 例。两组患者基本资料对比 ($P > 0.05$) 有可比性。所有患者及其家属均知晓本次研究, 并签署同意书。

纳入标准 (1) 符合《中国高血压防治指南》关于高血压的临床诊断标准; (2) 获得医院伦理委员会许可。

排除标准: 合并严重心脑血管等基础疾病, 生活不能自理的患者。

1.2 方法

1.2.1 对照组护理方法

对照组患者接受常规护理: 包括健康指导、病情监测等。

1.2.2 研究组护理方法

研究组患者接受强化家庭护理: ①健康宣教: 向患者讲解高血压的特征、病理表现、对患者的影响, 使患者充分认识到控制高血压的重要性。并讲解不同降压药物的用法用量, 准时服药的意义, 以及药物引起不良反应的解决措施等。每 3w 开展一次健康讲座, 由经验丰富的专家进行指导教育, 要

求患者及其家属前来听讲, 以提高家属在家照顾患者的效率。②饮食干预: 膳食脂肪、盐均需保持合理的摄取, 其中盐每天的摄取量需 < 6g, 酒可摄取少量, 最好不喝酒, 但烟必须戒掉。可增加水果及蔬菜的摄取, 合理的摄取肉类。③运动训练: 鼓励患者进行日常的运动训练, 若患者年龄较大, 可以太极拳为主要的训练方式; 若患者年龄相对较小, 可以慢跑、步行为主要的训练方式, 每天训练 20min。④心理干预: 情绪激动可引起血压变化, 则需予以心理呵护, 保证患者情绪的稳定性。在交流中以轻柔的语气予以鼓励及指导, 告知强化家庭护理的护理效果极好, 患者只需依从护理便可, 希望患者保持轻松的心情。若患者心情不好时, 可让患者自己播放韵律优美的轻音乐, 坐于床前或沙发上闭目养神, 回忆以往美好的事物, 以舒缓身心。⑤随访: 采取上门随访的方式, 监测患者的血压指标, 并询问患者近段时间的恢复情况, 身体有无异常, 有何护理需求等, 针对护理中的不足进行优化, 根据患者的身体变化调整护理措施, 并希望患者家属多陪护患者, 以促进病情的控制。

1.3 观察指标

对比两组患者的护理效果, 分为显效、有效、无效, 显效: 舒张压、收缩压改善 $\geq 20\%$, HAMA 评分降低 $\geq 45\%$; 有效: 舒张压、收缩压改善 $\geq 10\%$, HAMA 评分降低 $\geq 20\%$; 无效: 舒张压、收缩压改善 $< 10\%$, HAMA 评分降低 $< 20\%$, 总有效率 = (显效例数 + 有效例数) / 各组例数 $\times 100\%$ 。HAMA 评分即汉密尔顿焦虑量表。

1.4 统计学方法

本院通过 SPSS21.0 统计软件包分析研究, 计量资料采用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 两组间比较采用 t 检验, 计数资料采用相对数表示, 两组间比较采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

对比对照组护理总有效率 (78.43%), 研究组 (94.12%) 有显著提高, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。详见表 1。

表 1: 两组患者的护理效果比较 [n(%)]

分组	例数 (n)	显效	有效	无效	总有效率
研究组	51	21 (41.18)	27 (52.94)	3 (5.88)	48 (94.12)
对照组	51	16 (31.37)	24 (47.06)	11 (21.57)	40 (78.43)
χ^2	-	1.060	0.353	5.230	5.230
P	-	0.303	0.552	0.021	0.021

3 讨论

对于高血压患者而言, 老年群体占据较大的比例, 大多文化水平较低, 缺乏对高血压的认知, 不注重个人的生活方式及饮食习惯, 加上不科学的用药等, 难以控制血压或使病情

反复发作, 治疗效果较差。尤其在患者出院后, 在家的休养恢复难以达到医院的效果, 缺乏护理人员的指导, 加上高龄患者运动能力减弱、视力减退等, 更需要得到细致入微的照顾, 鉴于在家休养期间的重要性, 则需要采取社区干预的方式进

行护理指导。在强化家庭护理应用后,发现能够保证患者规律用药,规范患者的生活方式,从而达到控制血压的效果,深受医师的青睐。有研究表明,患者在家休养期间,通过护理人员的定期指导加上家庭的支持,可显著改善患者的服药现状,从而减少停药、不按时按量服药等事件^[5]。

在对社区高血压患者的常规护理中,包括健康指导、病情监测等,护理内容虽比较全面,但不够细致,无法为患者提供更加优质的护理服务,且忽视了对患者的随访,无法准确的了解患者的病情,难以达到理想的效果。而强化家庭护理,遵循人性化的护理理念,借鉴以往对社区高血压患者的护理经验,总结患者的症状表现、出现的不良事件以及患者的护理需求,从而制定的契合社区高血压患者的护理措施。其内容包括健康宣教、饮食干预、运动训练、心理干预、随访等内容,主要从患者生活的方方面面进行干预,以保证患者能够保持正确的生活方式。鉴于老年高血压患者记忆力下降,可能在家时出现服药出错等不良事件,因此,此护理方案还重视对患者家属的健康教育,保证家属能够对患者进行细致的照顾,避免不良事件。另外,还强化对患者的随访,及时了解患者的病情及近况,并做出相应的调整,以保证对血压的有效控制。本研究通过对我社区2020年1月-2020年8月期间随访

的102例高血压患者采取不同的护理方式进行护理,研究结果显示对比对照组护理总有效率(78.43%),研究组(94.12%)有显著提高,($P < 0.05$)。我们认为,这与强化家庭护理能够更加准确有效的优化高血压患者的预后有关。

综上所述,对社区高血压患者采取强化家庭护理,可改善血压,降低焦虑评分,护理效果较好,值得推广。

参考文献

[1] 马春红, 赵洁, 马鹏涛, et al. 社区护士主导的家庭医护团队在高血压病人中的应用[J]. 护理研究, 2019, 33(17):3056-3059.
 [2] 高尚明. 脑卒中合并高血压患者中社区护理干预的应用分析[J]. 中国妇幼健康研究, 2017, 28(S2):213-214.
 [3] 王云卿. 社区高血压患者护理中实施心理干预与健康教育的不效果分析[J]. 山西医药杂志, 2020, 49(9):1185-1187
 [4] 刘赟赟, 陈红, 刘国莲, 等. 基于老年综合评估的社区家庭访视护理对老年高血压患者生活质量的影响研究[J]. 中国全科医学, 2018, 21(28):3478-3484.
 [5] 孙晓蕾. 社区健康教育护理干预模式对高血压患者的生活质量与治疗依从性的影响分析[J]. 贵州医药, 2019, 43(6):1002-1004.

(上接第140页)

及其他并发症的出现^[4]。另外,心理护理的实施还能够有效的缓解患者及其家属的紧张情绪,减轻其内心压力,提高患者的治疗配合度,从而稳定其病情。

综上所述,优质护理服务在急诊大面积脑出血患者中的应用,不仅能够较好的提高患者的满意程度,而且还能够有效的降低患者在治疗期间并发症的发生率。

参考文献

[1] 张森. 优质护理服务在高血压脑出血患者健康教育中的实施效果分析[J]. 首都食品与医药, 2019, 26(07):139-139.
 [2] 罗丽萍. 探讨60例急诊护理应用在脑出血昏迷患者的处理措施和体会[J]. 数理医药学杂志, 2018, 031(008):1248-1249.
 [3] 刘颖. 急诊优质护理在脑出血昏迷患者中的应用效果[J]. 中国当代医药, 2019, 26(01):242-244.
 [4] 曹美兰. 脑出血昏迷患者急诊护理干预的效果探讨[J]. 中外医疗, 2018, 37(34):163-165.

(上接第141页)

活质量的改善,帮助患者消除不良情绪,最终达到提高护理效果的目的^[2]。

经过观察后发现,观察组在护理后的舒张压与收缩压明显优于对照组,且观察组的并发症发生情况明显更低,这一结果说明,给予患者综合护理,能够有效帮助患者控制血压,舒张压与收缩压的情况更好;且患者出现并发症的情况更少,安全性更高,值得应用与推广。这一结果与郭丰莲在综合护理对老年高血压患者血压控制效果及并发症的影响一文中的数据一致^[3]。

综上所述,对于老年高血压患者,给予综合护理能够达到更好的护理效果,患者的舒张压收缩压情况明显更好,且患者出现并发症的情况更好,护理安全性更高,值得应用与推广。

参考文献

[1] 杨静. 综合护理干预对老年高血压患者血压及并发症的影响[J]. 中外女性健康研究, 2019(14).
 [2] 李群英. 综合护理对老年高血压患者血压及并发症的影响效果分析[J]. 养生保健指南, 2018, 000(027):177.
 [3] 郭丰莲. 综合护理对老年高血压患者血压控制效果及并发症的影响[J]. 中国保健营养, 2018, 028(031):211-212.

(上接第142页)

工作,孕产妇能够维持较好的治疗配合状况,自觉做好饮食与运动的平衡。

总而言之,妊娠期糖尿病孕妇中运用个体化营养干预后可以有效减少母婴双方不良妊娠结局问题,剖宫产更低,整体状况更为理想。

参考文献

[1] 曹旭静. 个体化营养干预联合门冬胰岛素30注射液对妊娠期糖尿病患者血糖控制及妊娠结局的影响[J]. 首都食品与

医药, 2020, 27(17):82.
 [2] 曹艳. 个体化营养护理对妊娠期糖尿病并发妊娠期高血压孕妇的干预措施分析[J]. 首都食品与医药, 2020, 27(9):150.
 [3] 张海兰. 关于孕期个体化医学营养治疗和运动干预对妊娠期糖尿病患者血糖及妊娠结局的影响分析[J]. 中国保健营养, 2020, 30(17):334.
 [4] 王俐力. 个体化医学营养干预辅助胰岛素治疗妊娠期糖尿病的临床观察[J]. 中国医学创新, 2020, 17(18):158-161.