

# 健康教育在社区老年高血压患者中的应用效果

曹晓红

白银市第一人民医院稀土分院外妇科 730922

**〔摘要〕**目的 探讨健康教育对于社区老年高血压患者的治疗效果。方法 选取 2019 年 5 月至 2020 年 5 月在社区服务中心的老年高血压患者 200 例, 将这些患者作为本次的研究对象, 并随机分为实验组和对照组两组, 其中对照组的老年高血压患者给予常规的护理措施, 实验组的老年高血压患者给予强化健康教育护理措施, 在两组患者进行有效的护理措施后, 将两组患者的健康情况进行对比分析。结果 两组患者在进行有效的护理措施后, 实验组患者的健康情况优于对照组的患者, 且差异数据具有统计学意义 ( $p < 0.05$ )。结论 对于社区老年高血压患者使用健康教育护理措施, 可以有效的改善患者的生活质量, 提高患者的健康恢复, 同时还可以将血压控制在正常的范围内, 在社区护理管理中值得推广和使用。

**〔关键词〕** 健康教育; 社区老年高血压

**〔中图分类号〕** R473.5 **〔文献标识码〕** A **〔文章编号〕** 2095-7165 (2021) 05-107-02

高血压在临床上是一种常见的疾病与高血糖和高血脂并称为“三高”。可以导致心、脑以及肾脏等身体中比较重要的器官功能出现损害的现象, 同时还会引起严重的并发症情况。在近几年来, 随着人们经济水平的提高以及生活条件的改善, 人们在饮食习惯上发生了改变, 不规律的饮食和不健康的饮食习惯都会增加高血压的发病率, 但是由于居民对于疾病的知晓率有限, 并没有认识到高血压疾病的重要性, 所以社区居民对于高血压的治疗性较低。本文将对社区老年高血压患者使用健康教育护理措施, 可以有效的提高患者对治疗的依从性以及社区护理管理人员的配合度, 主要内容如下:

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取 2019 年 5 月至 2020 年 5 月在社区服务中心的老年高血压患者 200 例, 将这些患者作为本次的研究对象, 并随机分为实验组和对照组两组, 每组有 100 例患者, 其中对照组的 100 例患者中, 有男性患者 55 例, 女性患者 45 例, 年龄在 61 ~ 86 岁之间, 平均年龄在 (69.74 ± 3.21) 岁。而实验组的 100 例患者中, 有男性患者 57 例, 女性患者 43 例, 年龄在 62 ~ 87 岁之间, 平均年龄在 (69.33 ± 4.17) 岁。两组患者的病程在 3 ~ 17 年之间, 平均的病程为 (7.92 ± 2.41) 年。两组患者在年龄和性别等一般信息之间所产生的差异数据中, 不具有统计学意义 ( $p > 0.05$ ) 具有可比性。

### 1.2 方法

对照组的患者使用常规的护理措施, 而实验组的患者则使用健康教育护理措施, 主要的内容有: 1. 首先需要为患者建立健康档案, 主要包括患者的性别、年龄和生活习惯、饮食习惯、用药的情况以及血压的监测情况等, 其中还包括患者的家庭住址和联系的方式, 以便在日后社区开展随访调查工作时能够及时的采取联系。2. 对患者制定健康教育的护理措施, 需要结合患者的理解能力以及受教育的程度进行护理。同时还需要掌握患者的疾病情况, 为患者制定有效且个性化的健康教育护理方案, 使患者能够明确健康教育护理措施对患者疾病恢复的影响, 并且需要及时的将健康宣传教育的成果进行综合的评价, 对于不充足的地方要及时的进行改进, 有效的提高健康教育宣传的质量和效果。3. 健康教育宣传的形式, 可以利用社区的资源来开展健康的教育, 也可以采取

面对面的宣教方式, 社区护理管理人员需要使用通俗易懂的语言, 对患者进行口头上的健康宣传教育。也可以将制作的健康宣传手册发放到患者的手中, 同时还可以在社区来开展健康宣传教育的专栏, 并且可以邀请健康专家进行现场授课。社区的护理管理人员需要对患者每周进行电话随访, 详细的了解患者血压控制的情况, 并且给予健康的指导。

### 1.3 观察指标

两组患者在进行有效的护理措施后, 将两组患者的健康情况进行对比分析。

### 1.4 统计学分析

采用 SPSS20.0 软件对数据进行处理和分析, 计数资料用 (n/%) 来表示, 用  $\chi^2$  进行检验, 计量资料用标准差 ± 来表示, 用 t 进行检验, 当  $p < 0.05$  时具有统计学意义。

## 2 结果

两组患者在进行有效的护理措施后, 实验组患者的健康情况优于对照组的患者, 且差异数据具有统计学意义 ( $p < 0.05$ ) 见表 1

表 1 两组患者健康情况的对比分析

组别	科学饮食	适当运动	按时服药	定期监测血压
对照组	76 (76.00)	60 (60.00)	78 (78.00)	62 (62.00)
实验组	98 (98.00)	95 (95.00)	99 (99.00)	92 (92.00)
$\chi^2$	86.233	12.343	5.343	10.343
p	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

## 3 讨论

随着我国老龄化人口的增加, 高血压的发病率也在不断的增加。而高血压的发生原因是由于不良的饮食习惯和精神情况以及环境因素所引起的, 且该类疾病在短时间内不会对患者的生命造成威胁, 但如果没有及时的将疾病进行有效的管理, 没有及时的将血压的水平控制在一定的范围内, 则会引发严重的并发症情况, 如心脑血管疾病, 这种疾病会对患者的生命安全造成严重的危害, 所以加强护理干预对于疾病的预后效果是非常重要的。而老年患者理解程度有限, 对于疾病的认知程度也有限, 认为在老年时期患有此病是非常普遍的现象, 并不会产生致命的效果。这种想法是非常错误的, 就是因为在生活中放松警惕, 所以才会导致严重的疾病发生。

(下转第 111 页)

后治疗依从性明显优于对照组，差异具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )，见表 2。

**表 1 对照组与研究组 SAS、SDS 评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)**

组别 (例数)	SDS		SAS	
	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
对照组 (50 例)	56.21 ± 4.23	47.27 ± 4.71	55.33 ± 4.92	43.74 ± 4.11
研究组 (50 例)	56.73 ± 4.18	37.71 ± 4.15	54.76 ± 5.02	32.77 ± 3.79

注：研究组治疗后对比对照组， $P < 0.05$ 。

**表 2 对照组与研究组治疗依从性比较 [n, n (%) ]**

组别	例数	完全依从	基本依从	不依从	总依从率
对照组	50	19	19	12	76% (38/50)
研究组	50	37	11	2	96% (48/50)

注： $P < 0.05$

## 5 讨论

由于近年来心脑血管内科疾病患者逐年递增，如治疗不及时易引起血栓、心律不齐、脑梗死等症状，威胁患者生命安全，因此及早对症治疗联合优质护理对改善患者症状尤为重要。据相关研究报告，通过优质护理改善心血管内科患者的负性情绪有积极作用，根据不同病情制定有针对性的、合理的护理方案，提高患者对治疗的信心<sup>[2]</sup>。本研究结果表明，通过优质护理措施的干预，研究组患者在不良情绪如焦虑、抑郁的改善情况上明显好于对照组，两组患者 SAS、SDS 评分对比差异具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。治疗的依从性情况比较，

研究组 96% (48/50)，对照组 76% (38/50)，两组数据对比，研究组对于治疗依从性明显优于对照组，差异具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。优质护理是以患者为中心，优化护理措施，最大程度满足患者不同需求，使患者得到更为全面的护理服务，帮助患者更早回归家庭，改善生活质量<sup>[3]</sup>。

综上所述，心血管内科患者采用优质护理措施，能够有效改善患者负性情绪，提高至治疗依从性，具有推广价值。

### [参考文献]

- [1] 冯琼华. 心血管内科护理工作中优质护理模式的运用研究[J]. 心血管病防治知识(学术版), 2014(10):4-5.
- [2] 胥加艳, 龚晓霞, 张莉. 优质护理对冠心病患者依从性及心理状态的影响[J]. 国际护理学杂志, 2015, 5(21): 2984-2986.
- [3] 陈燕. 综合护理干预对老年慢性阻塞性肺疾病稳定期患者负性情绪及生活质量的影响. 实用临床医药杂志, 2016, 20(6):25-28.

(上接第 106 页)

可以有效的提高患者的治疗效果，同时还可以改善患者的生活质量，降低并发症的发生率，在临床上值得推广和使用。

### [参考文献]

- [1] 王德分. 对下肢多发性骨折合并休克患者进行急诊护理的体会[J]. 双足与保健, 2019(19): 147-148.

(上接第 107 页)

本文对社区老年高血压的患者开展健康教育护理措施，可以提高老年患者对于疾病的了解程度，从而增加老年患者对于治疗的依从性，提高疾病的治疗效果，在社区护理管理中值得推广和使用。

### [参考文献]

- [1] 姜一燕. 健康教育对社区老年高血压患者治疗效果的影响[J]. 现代养生, 2019, 89(14): 201-201.

(上接第 108 页)

应用[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020, 8(18): 117+194.

- [2] 杜妙春, 孙小莉, 张玲莉. 标准化急救护理应用在老年急诊危重症患者抢救中对降低危险事件发生率的价值[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(12): 152+154.

(上接第 109 页)

患者的抑郁、焦虑情绪，临床上应当进一步推广应用。

### [参考文献]

- [1] 鲍淑君. 心理干预在胰腺癌患者胰十二指肠切除术后的应用分析[J]. 中华肿瘤防治杂志, 2018, 25(S2):210-210.
- [2] Liu H, Zhu D, Cao J, et al. The effects of a standardized nursing intervention model on immobile patients with stroke: a

**表 1 两组患者并发症的对比情况**

组别	例数	静脉血栓	肺部感染	褥疮	并发症发生率
实验组	40	0	1	1	2 (5.00)
对照组	40	2	3	3	8 (20.00)
$\chi^2$					4.114
P					0.043

- [2] 陈双丽. 社区健康教育对老年高血压患者生活质量的影响[J]. 中国实用护理杂志, 2019, 27(3): 76-77.
- [3] 陈贵勤. 社区健康教育对老年高血压患者控制的影响[J]. 中国老年保健医学, 2019, 89(2): 112-113.
- [4] 强利宁, 胡宝芸. 社区集体性健康教育对老年高血压患者生活质量的影响分析[J]. 中国社区医师, 2019, 34(4): 175-178.

- [3] 张鑫娜. 标准化急救护理在老年急诊危重症患者抢救中的效果及对抢救时间、抢救成功率的影响分析[J]. 全科口腔医学电子杂志, 2019, 6(36): 94+106.

- [4] 张莉. 标准化急救护理应用在老年急诊危重症患者抢救中的临床效果[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(65): 275.

multicenter study in China[J]. European Journal of Cardiovascular Nursing, 2019, 18(8):753-763.

- [3] 李小梅, 曾秀文. 延续护理在改善腹腔镜次全子宫切除术后患者性生活质量中的作用[J]. 广东医学, 2018, 039(009):1426-1428.
- [4] 郑莉, 张军, 秦红, 等. 宫颈癌患者保留盆腔自主神经的广泛性子宫切除术与传统根治术术后尿潴留的综合护理干预[J]. 广东医学, 2018, 39(004):645-647.