

社区健康教育对高血压患者的重要性

陆春梅 陈晓伟

东阳市中医院 322100

【摘要】目的 分析社区健康教育对高血压患者的干预效果,为制定社区高血压患者的干预措施提供依据。**方法** 选取2020年10月至2021年12月40例社区高血压患者为调查对象,采用分层随机抽样法,以问卷调查方式进行调查,比较社区健康教育前、后高血压患者对高血压知识知晓率、治疗率、控制率及行为改变情况。**结果** 通过健康教育后高血压患者的服药依从性以及高血压疾病的相关知识水平均有所提高,同时学会自我检测的方法。健康教育后高血压患者的知识、态度、行为得分明显高于健康教育前($P<0.05$)。健康教育后高血压患者的吸烟率、饮酒率、不规则锻炼率明显低于健康教育前($P<0.05$)。**结论** 社区健康教育可使高血压患者的血压得以稳定和有效地控制,提高了高血压患者服药的依从性,从而进一步改善并巩固患者的治疗效果。

【关键词】 健康教育; 高血压; 疗效

【中图分类号】 R544.1

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596(2022)03-066-02

高血压是生物、心理、社会多种因素综合作用所致,是一种慢性病,是心血管疾病的独立危险因素,严重威胁人类健康。目前,随着中国整体社会结构趋于老龄化及现代生活水平的不断提高,中国的高血压人数已超过1亿。社区健康教育作为高血压社区防治的一部分,在一定程度上更能满足高血压病患者的需求,提高高血压患者的防治水平,改变其不良的生活方式,使其积极进行自我监测及饮食控制等,达到促进患者健康,有效控制高血压的目的。选取2020年10月-2021年12月40例社区高血压患者为调查对象,采取社区护理干预,取得较好的效果,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2020年10月至2021年12月40例社区高血压患者,其中男性患者25例,女性患者15例,年龄50~66岁,平均年龄为(58±2.3)岁。根据1999年世界卫生组织国际高血压学会治疗指南中有关高血压诊断与分级标准,Ⅰ期高血压患者15例,Ⅱ期10例,Ⅲ期15例。

1.2 方法

(1)问卷调查:对40例高血压患者采取建立居民健康档案及调查问卷,内容包括性别、年龄、婚姻、职业、文化程度、疾病史、是否吸烟、饮酒、睡眠状况、药物的副作用、对高血压健康知识了解和需求情况等。(2)服药依从性的判断:在40例高血压患者中对能自觉遵守医生根据评估制订的治疗方案,结果以按时、按量正确服药现象;遵医嘱增减药物;按要求定时复查;用药过程中出现疑问或不适,及时到社区卫生服务中心或主动与医护人员联系,视为服药依从性好,反之视为服药依从性差。(3)干预方法:①通过问卷调查分析影响患者服药依从性的相关因素,给予心理指导;②结合高血压患者的分级、危险因素等进行规范的个体化健康教育,定期入户一对一交流、指导以及组织患者参加有关心血管疾病的健康讲座,让患者了解高血压的诱发因素、对机体的危害、治疗原则、药物的特点、注意事项以及影响的血压不稳定的因素等;③所有患者每2周或每个月定期入户随访或来中心测量血压。6个月后进行血压的统计。

1.3 判断标准

根据《中国高血压防治指南》公布的诊断标准诊断高血压,血压测量方法:待测者取坐位或卧位,连续测量右臂血压3次(每次间隔2min以上),取其平均值。

1.4 统计学分析

采用SPSS15.0软件进行分析处理。计数资料用率表示,组间比较用 χ^2 检验,计量资料以($\bar{x}\pm s$)表示,组间比较用t检验,以 $P<0.05$ 有统计学意义。

2 结果

通过健康教育后高血压患者的服药依从性以及高血压疾病的相关知识水平均有所提高,同时学会自我检测的方法。健康教育后高血压患者的知识、态度、行为得分明显高于健康教育前($P<0.05$)。健康教育后高血压患者的吸烟率、饮酒率、不规则锻炼率明显低于健康教育前($P<0.05$)。

表1:健康教育前、后高血压患者服药依从性比较(n,%)

时间	n	服药不依从	服药依从
健康教育前	40	22(22)	18(18)
健康教育后	40	4(4)	36(36)
P			<0.05

健康教育前、后高血压患者血压控制情况比较,见表2

表2:健康教育前、后高血压患者血压控制情况比较(n,%)

时间	n	高血压	正常血压
健康教育前	40	17(17)	23(23)
健康教育后	40	6(6)	34(34)
P			<0.05

3 讨论

肾功能衰竭、心脑血管疾病很大程度都是由于高血压引起的,我国高血压患病率将近20%,而对高血压疾病的了解率、治疗达标率、控制率却非常低,许多研究结果显示,防治高血压的基础在于社区健康教育,且效果较好。社区里通常人口密集,在此进行健康教育,可统一组织起高血压患者,有助于普及高血压的相关知识及防治常识,提高其对疾病的了解程度、认知水平等,并改善不健康的生活习惯,通过培养患者养生、保健意识,使患者认识到科学饮食、适当锻炼的重要性。本研究结果中,实施健康教育后,患者的服药依从性、血压控制情况均优于健康教育前,与相关研究结果一致。可见指导患者健康的生活方式、饮食习惯,培养其正确的健康理念,可提高患者对高血压疾病的重视程度,从而提高服药依从性,主动积极地自我监测血压情况。然而,生活、经济水平的提高,饮食的不合理,导致超重肥胖率无法明显降低,因此在营养膳食方面,还应更深入地进行研究。我们在社区卫生服务站

(下转第70页)

观察组患者中不满意 2 例, 满意 21 例, 非常满意 34 例, 满意度为 96.49%; 对照组患者中不满意 10 例, 满意 34 例, 非常满意 13 例, 满意度为 82.46%。组间差异有统计学意义 ($\chi^2=5.961, P < 0.05$)。

3 讨论

近年来高血压病发病率不断升高, 对中老年群体造成了严重的影响, 引起社会关注。该病病程长、并发症多、难治愈。目前临床主要通过药物控制患者的血压水平, 减少患者的并发症, 部分患者由于忽视高血压病带来的伤害, 不完全遵守医嘱进行服药或自行改变用药剂量, 降低了药物疗效, 影响最佳的治疗时机, 加大了患者的致残率、致死率。社区卫生服务机构作为国家基本公共卫生服务的实施基层医疗机构, 提供的、安全、有效、方便、连续性、综合性的社区卫生服务。本次研究中通过家庭医生签约服务加强对高血压患者的健康管理, 提高患者对自身疾病认知, 增加患者正确面对疾病的信心, 促进养成健康生活方式, 加强患者自我监测血压能力及规范服药的重要性, 提高患者的治疗依从性, 降低了患者住院率, 改善了患者生活质量, 大大提高了居民对社区医生

的认可度。

综上可得, 加强社区高血压患者的健康管理能够改善患者的生活质量, 提高患者的治疗依从性和管理满意度。

参考文献

- [1] 王芳, 张丹, 王琼. 加强健康管理对老年高血压患者生活质量及血压的影响 [J]. 中国医药科学, 2018, 8(19):211-213, 230.
- [2] 胡爱芬, 陈家红. 健康管理对老年高血压患者治疗依从性及生活质量的作用分析 [J]. 中国社区医师, 2017, 33(13):144-145.
- [3] 董媛媛, 田月强, 赵梦佳, 等. 高血压健康管理对老年高血压患者治疗依从性的影响 [J]. 中国妇幼健康研究, 2017, 28(4):49-50.
- [4] 曾明耀, 吴小艳, 何蓉. 健康管理对老年高血压患者依从性和生活质量的影响分析 [J]. 中国医药指南, 2015, 13(29):287-288.
- [5] 王否, 顾佳怡, 徐辉, 等. 社区综合健康管理对老年高血压患者生活质量的影响 [J]. 中华疾病控制杂志, 2018, 22(7):708-711.716.

(上接第 65 页)

有效减少不良事件的发生, 值得推广应用。

参考文献

- [1] 林英, 朱小琼, 李惠玲. 消毒供应中心手术器械清洗质量管理模式的实施在预防院内感染中的应用价值分析 [J]. 成都医学院学报, 2020, 15:70(3):117-121.
- [2] Claire J K T E, Tomomi S, Hiroyuki S, et al. Agent-Based Modeling and Simulation of Nosocomial Infection among

Healthcare Workers during Ebola Virus Disease Outbreak in Sierra Leone.[J]. The Tohoku Journal of Experimental Medicine, 2018, 245(4):231-238.

- [3] 杨艳. 7S 管理在手术室耗材管理中的应用探讨 [J]. 当代医学, 2020, 26 (3): 114-115.
- [4] 赵霞, 王力红, 赵昕, 等. 消毒供应中心基于失效模式与效应分析法的医院感染风险管理实践 [J]. 中华医院感染学杂志, 2020, 30(6):155-160

(上接第 66 页)

所属的辖区对高血压患者实施健康教育, 提高了患者对疾病的了解程度, 在对与高血压有关的危险因素有了充分认知后, 自然而然地会提高患者的治疗有效率、控制率、服药依从性和定期复查率。本文研究结果提示, 在社区中开展健康教育, 对高血压患者具有积极作用, 通过纠正不良的生活习惯, 提高了患者的生活质量, 血压水平得到稳定, 从而起到了预防肾衰竭, 以及心脑血管等一系列严重并发症的作用。

参考文献

- [1] 王志鹏, 郑全良, 谷新梅等. 社区健康教育对高血压患者疾病控制情况的影响 [J]. 中国全科医学, 2010, 13(21):2306-2307.
- [2] 谭细明. 社区健康教育在高血压患者疾病控制中的作用 [J]. 医学信息 (下旬刊), 2011, 24(2):313.
- [3] 张艳华. 社区健康教育对老年高血压患者疾病控制的效果观察 [J]. 转化医学电子杂志, 2015, 2(11):168-169.
- [4] 张洪新. 社区高血压患者健康干预的效果观察 [J]. 中国医药科学, 2012, 2(23):184, 186.

(上接第 67 页)

学习热情^[4]。本文结果数据结果显示, 研究组妇产科实习护生理论考核、临床实践得分均显著高于参照组, 对带教满意度 100.00% 显著高于参照组 90.00%, $P < 0.05$ 。

综上所述, 在妇产科护理带教中应用人文关怀能有效提升带教结果及实习护生满意度, 临床价值显著。

参考文献

- [1] 江艳, 李金娟. 人文关怀在妇产科护理以及带教工作

中的应用探讨 [J]. 世界最新医学信息文摘 (连续型电子期刊), 2021, 18(6):252, 255.

- [2] 熊静. 目标管理教学法对提高妇产科临床护理带教效果的作用研究 [J]. 中国卫生产业, 2019, 16(26):139-140.
- [3] 张燕. 人性化带教模式在剖宫产术后护理带教中的应用分析 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2021, 6(33):189.
- [4] 马艳. 不同带教模式在剖宫产术后护理带教中应用的效果比较体会 [J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2020, 6(33):188.

(上接第 68 页)

高。对于多数受检者而言, 健康管理在一定程度上可以更符合人性化理念之一, 提升受检者的体验感受。

总而言之, 体检护理中采用健康管理理念可以有效地提升护理人员工作质量, 提高患者护理满意度。

参考文献

- [1] 李晓琴. 路径化护理服务对健康管理中心体检效果及

满意度的影响 [J]. 国际护理学杂志, 2021, 40(8):1466-1468.

- [2] 李丽丽, 褚永芳. 护理质量管理在健康体检中心护理工作中的应用效果评估 [J]. 饮食保健, 2021(20):153.
- [3] 王盼盼, 赵永珍. 健康体检中心护理工作中护理质量管理的效果研究 [J]. 健康必读, 2021(4):186-187.
- [4] 侯守艳. 护理质量管理在健康体检中心护理工作中的应用效果观察 [J]. 健康之友, 2021(14):22.