

全程健康教育护理模式在特殊作业人员临界性高血压干预中的效果观察

于凤新 姚艳冬^{通讯作者}

海军青岛特勤疗养中心疗养三区 266071

【摘要】目的 探讨全程健康教育模式在特殊作业人员临界高血压患者护理干预中的应用效果。**方法** 进行随机对照双盲研究,选择 2020 年 7 月至 2021 年 4 月到某中心疗养的作业人员中临界高血压患者 100 例为对象,按照入院顺序随机法分为两组,各 50 例。对照组采用常规健康教育护理干预,观察组采用全程健康教育护理模式干预,2 周护理后并随访 2 个月评估患者,比较两组自我管理能力和血压变化、护理满意度。**结果** 全程健康教育护理干预后,观察组自我管理能力和护理满意度均高于对照组,差异具有统计学意义($P < 0.05$);舒张压与收缩压指标水平均低于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 采用全程健康教育护理模式干预特殊作业人员临界性高血压患者,可提升患者自我管理能力,进而起到显著的降压效果,并对提高患者护理满意度有积极意义。

【关键词】 全程健康教育; 临界性高血压; 自我管理; 血压; 效果观察

【中图分类号】 R473.5

【文献标识码】 A

【文章编号】 1002-3763 (2023) 02-006-02

Observation on the effect of whole-course health education and nursing mode in the intervention of borderline hypertension in special workers

Fengxin Yu Yandong Yao (Corresponding author)

Navy Qingdao Special Service Recuperation Center, Convalescent Area 3, 266071

【Abstract】Objective To explore the application effect of whole-course health education model in nursing intervention of borderline hypertension patients in special workers. **Methods** A randomized controlled double-blind study was conducted. 100 patients with borderline hypertension who went to a center for convalescences from July 2020 to April 2021 were selected as subjects and randomly divided into two groups with 50 patients in each group according to the order of admission. The control group was treated with routine health education and nursing intervention, while the observation group was treated with whole-course health education and nursing intervention. After 2 weeks of nursing and follow-up for 2 months, the patients were evaluated, and the self-management ability, blood pressure change and nursing satisfaction of the two groups were compared. **Results** After health education and nursing intervention, self-management ability and nursing satisfaction of the observation group were higher than the control group, and the difference was statistically significant ($P < 0.05$). Diastolic and systolic blood pressure indexes were lower than those of the control group, and the difference was statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion** The whole-course health education and nursing mode can improve the self-management ability of patients with borderline hypertension in special workers, and then play a significant antihypertensive effect, and has a positive significance for improving patient nursing satisfaction.

【Key words】 whole-course health education; borderline hypertension; self-management; blood pressure; effect observation

高血压是一种多因素引起的动脉压异常性疾病,属于心血管综合征,也是引发多种心血管疾病的独立危险因素^[1]。随着现今医疗技术及生活水平的不断提高,饮食结构的改变和城市化不断加深,环境污染越来越严重,高血压的发病率逐年上升^[2]。临界性高血压作为高血压的初始阶段,虽并非完全成为高血压,据统计,患高血压的比例较血压正常者大 2 倍,同时,心血管的发病率也较一般人群高,男性临界性高血压患者因心血管疾病致死危险较正常人高 2.13 倍,女性患者较正常人增加 4.3 倍^[3]。因此,如何进行有效的防治临界性高血压的发展成确诊性高血压是现今面临的一大难题。本研究对特殊作业人员临界性高血压患者进行随机对照双盲研究,实施全程健康教育护理模式,可以达到预防疾病、保持健康、促进健康、建立健康行为、提高生活质量的目的。

1 资料与方法

1.1 临床资料

选择 2020 年 7 月至 2021 年 4 月到某中心疗养的作业人员中临界性高血压患者 100 例为对象,按照入院顺序随机法分为两组。对照组 50 例,男 47 例,女 3 例,年龄(32-45)岁,

平均(39.66±4.80)岁,其中本科学历 10 例,大专学历 32 例,中专学历 8 例;观察组 50 例,男 46 例,女 4 例,年龄(30-46)岁,平均(38.99±5.68)岁,其中本科学历 11 例,大专学历 30 例,中专学历 9 例。

1.2 纳入、排除标准

纳入标准:(1)按照 1999 年 WHO/ISH 的诊断临界性高血压即边缘性高血压(收缩压为 140-149mmHg 和 / 或舒张压为 90-94mmHg,目前已取消其分类);(2)受检者自愿签署知情同意书;(3)临床资料齐全;(4)沟通良好。

排除标准:(1)合并认知功能障碍;(2)合并严重器质性病变;(3)合并肿瘤性疾病;(4)中途退出研究。

1.3 方法

1.3.1 对照组

实施常规健康教育护理模式,告知患者服药者按时服药,定期检测血压,注意饮食,保持低盐低脂饮食等常规护理措施。帮助其纠正不良生活习惯,制定合理的饮食、运动及生活习惯,以减少对其自身血压水平的影响,并建立自我管理能力测评表。

1.3.2 观察组

在对照组的基础上开展全程健康教育护理模式,即自收治特殊作业人员入院开始持续展开全程健康教育工作,具体措施如下:

1.3.2.1 成立全程健康教育小组

由临床经验丰富的护理人员组成全程健康教育护理小组成员,并进行相应的培训,定期展开考核,以确保其熟练掌握疾病理论知识以及全面理解全程健康教育的内容。与此同时,护士要具备良好的心理素质、恰当的语言交流技巧。

1.3.2.2 实施全程健康教育措施

建立健康档案,详细记录血压及用药情况等,以便及时掌握患者情况,具有针对性地给予科学指导。在科室的走廊及宣传栏张贴高血压疾病相关知识,健康教育的方法主要有书面健康教育、口头健康教育、示范性健康教育、讲座/知识问答、个性化健康教育等。叮嘱患者每天适当运动,并进行监督。了解患者饮食习惯,讲解保持良好饮食习惯和生活习惯的重要性,并为其讲解各种营养摄入的重要性,同时发放营养手册,以保证饮食的合理性。教授血压的测量,并定期自行进行血压的检测等。

1.4 观察指标

(1) 两组干预后自我管理能力比较,通过自我管理能力测评表包括合理饮食、适量运动、血压监测等情况。(2) 两组干预后血压水平比较,通过定期测量收缩压和舒张压。(3) 两组干预后护理满意度比较,采用护理满意度评分量表评估,其中>80分为满意,60~80分为基本满意,<60分则为不满意,总体满意度=(满意+基本满意)/总例数×100%。

表 3: 两组干预后护理满意率比较 [例 (%)]

组别	例数	满意	基本满意	不满意	总体满意度
对照组	50	15 (30.0)	20 (40.0)	15 (30.0)	35 (70.0)
观察组	50	48 (96.0)	1 (2.0)	1 (2.0)	49 (98.0)
χ^2, P		43.5, <0.05	18.9, <0.05	14.6, <0.05	14.6, <0.05

3 讨论

高血压为临床发病率较高的慢性疾病,其患病率及致死率高已成为影响人类健康与生命的主要隐患之一,直接影响人们的日常生活和工作^[4]。长期血压处于偏高状态,可使全身的细小动脉管壁缺氧,内膜纤维组织和弹力纤维增生,管腔变窄,加重缺血。随着细小动脉的硬化,日积月累可引起心、脑、肾、大动脉等多脏器损伤,出现脑卒中、冠心病、心力衰竭、肾功衰竭、主动脉瘤等严重并发症。而临界性高血压作为正常血压和高血压的中间状态,如能有效的对其进行防治,对于降低高血压发生率及由其带来的危害较少率具有重要的临床意义。护理人员作为医疗工作的重要执行者,健康教育成为及其重要的一种方式。

健康教育是一门研究传播保健知识和技术,影响个体和群体行为,消除危险因素,预防疾病,促进健康的科学,也是一门治疗方法^[5]。全程健康教育是通过多方面、多途径的教育方式,让患者能够对疾病有一个全面的认知,有效提高患者治疗疾病的依从性^[6]。本次研究中,护理人员对观察组临界性高血压的特殊作业人员通过各种教育方式,让其知晓临界性高血压的发生原因、机制、危害及治疗方案,让患者能够知晓适量运动、合理饮食、定期测量血压对疾病治疗的重要性与必要性,从而有效地提升患者的配合度。因此,患者具有良好的依从性、健康的生活方式与科学的饮食习惯,才是降压的重要手段。这就需要护理人员及时进行健康教育,使患者最终受益。而既往应用的常规健康教育方式内容较为单一,干预质量一般,

1.5 统计学处理

采用 SPSS25.0 统计学软件,计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示,采用 t 检验,计数资料以百分率 (%) 表示,采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组干预后自我管理能力比较

观察组合理饮食率、适量运动率、定期血压监测率均高于对照组, $P < 0.05$ 差异均有统计学意义。(见表 1)。

表 1: 两组干预后自我管理能力比较 [例 (%)]

组别	例数	合理饮食	适量运动	定期监测
对照组	50	27 (54.0)	25 (50.0)	16 (32.0)
观察组	50	47 (94.0)	46 (92.0)	40 (80.0)
χ^2, P		20.8, <0.05	21.4, <0.05	23.4, <0.05

2.2 两组干预后血压水平比较

干预后两组血压(收缩压/舒张压)水平,观察组明显低于对照组, $P < 0.05$ 差异有统计学意义(见表 2)。

表 2: 两组干预前后尿酸水平比较 ($\mu\text{mol/L}$, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	收缩压 (mmHg)	舒张压 (mmHg)
对照组	50	139.2±5.7	90.0±3.0
观察组	50	119.7±8.1	83.0±4.9
t, P		13.9, <0.05	8.6, <0.05

2.3 两组干预后护理满意度比较

干预后两组护理满意度水平比较,观察组明显高于对照组, $P < 0.05$ 差异有统计学意义(见表 3)。

不能满足日趋加剧的临床护理需求,故需要以一种更为有效的健康教育方案来对患者进行干预,以提升健康教育的有效性,确保患者可以有效提升并改善疾病预后质量。

本研究结果显示,在全程健康教育模式干预下,观察组患者自我管理能力、血压控制情况、护理满意度均优于对照组。这表明全程健康教育模式具有显著的护理效果及应用价值。综上所述,开展全程健康教育护理干预模式对特殊作业人员临界高血压患者的护理具有很好的效果,可提升患者自我管理能力,进而起到显著降低血压的效果,对患者生活质量的提升有着积极的意义,值得在临床推广。

参考文献

- [1] 明洪莉. 全程健康教育模式在糖尿病护理管理中的应用效果评价[J]. 现代诊断与治疗, 2018, 29(1):154-156.
- [2] 胡大一. 心血管内科学[M]. 北京: 人民卫生出版社, 2009: 34.
- [3] 张雪梅. 临界性高血压的防治[J]. 医学美容, 1998, 5:55-56.
- [4] 毛俊, 钟华荪. 中老年临界高血压病人社区护理干预研究[J]. 护理学杂志, 2003, 18(9): 707-709.
- [5] 洪维英. 健康教育对年轻冠心病病人的影响[J]. 护理研究, 2008, 22(12): 3323-3324.
- [6] 陈呈. 全程健康教育护理模式对特勤人员血脂血症血脂控制的效果分析[J]. 基层医学论坛, 2018, 22(30): 4318-4319.