

# 体检时护理宣教联合随访教育对体检人群高脂血症患者的影响

胡林琼 刘欢 吴静

川北医学院附属医院健康管理中心 637000

**【摘要】目的** 探讨体检时护理宣教联合随访教育对体检人群高脂血症患者的影响。**方法** 选择2022年4~6月高脂血症患者130例作为观察组的研究对象,选择2022年9~10月高脂血症患者130例作为对照组的研究对象,给予对照组常规检查方式,观察组增加护理宣教和随访教育联合干预。比较两组血脂情况及饮食达标、运动达标情况。**结果** 与对照组比较,观察组患者的TC、TG和LDL-C等血脂水平明显较低,观察组患者的饮食达标情况和运动达标情况明显较好,差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。**结论** 采用体检时护理宣教联合随访教育对体检人群高脂血症进行护理,能够有效地改善患者的病情,提高患者的恢复速度。

**【关键词】** 体检; 护理宣教; 随访教育; 高脂血症

**【中图分类号】** R473

**【文献标识码】** A

**【文章编号】** 1005-4596(2023)04-102-02

高脂血症在临床上较为常见,其早期特异性症状不明显,不易诊断,如不及时治疗将导致病情恶化,最终危及患者生命安全健康;其中甘油三酯、总胆固醇及低密度脂蛋白胆固醇水平超过正常水平,治疗不当将导致心肌梗死、冠心病、猝死等症状。故对健康体检人群进行高脂血症及相关知识调查,改善其观念,从而对血脂异常进行有效预防,降低其他心脑血管疾病的发病率,在控制血脂和相关疾病的预防中起到了十分重要的作用;本次研究选择护理宣教联合随访教育模式,并对比常规护理方式,分析其临床效果,现报告如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选择2022年4~6月间体检时发现的高脂血症患者130例作为观察组的研究对象,其中男51例,女79例;年龄36~60岁,平均年龄(45.3±11.2)岁;体重指数(BMI)24.9~32.1kg/m<sup>2</sup>,平均(28.1±6.3)kg/m<sup>2</sup>;受教育年限12~21年,平均(14.3±5.7)岁。另选择2022年9~10月间体检时发现的高脂血症患者130例作为对照组的研究对象,其中男53例,女77例;年龄34~60岁,平均年龄(46.7±12.6)岁;BMI24.1~31.9kg/m<sup>2</sup>,平均(27.9±6.1)kg/m<sup>2</sup>;受教育年限12~21年,平均(14.1±5.2)岁。

### 1.2 方法

给予对照组常规检查方式,患者在体检之后,如果发现血脂出现异常,应及时进行深入检查。如果被确诊为该疾病,应立即进行治疗。

观察组增加护理宣教和随访教育联合干预。(1)护理宣教:详细统计评估患者实际情况,构建高脂血症患者的个体档案,记录其基本资料,聘请专业人员综合分析患者饮食、心理、身体以及运动情况,寻找高脂血症疾病病情进展的影响危险因素,给出个性化宣教方法。详细为其阐述高脂血症相关知识,如危害、预防以及治疗,促使其能够全面了解高脂血症疾病,提升配合度。评估患者心理状态,开展针对性护理。如患者悲观患者,应该告知其积极配合治疗,同时加强锻炼和控制饮食,让其知晓高脂血症属于可治愈且可控的疾病,不需要过度担心。评估其饮食情况,遵守四低一高膳食原则制定个性化的饮食方案,三餐定时定量,建立良好饮食行为和习惯。评估其身体和运动锻炼制定个性化有氧运动方案,如患者不存在日常锻炼的习惯,需要让其多开展步行运动,每次20min~30min,每天早晚各1次。(2)随访教育:通过专业医护人员定期对患者开展电话随访,了解患者运动情况、饮食情况、心理情况,及时改正患者不正确运动和饮食行为,再次为其

阐述高脂血症相关知识,及时疏导不良心理情绪,提升治疗依从性。

### 1.3 疗效判定

(1)分析两组患者体检2个月后的血脂情况,TC(血浆中胆固醇)、TG(三酰甘油)与LDL-C(高密度脂蛋白胆固醇)。(2)分析两组患者体检2个月后的饮食达标情况和运动达标情况,由专业人士采取问卷调查的方式对患者进行评估。

### 1.4 统计学分析

所得全部数据采用SPSS22.0软件分析,计量资料采用( $\bar{x} \pm s$ )表示,进行t检验,计数资料以率(%)表示,进行 $\chi^2$ 检验,以 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者体检2个月后的血脂情况

通过护理,与对照组比较,观察组患者的TC、TG和LDL-C等血脂水平明显较低,差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。详见表1。

表1: 两组患者体检2个月后的血脂情况(mmol/L,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	TC	TG	LDL-C
对照组	130	4.87±0.63	1.89±0.45	2.68±0.62
观察组	130	4.11±0.43	1.56±0.21	2.25±0.32
t		11.361	7.577	7.027
p		0.000	0.000	0.000

### 2.2 两组患者体检2个月后的饮食达标情况和运动达标情况

经过护理,与对照组比较,观察组患者的饮食达标情况和运动达标情况明显较好,差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。详见表2。

表2: 两组患者体检2个月后的饮食达标情况和运动达标情况 [n(%)]

组别	例数	饮食达标情况	运动达标情况
对照组	130	87(66.92)	69(53.08)
观察组	130	119(91.54)	105(80.77)
$\chi^2$		23.934	22.518
p		0.000	0.000

## 3 讨论

在临床医学中,最为常见的一种疾病为高脂血症,由于近些年人们生活水平的不断提高,饮食方式也在逐渐改变,使得高脂血症的发生率逐渐增多,进而对人们的生活造成严重影响。除此之外,高脂血症在初期阶段,无明显临床症状,导致许多患者忽视了其重要性,对于大部分患者而言,都是

经过体检之后才发现患有此病，所以应增加体检人员的高脂血症检查，一旦发现，应及时进行护理干预。

在了解高脂血症的特点之后，我院开始对其进行随访教育联合护理宣教，护理宣教的主要内容包含运动、知识和病情的宣教以及心理和饮食护理等；采用运动宣教，不仅能够增强患者的免疫力，同时也能够保证患者拥有强健的体魄抵抗疾病；采用知识宣教，不仅能够增强患者的自我保护意识，同时也能使患者了解关于高脂血症的治疗方法和注意事项；实是心理护理，为患者降低了心理压力，使其能够以积极向上的心态面对疾病的治疗。本次研究结果显示，两组患者在经过护理之后，病情均有所改善，通过比较，观察组的恢复状况明显优于对照组，且存在明显差异，统计学有意义 ( $P < 0.05$ )。

综上所述，通过采用体检时护理宣教联合随访教育对体检人群高脂血症进行护理，能够有效地改善患者的病情，提高患者的恢复速度。

### 参考文献

[1] 崔华. 系统护理干预对体检中高脂血症人群的影响效果[J]. 临床医药文献电子杂志, 2018, 5(45):80+84.

[2] 陈玉玲, 成花玲, 唐晨拳, 沈孝英. 体重管理对超重或肥胖型轻度高脂血症患者的疗效研究[J]. 当代护士(下旬刊), 2018, 25(04):40-43.

[3] 朱晓英, 蒋代富, 刘俊霞, 陈晓丽, 周满红. 健康教育对中老年男性动脉硬化患者的影响评价[J]. 中国健康教育, 2017, 33(03):265-268.

[4] 李黎, 钟文兰, 杨庆娟, 周红君, 方小丽. 不同年龄层高脂血症患者个体化护理的血脂控制[J]. 西部医学, 2021, 33(10):1553-1556.

[5] 陈呈. 全程健康教育护理模式对特勤人员高脂血症血脂控制的效果分析[J]. 基层医学论坛, 2018, 22(30):4318-4319.

[6] 陈艳, 王珍茹, 张丽, 贾嫒. 单纯性脂肪肝患者认知行为现状调查及生活方式干预[J]. 齐鲁护理杂志, 2018, 24(13):78-81.

(上接第 99 页)

家庭疗法、艺术疗法等方法对患者进行心理干预，帮助患者调节情绪，缓解心理压力。了解患者的心理状况，并根据患者的需求和情况进行干预和治疗。与患者进行良好的沟通和交流，倾听患者的心声并做出积极的回应。心理干预需要根据患者的病情、病史和心理状况进行个性化的治疗，不可随意进行。

总而言之，全程护理对降低机场急性危重患者有较好的支持效果，有助于提升抢救成功率，促使患者护理满意度提升。

### 参考文献

[1] 樊亚婷, 高青. 探讨产科失血性休克危重症患者的综合护理策略[J]. 贵州医药, 2022, 46(5):812-813.

[2] 王雪, 徐院召. 综合护理在危急重症患者院内转运中对患者安全性的影响[J]. 西藏医药, 2022, 43(2):111-112.

[3] 潘宏肖, 黄雪梅, 邱丽君. 循证护理实践程序在急诊科妇产危急重症患者院内转运中的应用效果[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2021, 8(25):95-97.

[4] 彭庆霞. 基于改良早期预警评分系统的护理干预对危急重症患者抢救效果及家属护理满意度的影响[J]. 实用临床医学, 2021, 22(3):67-69, 95.

(上接第 100 页)

风险事件处于萌芽状态。通过组建风险护理管理小组，建立识别标识及风险内容、查检表等，确立各环节风险关键要素。加强护理人员健康宣教、培训，提升职业防护意识，建立系统的风险控制意识，学会自我管理，最大程度降低职业暴露。

综上，消毒供应中心护理工作中采取风险护理管理可降低职业暴露风险系数，强化工作人员自我防护意识，值得借鉴。

### 参考文献

[1] 武媛媛. 前馈控制系统在消毒供应中心职业防护安全管理中的应用效果[J]. 临床研究, 2022, 30(11):195-198.

[2] 李敏. 专业技能和知识培训对消毒供应室护理人员自我防护及工作效率的影响[J]. 中国医药科学, 2022, 12(06):178-180+196.

[3] 王惠良. 细节管理对消毒供应中心护理质量及风险事件发生率的影响[J]. 当代护士(下旬刊), 2021, 28(08):180-181.

(上接第 101 页)

利于其肺通气功能的快速改善，且其在肺不张良性转归中也起到了较显著的作用<sup>[4]</sup>。但有研究发现，若在患儿接受支气管肺泡灌洗治疗的过程中，仅对其辅以基础护理，将会使患儿的依从性大幅度降低，进而直接性的影响到其临床治疗的效果<sup>[5]</sup>。护理干预在临床上有较广泛的应用，可将患者作为整个护理工作的中心，从多方面出发对其进行有效的干预，并由此达到增强临床疗效、提高治疗安全性以及改善患者预后的目的。本研究，观察组复张率 83.33% 显著高于对照组 63.33%。两组对比，差异具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。观察组并发症发生率明显低于对照组 (0.0% vs. 13.33%)。两组对比，差异具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

总之，支气管肺泡灌洗治疗儿童感染性肺不张时合理加用护理干预措施，可显著提高复张率，预防并发症。

### 参考文献

[1] 李锦燕. 支气管肺泡灌洗在儿童感染性肺不张治疗中的应用及护理[J]. 解放军护理杂志, 2021, 24(10):55-56.

[2] 江月娥, 陈少娟, 段红萍等. 支气管肺泡灌洗治疗支气管扩张合并肺部感染的护理[J]. 国际医药卫生导报, 2023, 16(1):83-86.

[3] 管敏昌, 唐兰芳, 汤卫红等. 支气管肺泡灌洗术治疗儿童感染性肺不张的疗效及安全性评价[J]. 中国儿童保健杂志, 2023, 19(2):184-186.

[4] 单玉霞, 崔振泽, 黄燕等. 儿童感染性肺不张的临床分析[J]. 中国当代儿科杂志, 2021, 16(8):856-859.

[5] 顾浩翔, 陆敏, 车大钊等. 纤维支气管镜和肺泡灌洗术在肺不张诊断和治疗中的价值[J]. 实用儿科临床杂志, 2023, 27(4):262-264.