

乡镇医院原发性高血压的临床护理方法及效果

陈贤敏

福泉市岔河卫生院 贵州福泉 550505

【摘要】目的 探讨乡镇医院原发性高血压的临床护理现状。方法 选取本院自 2022 年 6 月 -2023 年 6 月所收治的原发性高血压患者 80 例为研究对象，依照护理方式的不同分为常规组（40 例）与提升组（40 例），对比两组患者血压水平以及生活质量。结果 护理后提升组患者的血压水平低于常规组患者， $P<0.05$ ；生活质量高于常规组患者， $P<0.05$ 。结论 通过实施健康教育、心理护理、饮食护理和运动护理等多种方法结合的临床护理可有效控制患者血压水平，提高患者生活质量。

【关键词】乡镇医院；原发性高血压；临床护理

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1002-3763 (2024) 06-152-02

原发性高血压属于临床常见的心血管疾病，是一种不能通过现有的医学发展水平和检查手段发现确切病因的高血压，该疾病的典型症状包括头晕、头痛、颈项板紧、疲劳、心悸等，也可出现视物模糊、鼻出血等较重症状^[1]。因而对于乡镇医院而言，如何有效管理和控制原发性高血压，减少并发症的发生，提高患者的生活质量以是当前临床一项重点工作。但由于乡镇医院在医疗条件、护理人员素质等方面与城市大型医院存在一定的差距，其原发性高血压的临床护理方法和效果也面临一定的挑战^[2]。于此，本研究将深入了解乡镇医院原发性高血压的临床护理现状，以为患者提供更加优质、高效的护理服务，汇报如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取本院自 2022 年 6 月 -2023 年 6 月所收治的原发性高血压患者 80 例为研究对象，男 43 例，女 37 例，年龄 40-79 岁，平均年龄为 (66.51 ± 2.75) 岁。依照护理方式的不同分为常规组（40 例）与提升组（40 例）两组，2 组一般资料比较， $P>0.05$ 。且本次研究已于展开其取得本院伦理组织审批。

1.2 方法

常规组患者实施常规护理，提升组患者实施综合护理，即（1）健康教育：了解患者高血压相关知识掌握程度以及其对于疾病管理方面存在的困惑，依照患者的实际需求为其制定针对性健康教育方式，确保教育内容贴近患者的需求。可采取讲座、视频、宣传册等多种方式向患者讲解高血压相关知识，最后可通过问卷调查、血压监测等方式评估患者对高血压知识的掌握程度和自我管理能力的提升情况，确保健康教育的有效性。（2）心理护理：识别患者是否出现焦虑、抑郁、紧张等情绪问题，教授患者深呼吸、冥想等放松技巧，以缓解紧张情绪，护理人员可与患者建立良好的沟通和信任关系，帮助患者正确认识高血压疾病，了解其病因、治疗方法和可能的并发症，从而减轻对疾病的恐惧和焦虑。同时可鼓励患者家属与患者保持良好沟通，取得家人的关注和支持，同时不断总结心理护理经验，改进护理措施和方法，提高心理护理的质量和效果。（3）饮食护理：护理人员需依照患者实际身体状况为其制定针对性饮食方案，增加蔬菜、水果和全谷物的摄入，提供足够的膳食纤维和维生素，限制每日食盐摄入量至 6 克以下，避免使用含钠量高的调味品，多吃富含钾的食物，同时鼓励患者戒烟戒酒，强调合理饮食对高血压控制的重要性，为患者提供有力支持。（4）运动护理：向患者推荐太极拳、散步、慢跑等有氧运动，以增强心肺功能，促进血压下降，运动强度以中低强度为主，避免剧烈运动导致血压骤升。每周建议运动 5-7 天运动过程中注意血压、心率等指标的监测。

压知识的掌握程度和自我管理能力的提升情况，确保健康教育的有效性。（2）心理护理：识别患者是否出现焦虑、抑郁、紧张等情绪问题，教授患者深呼吸、冥想等放松技巧，以缓解紧张情绪，护理人员可与患者建立良好的沟通和信任关系，帮助患者正确认识高血压疾病，了解其病因、治疗方法和可能的并发症，从而减轻对疾病的恐惧和焦虑。同时可鼓励患者家属与患者保持良好沟通，取得家人的关注和支持，同时不断总结心理护理经验，改进护理措施和方法，提高心理护理的质量和效果。（3）饮食护理：护理人员需依照患者实际身体状况为其制定针对性饮食方案，增加蔬菜、水果和全谷物的摄入，提供足够的膳食纤维和维生素，限制每日食盐摄入量至 6 克以下，避免使用含钠量高的调味品，多吃富含钾的食物，同时鼓励患者戒烟戒酒，强调合理饮食对高血压控制的重要性，为患者提供有力支持。（4）运动护理：向患者推荐太极拳、散步、慢跑等有氧运动，以增强心肺功能，促进血压下降，运动强度以中低强度为主，避免剧烈运动导致血压骤升。每周建议运动 5-7 天运动过程中注意血压、心率等指标的监测。

1.3 统计学分析

运用 SPSS20.0 软件，计数、计量资料分别以 %、 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，行 χ^2 、t 检验， $P<0.05$ 为差异显著。

2 结果

2.1 两组患者血压水平对比

护理前两组患者血压水平无明显差异， $P>0.05$ ，护理后提升组患者的血压水平低于常规组患者， $P<0.05$ ，见表 1。

表 1：两组患者血压水平对比 ($\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	例数	收缩压		舒张压	
		护理前	护理后	护理前	护理后
常规组	40	147.94 ± 10.32	118.65 ± 9.26	103.58 ± 6.35	93.54 ± 5.11
提升组	40	148.59 ± 10.33	110.02 ± 9.25	103.67 ± 5.78	82.28 ± 4.25

注：与常规组相比较， $P<0.01$ 。提升组患者生活质量高于常规组患者， $P<0.05$ ，见表 2。

2.2 两组患者生活质量对比

表 2：两组患者生活质量对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	社会功能	生理功能	躯体反应	精神功能	心理健康
常规组	40	69.51 ± 2.39	69.70 ± 3.85	67.51 ± 3.99	70.15 ± 2.06	72.28 ± 3.46
提升组	40	60.12 ± 2.26	61.53 ± 2.28	62.41 ± 2.35	64.33 ± 1.65	63.51 ± 3.70

注：与常规组相比较， $P<0.01$ 。

3 讨论

原发性高血压也是糖尿病、脑卒中、心力衰竭和各种心脑血管疾病的高危因素，会导致患者出现头痛、头晕、心悸等不适症状，影响日常生活和工作，且该疾病病程较长，根治

难度大，对患者健康造成了较大危害，因而对患者展开治疗及临床护理具有积极临床意义。

在本次研究中，采用综合护理模式的提升组患者护理后的血压水平低于常规组患者， $P<0.05$ ；可见与常规护理模式相比较，综合护理模式加强了对患者的用药、运动、饮食、

心理等多方面的干预,同时注重培养患者的自我管理能力和患者按时、按量服用药物,以此有效控制患者血糖水平^[3]。同时综合护理模式强调培养健康的生活习惯,为患者提供饮食支持,制定运动计划,还关注患者的心理健康,为其提供心理支持和辅导。提升组患者的生活质量高于常规组患者, $P<0.05$ 。究其原因可得综合护理模式受限会对患者展开健康宣教,展开详细的健康教育和知识普及,确保患者充分了解疾病知识、治疗方法和日常护理要点,从而帮助患者更好地管理自己的健康状况,减少错误生活行为,同时个性化的服务能够更好地满足患者的需求,提高患者的舒适度和满意度^[4]。相较于常规护理模式,综合护理方式更加关注于患者的心理健康,通过心理援助可以缓解病人的紧张、压抑和消极心境,提升病人的心理承受能力,进而改善生活品质。在综合护理模式下,患者自我管理能力不断提高,护理人员教会患者如何监测血压、如何调整药物剂量,自我管理能力的提升有助于患者更好地控制自己的病情,减少并发症的发生,从而提高生活质量^[5]。

综上所述,通过实施综合护理模式可以有效帮助乡镇医院

原发性高血压患者改善身体状况、降低血压、提高生活质量,取得良好疾病预后成效。

参考文献

[1] 郭丽仙,姚丽花,郑燕霞.社区联动延续护理对原发性高血压患者血压水平及遵医行为的影响[J].医学信息,2024,37(08):163-166.
[2] 宋燕红.精细化护理干预在原发性闭角型青光眼合并高血压患者围手术期中的应用[J].山东医学高等专科学校学报,2024,46(01):84-86.
[3] 万利利,宋雅,王会君.健康促进模式下护理对老年原发性高血压患者遵医行为、健康行为和血压控制的影响[J].中外医疗,2023,42(36):151-155.
[4] 马苗苗.基于动态血压监测下的个体化延续护理在原发性高血压患者中的应用效果[J].中国民康医学,2023,35(09):159-162.
[5] 蔡爱博.医院—家庭联动的延续性护理模式对老年原发性高血压病患者出院后护理效果[J].现代养生,2022,22(16):1390-1392.

(上接第 150 页)

2.2 两组患者对护理工作的满意度对比

研究组患者与对照组相比对护理工作的满意度更高,两组对比存在显著差异, $P<0.05$ 。见表 2。

表 2: 两组患者对护理工作的满意度对比

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
研究组	35	20	12	3	91.43% (32/35)
对照组	34	14	11	9	73.53% (25/34)

3 讨论

冠心病属心血管系统临床常见疾病,多发于中老年人,发病率以及死亡率均偏高。冠心病心绞痛则是心肌所发生的一种暂时性的因局部急剧缺血、缺氧诱发的综合征,多表现为心前区阵发性疼痛,病情进展可引发心率衰竭、心率失常灯光并发症,施治对患者生命构成严重威胁^[3]。对与患者来说,冠心病心绞痛诱因较多,且存在诸多不可逆的风险,容不得有一定马虎;对于护理人员,此类患者需要予以足够重视,保障患者获得最佳的治疗效果,避免受到风险因素的影响^[4]。

此次研究给予研究组患者综合护理干预,通过对既往收

治患者常发生的护理问题的分析,明确护理重点,做好接待工作并对患者进行准确评估,制定针对每一名患者的个体护理方案,加强基础护理,利用心理、用药、饮食、生活、运动等多方面干预,帮助患者提高治疗配合度,缓解不良情绪。研究结果显示,研究组患者与对照组相比心绞痛发生率更低且治疗配合度、护理满意度均更高,两组对比存在显著差异, $P<0.05$ 。充分表明,冠心病心绞痛患者实施全面、有效且具有针对性的护理干预,能够提高治疗的安全性及治疗效率,促进患者及早恢复。

参考文献

[1] 卢玉兰.综合护理干预对冠心病患者临床疗效的影响[J].护理实践与研究,2020,7(24):39-41.
[2] 郭晓娟.认知行为干预在住院冠心病患者护理中的应用研究[D].河南大学,2020.
[3] 高菲.护理干预对冠心病心绞痛患者临床指标的影响[J].中国实用医药,2022,5(16):229-230.
[4] 赵勇敏.冠心病心绞痛患者综合护理要点探究[J].中国继续医学教育,2022,7(16):208-209.

(上接第 151 页)

COPD 并呼吸衰竭在临床上的发病率很高,且患者经治疗后取得的预后效果不是很好,对患者采用常规的治疗方法往往治疗效果不是很佳,因此临床上为取得较好的治疗效果一般会给予患者进行呼吸机辅助治疗,有效的改善患者的呼吸衰竭症状,改善患者的心肺功能,随着呼吸机技术的不断发展和进步,临床上使用无创呼吸机进行治疗在临床中得到越来越广泛的应用^[4]。对患者进行呼吸机治疗时采用有针对性的护理措施,有利于取得更好的临床治疗效果。在本次研究中可知,试验组患者采用有针对性的护理措施与常规护理的对照组相比,试验组患者的血气有明显的改善,且试验组患者的 PaO_2 升高明显高于对照组患者, PaCO_2 的减低试验组患者更明显,两者之间对比有明显的差异,有统计学意义($P<0.05$)。对两组患者进行治疗和护理满意度调查发现,试验组患者中有 37 例患者为满意,满意度为 92.5%,对照组患者中有 29 例

患者为对治疗和护理满意,满意度为 72.5%,从数据中可明显看出试验组患者对治疗和护理满意度明显高于对照组患者,差异明显,有统计学意义。

综上所述,对于 COPD 并呼吸衰竭患者给予无创呼吸机治疗的同时给与有针对性护理能有效提高治疗效果,减轻患者痛苦,缩短治疗进程,提高临床治疗和护理满意率。

参考文献

[1] 周怡.无创呼吸机治疗 COPD 并呼吸衰竭的护理研究[J].中国医药科学,2022,20:75-77.
[2] 李红赞.无创呼吸机治疗 COPD 并呼吸衰竭的护理效果观察[J].大家健康(学术版),2023,24:271-272.
[3] 范立文.简述无创呼吸机治疗 COPD 并呼吸衰竭的护理效果[J].中国医药指南,2022,08:242-243.
[4] 吴世敏,邓红.无创呼吸机治疗 COPD 并呼吸衰竭的护理研究[J].航空航天医学杂志,2023,02:230-231.