

预见性运动护理 + 整体护理对妊娠高血压患者的效果及妊娠结局影响评价

叶秋伶

宁南县人民医院 四川宁南 615400

〔摘要〕目的 分析预见性运动护理 + 整体护理对妊娠高血压患者的效果及妊娠结局影响。方法 选取 2023 年 11 月 -2025 年 02 月为研究病例时间段, 研究对象为我院收治的 86 例妊娠高血压患者, 将其分为对照组 (人数共计 43 例)、观察组 (人数共计 43 例), 一组采取常规护理, 另一组采取预见性运动护理联合整体护理, 以血压指标、不良妊娠结局发生率、心理状态为观察指标展开对比分析。结果 两组血压指标 (观察组及对照组的舒张压 / 收缩压数值) 对比存在较大差异, $P < 0.05$ 。两组不良妊娠结局发生率 (观察组占比 2.33% / 对照组占比 13.95%) 对比存在较大差异, $P < 0.05$ 。两组心理状态 (观察组及对照组的 SAS 数值、SDS 数值) 对比存在较大差异, $P < 0.05$ 。结论 针对妊娠高血压患者采取预见性运动护理联合整体护理具有减少不良情绪, 降低不良妊娠结局发生率及血压指标的效果, 在临床中值得应用和推广。

〔关键词〕妊娠结局; 妊娠高血压; 整体护理; 预见性运动护理

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2025) 07-136-02

在临床中, 妊娠高血压是一种常见的妊娠并发症, 通常在妊娠 20 周后出现, 主要表现为高血压和蛋白尿^[1]。妊娠高血压患者病情加重影响母婴健康, 导致妊娠期并发症、早产、胎儿生长受限等问题。在其护理工作中, 采取预见性运动护理结合整体护理模式, 通过监测和评估患者的健康状况, 并开展全面系统护理方式, 对妊娠高血压患者的病情管理和妊娠结局具有积极影响^[2]。本文择取妊娠高血压患者 (2023 年 11 月 -2025 年 02 月) 分析, 观察应用价值, 报告如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

本次研究开始至终止时间为 2023 年 11 月 -2025 年 02 月, 筛选入组的患者均经临床检查确诊为妊娠高血压患者, 入组样本量为 86 例, 以随机数字表法为分组方式, 将其划分为观察组、对照组各 43 例。观察组入组对象中初产妇共计 24 例, 经产妇共计 19 例; 年龄最低数值、最高数值选取范围为 23 ~ 39 岁, 均龄 (31.47 ± 3.08) 岁。对照组中初产妇人数共计 25 例, 经产妇人数共计 18 例; 年龄最低数值、最高数值区间自 22 ~ 40 岁, 均龄 (31.56 ± 2.58) 岁。对比两组年龄、性别等基线资料参数, 无统计学差异, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组常规护理。

观察组预见性运动护理联合整体护理, (1) 预见性运动护理: 评估患者身体状况: 在运动前, 对患者进行全面评估, 包括: 心肺功能、体重、血压等, 以确定运动类型和强度。制定个性化运动方案: 合理选择有氧运动方式, 比如: 散步、游泳、孕妇瑜伽等。运动频率可设定为 3-5 次 / 周, 30min / 次。

在运动期间, 护理人员监测患者血压和心率, 确保运动安全。如出现不适, 应立即停止运动。向患者讲解运动的作用, 鼓励患者坚持锻炼。(2) 整体护理: 心理支持: 耐心倾听患者诉求, 与其保持良好沟通, 明确心理状态, 缓解焦虑和压力。予以心理支持, 形成积极心态。营养指导: 为患者提供均衡饮食方案, 增加富含钾、钙和镁等食物的摄入量, 减少患者钠盐的摄入量。补充机体营养物质, 并严格控制体重, 避免过度增重。定期监测: 定期检查血压、尿液及体重, 及时发现并处理问题。建立健康档案, 记录患者的健康变化。教育与支持: 向患者及其家属普及妊娠高血压的相关知识, 增强其对疾病的认识。提供家庭支持, 鼓励家属参与护理, 形成良好家庭护理环境。

1.3 观察指标

①对比血压指标, 包括: 舒张压及收缩压。②对比不良妊娠结局发生率。③对比心理状态, 依托 SAS、SDS 分别评价焦虑、抑郁情绪^[3]。

1.4 统计学方法

采用 SPSS22.0 软件进行数据处理和分析, 对于小样本研究, 采用 Shapiro-Wilk 分析对计量资料进行正态性检验, 符合正态分布的计量资料采用均数 ± 标准差进行描述。计数资料以例 (%) 表示。两组间的计量资料比较采用独立样本 t 检验, 以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比血压指标

两组血压指标 (观察组及对照组的舒张压 / 收缩压数值) 对比存在较大差异, $P < 0.05$ 。

表 1 两组血压指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	舒张压 (mmHg)		收缩压 (mmHg)	
	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组 (n=43)	106.27 ± 7.26	86.63 ± 4.38	155.67 ± 9.62	131.27 ± 7.63
观察组 (n=43)	106.53 ± 7.38	82.71 ± 4.52	155.34 ± 9.53	124.38 ± 7.59
t	0.164	4.084	0.159	4.198
P	0.869	0.000	0.873	0.000

2.2 对比不良妊娠结局发生率

两组不良妊娠结局发生率（观察组占比 2.33%/ 对照组占比 13.95%）对比存在较大差异， $P < 0.05$ 。

2.3 对比心理状态

两组心理状态（观察组及对照组的 SAS 数值、SDS 数值）对比存在较大差异， $P < 0.05$ 。

表 2 两组不良妊娠结局发生率对比 [n/ (%)]

组别	产后出血	胎盘早剥	子痫发作	发生率 (%)
对照组 (n=43)	3 (6.98)	2 (4.65)	1 (2.33)	6 (13.95)
观察组 (n=43)	1 (2.33)	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (2.33)
χ^2	3.887			
P	0.048			

表 3 两组心理状态对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	SAS 评分 (分)		SDS 评分 (分)	
	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组 (n=43)	63.51 $\pm$ 5.75	58.29 $\pm$ 4.45	68.28 $\pm$ 3.25	59.17 $\pm$ 5.43
观察组 (n=43)	63.39 $\pm$ 5.46	53.19 $\pm$ 2.53	68.37 $\pm$ 3.45	53.46 $\pm$ 2.52
t	0.099	6.533	0.124	6.254
P	0.921	0.000	0.901	0.000

3 讨论

妊娠期高血压患者病情复杂，需做好密切监测和防范工作。在临床干预过程中，除了积极治疗方式，还需开展预见性运动护理及整体护理方式，充分发挥其协同作用，从而获得理想的血压控制效果。

研究发现，两组血压指标（观察组及对照组的舒张压 / 收缩压数值）对比存在较大差异， $P < 0.05$ 。分析原因：实施预见性运动护理，通过适度运动能够促进血液循环，改善心血管健康，降低血压。针对妊娠高血压患者采取个性化运动方案，可帮助调节血压水平。同时开展整体护理，为其提供个性化的健康指导，建立健康的生活方式，有助于控制患者血压。两组不良妊娠结局发生率（观察组占比 2.33%/ 对照组占比 13.95%）对比存在较大差异， $P < 0.05$ 。分析原因：实施联合护理方式，帮助孕妇保持适当体重，减少并发症风险，从而降低不良妊娠结局的发生率。在实际护理期间，整体护理强调对孕妇的定期监测，及时发现潜在问题并进行干预，有助于降低母婴风险。两组心理状态（观察组及对照组的 SAS

数值、SDS 数值）对比存在较大差异， $P < 0.05$ 。分析原因：实施联合护理方式，通过适当运动有效减轻患者焦虑和抑郁情绪。通过整体护理方式，加强患者心理疏导和情感支持，缓解其心理压力，增强心理韧性，有助于改善心理状态。

综上所述，在妊娠高血压患者中采取预见性运动护理联合整体护理可有效控制血压，降低不良妊娠结局的发生率，同时改善孕妇的心理健康。

[参考文献]

- [1] 袁桂茹, 欧阳园园. 预见性运动护理联合整体护理在妊娠高血压患者中的应用效果及对妊娠结局的影响 [J]. 临床研究, 2024, 32(10):182-185.
- [2] 许丽珊. 预见性运动康复护理对预防妊娠期高血压综合征患者 DVT 发生的效果 [J]. 福建医药杂志, 2022, 44(06):170-172.
- [3] 黄珍, 李志华, 林金香, 等. 预见性运动护理对妊娠高血压患者的血压、平均血流速度以及峰值速度的影响 [J]. 心血管病防治知识, 2022, 12(28):52-55.

（上接第 134 页）

通过有效的疼痛管理和功能康复训练，患者体验到实际的症状缓解和运动能力改善，这增强了他们对治疗的信心。此外，心理支持环节关注患者内心需求，帮助他们应对慢性病带来的心理负担，减少负面情绪。同时，健康教育提高了患者自我管理疾病的能力和知识，让他们理解病情并积极参与治疗过程。生活方式调整和健康知识普及改善了患者的日常管理习惯，增进健康感受。综上，这些均促进患者依从性和心理状态的积极变化。

总而言之，慢性痛风患者临床康复护理干预，有助于提升患者治疗依从性，患者负面情绪更少，整体情况更理想。

[参考文献]

- [1] 皋艳, 金琳."3H" 延伸性护理在痛风康复护理中的应

用 [J]. 国际护理学杂志, 2024, 43(17):3250-3253.

- [2] 陈玉翠. 康复护理干预在痛风性关节炎患者中的应用研究 [J]. 养生大世界, 2024(12):185-186.

- [3] 卢梅娟, 伍苏婷, 冯嘉琪. 认知行为理论护理结合心理护理在原发性痛风患者中的护理效果及其尿酸水平的影响 [J]. 中西医结合护理 (中英文), 2025, 11(1):125-128.

表 2 两组患者护理前后心理评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	时间	SAS	SDS
观察组	护理前	52.89 $\pm$ 4.91	51.92 $\pm$ 3.56
	护理后	32.52 $\pm$ 3.68	34.15 $\pm$ 4.58
对照组	护理前	54.71 $\pm$ 5.39	52.76 $\pm$ 4.19
	护理后	43.68 $\pm$ 4.82	45.27 $\pm$ 3.87

注：两组护理前对比， $p > 0.05$ ，两组护理后对比， $p < 0.05$

（上接第 135 页）

综上所述，新生儿由于自身对外界环境的适应能力差，抵抗力弱，免疫功能低下等特点极易受细菌侵袭而致肺部感染。加之呼吸道腔相对狭窄，黏膜血管丰富，黏液腺分泌不足，气道较干燥，纤毛运动差，清除能力低，易发生肺部感染。因此严密的病情观察和有效的护理措施显得尤为重要^[3]。掌握以上这些临床特点对提升护理质量，促进新生儿疾病恢复具有重要意义。

[参考文献]

- [1] 廖花平. 早期护理干预在小儿肺炎中的疗效分析 [J]. 当代护士 (下旬刊), 2023, 14 (11): 60-61.
- [2] 郭丽. 144 例小儿重症肺炎的护理干预及体会 [J]. 中国卫生产业, 2023, 32 (33): 82-84.
- [3] 邵秀娟. 80 例小儿重症肺炎的临床护理体会 [J]. 内蒙古中医药, 2024, 44 (50): 180-182.