

健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用

杨静 许国琼*

重庆医科大医院附属第二医院 重庆 400000

【摘要】目的：对健康和亚健康人群在体检过程中开展健康体检护理的作用进行分析。方法：按照对比护理评估的方式开展探究，选入在2021年3月至2022年12月在本院健康体检中心进行体检的健康和亚健康人群各100例为对象，数字表随机排序抽选分组，划分对照组（100例，体检过程中开展常规护理）和观察组（100例，在体检过程中进行健康体检护理）。分析护理效果。结果：对比两组在体检过程中各环节用时，观察组均短于对照组， $P<0.05$ 。对比干预前后生活质量，干预后观察组高于对照组， $P<0.05$ 。对比两组健康知识掌握情况以及护理满意度，观察组高于对照组， $P<0.05$ 。结论：健康和亚健康人群在体检过程中开展健康体检护理，可以缩短体检用时，提升患者生活质量，增加其健康意识。

【关键词】健康体检护理；健康人群；亚健康群体；生活质量

The Application of Health Examination Nursing in Healthy and Sub healthy Population

Jing Yang Guoqiong Xu*

Chongqing Medical University Hospital Affiliated Second Hospital Chongqing 400000

Abstract: Objective: To analyze the role of health examination nursing for healthy and sub healthy individuals during the physical examination process. Method: A comparative nursing evaluation method was used to explore. A total of 100 healthy and sub healthy individuals who underwent physical examinations at the health examination center of our hospital from March 2021 to December 2022 were selected as the subjects. They were randomly sorted and divided into a control group (100 cases, receiving routine care during the examination) and an observation group (100 cases, receiving health examination care during the examination). Analyze the effectiveness of care. The results showed that the observation group had shorter duration than the control group in all stages of the physical examination process, $P<0.05$. Compared with the quality of life before and after intervention, the observation group was higher than the control group after intervention, $P<0.05$. Comparing the mastery of health knowledge and nursing satisfaction between the two groups, the observation group was higher than the control group ($P<0.05$). Conclusion: Carrying out health examination nursing during the physical examination process for healthy and sub healthy individuals can shorten the examination time, improve patients' quality of life, and increase their health awareness.

Keywords: Health examination and nursing; Healthy population; Sub healthy groups; Quality of Life

随时居民生活质量水平的不断提升，对于自身健康也越来越重视。定期进行健康体检，可以较为直观的呈现身体健康水平，更可以达到对潜在疾病进展诊断的目的，促使患者可以迅速确诊^[1-2]。在进行体检的过程中，因检查项目较多，且部分检查项目需要提前进行等待等，在体检过程中部分体检者容易出现项目遗漏等情况。同时，健康群体以及亚健康群体在进行体检的过程中，更需要采取有效措施，提升体检者在健康体检过程中对各方面健康知识的掌握水平^[3-4]。本次研究就主要对健康体检护理在健康和亚健康群体体检过程中的效果进行分析。

1 资料与方法

1.1 一般资料

按照对比护理评估的方式开展探究，选入在2021年3月至2022年12月在本院健康体检中心进行体检的健康和亚健康人群各100例为对象，数字表随机排序抽选分组，划分对照组（100例，体检过程中开展常规护理）和观察组（100例，在体检过程中进行健康体检护理）。在观察对象组成方面，对照组中男性54例，女性46例，年龄在32—58岁间，均值为（42.12±1.83）。观察组中男性53例，女性47例，年龄在31—59岁间，均值为（43.01±1.94）。

对比两组基本数据， $P>0.05$ 。纳入标准：交流能力正常；无高血压、糖尿病等慢性疾病。排除标准：近期接受过手术治疗；不愿参与研究；且体检过程中依从性底。

1.2 方法

对照组在体检过程中，护理人员的各方面护理操作都结合常规临床护理规定进行开展。在检查前，护理人员需结合体检者检查项目类型做好对应介绍工作，包括检查项目的目的作用，大致检查流程以及检查室所在位置等，促使体检者对检查项目存在有较为全面的认识。在体检过程中针对体检者存在的各方面疑问，护理人员需要耐心为其进行解答。在为观察组体检者进行护理过程中则开展健康体检中心护理，护理措施如下：（1）提升护理人员技能。为使健康体检中心各护理人员更为高效的开展各方面护理工作，为体检者提供更为全面的护理支持。需针对体检中心护理人员的综合能力进行提升。由医院定期对护理人员开展针对性培训，针对体检护理过程中的各方面理论护理知识以及实践操作技巧进行培训。促使护理人员可以更为全面的掌握各类护理措施。同时，需要对体检中心护理人员责任意识进行提升，引导其认识到准确开展对体检者护理支持工作的重要性，确保其在开展护理干预的过程中可以

秉承更为专业的态度开展各方面护理操作。引导护理人员站在体检者的角度思考各方面问题,明确患者的体检者在体检过程中的护理需求。(2)营造良好环境。需要为体检者提供最为舒适的体检环境,休息室内需要保持安静,可为体检者播放较为轻快的音乐,达到对体检中紧张、焦虑心理改善的目的。广播提醒号码的声音可以适当增加,并合理进行循环广播,避免部分体检者出现漏听的情况。(3)耐心和体检者进行沟通。在体检者进行体检的过程中,护理人员需要做好各方面沟通工作。结合患者的体检项目,为体检者进行指导,促使体检者可以在最短时间内达到检查所在地。并耐心为其科普各类检查项目的的作用,增加体检者对体检项目的了解程度。对于体检者存在的关于健康或者体检项目方面的疑问,护理人员需要耐心为其进行解答。(4)针对性护理。健康群体和亚健康群体,均可能因自身的生活方式或生活环境等方面因素,导致其存在有发生疾病的可能性。护理人员则需要和体检者交流的过程中,充分了解体检者的各方面特点。对于年龄在45岁以上且久坐办公群体,则需要强化体检者对糖尿病的预防。并指导其在日常生活中积极开展运动锻炼,每日运动量保持在1小时左右。并养成科学的饮食习惯,三餐按时,且以清淡、不油腻食物为主,尽量减少对辛辣、油腻等刺激性食物摄入。对于年龄在50岁以上的体检者,则需要引导其对高血压的预防加以重视。在日常生活中,保持按时作息,合理运动,规律饮食,并做好自身血压的监测工作。对于盐分、脂肪的摄入量严格进行控制。(5)强化指导教育。在进行体检前,护理人员需要做好患者健康教育,为患者发放有关宣传手册,帮助体检者对各类检查项目名称以及流程等存在有较为全面的认识。在条件许可的情况下,可以在等待室或者休息室为体检者播放有关的科普资料,便于体检者对各类健康知识或者检查项目进行了解。(6)生活方式指导。结合健康群体以及亚健康群体的日常生活习惯等做好生活方式指导工作,及时了解体检者是否存在有不合理饮食习惯,并进行针对性指导。鼓励体检者规律饮食,按时作息,保持积极运动的习惯,对于存在有吸烟、饮酒习惯的体检者,需指导其减少吸烟、饮酒,甚至做到戒烟戒酒。

1.3 观察指标

(1) 时间指标。对两组体检者在体检过程中尿常规检

表1 两组体检过程中满意度对比 [n,(%)]

组别	例数	满意	较为满意	不满意	满意度
观察组	100	50 (50.00)	46 (46.00)	4 (4.00)	96 (96.00)
对照组	100	40 (40.00)	42 (42.00)	18 (18.22)	82 (82.00)
χ^2	-	8.425	5.425	14.485	14.485
P	-	0.001	0.032	0.001	0.001

3 讨论

定期进行健康体检对于保障人体健康存在有极为重要的作用。结合实际可以发现,在多方面因素的作用下,不健康饮食、生活习惯等方面因素的综合作用,居民的健康水平存在明显降低的情况^[5]。多数患者处在亚健康状态,身体素质较低,出现各类疾病(尤其慢性疾病)的几率相对增加。及时接受健康体检,可以较为直观对自身健康状况进行反应,若存在有潜在病症,更可以达到尽早确诊的

目的,便于尽早开展针对性治疗,降低病症对健康所造成的影响^[6-7]。结合体检中心近几年的体检统计可以发现,在多方面因素的作用下,体检患者数量存在有明显增加的趋势。为促使体检中心可以为健康以及亚健康群体在体检过程中提供更为优质且全面的护理服务。

1.4 统计学方法

研究中各数据都按照 SPSS20.0 进行处理,百分数表示计数数据,卡方检验,计量数据以均值±标准差表示,t检验,P<0.05 差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 两组各环节用时统计

在尿常规检查用时上,观察组为(10.22±1.23) min,对照组为(14.03±1.64) min,对比 t=11.083, P=0.001<0.05。在CT检查用时上,观察组为(20.36±1.75) min,对照组为(31.45±1.87) min,对比 t=12.425, P=0.001<0.05。在B超检查用时上,观察组为(13.56±1.86) min,对照组为(24.25±1.62) min,对比 t=10.758, P=0.001<0.05。在胸片检查用时上,观察组为(18.69±1.22) min,对照组为(21.42±1.74) min,对比 t=11.425, P=0.001<0.05。

2.2 两组生活质量对比

观察组精力维度评分为(91.04±1.71),对照组为(82.05±1.86),对比 t=13.425, P=0.001<0.05。观察组情绪角色维度评分为(92.46±1.68),对照组为(81.78±1.71),对比 t=12.045, P=0.001<0.05。观察组躯体角色维度评分为(93.75±1.68),对照组为(83.76±1.46),对比 t=12.458, P=0.001<0.05。

2.3 两组健康知识掌握情况分析

观察组规律运动评分为(90.36±1.68),对照组为(83.45±1.43),对比 t=12.252, P=0.001<0.05。观察组合理饮食评分为(91.05±1.91),对照组为(82.34±1.46),对比 t=13.524, P=0.001<0.05。观察组按时作息评分为(90.01±1.46),对照组为(81.05±1.71),对比 t=14.524, P=0.001<0.05。

2.4 两组护理满意度对比

对比两组护理满意度,观察组高于对照组,P<0.05,详见下表1。

目的,便于尽早开展针对性治疗,降低病症对健康所造成的影响^[6-7]。结合体检中心近几年的体检统计可以发现,在多方面因素的作用下,体检患者数量存在有明显增加的趋势。为促使体检中心可以为健康以及亚健康群体在体检过程中提供更为优质且全面的护理服务。

在常规护理支持的基础上将健康体检护理运用到健康和亚健康人群护理的过程中,可以促使该部分体检者在体检的过程中得到最为全面的护理支持。结合对护理人员的

专业护理技能进行提升, 可以确保各护理操作更加高效的开展^[8-9]。为体检者营造舒适的检查环境, 可以增加体检者在检查过程中的舒适感。积极和体检者进行沟通, 可以充分了解健康以及亚健康群体在体检过程中的各方面护理需求, 便于护理人员为其提供针对性护理支持, 对于提升体检者对体检期间护理干预的满意度存在有极为重要的作用^[10-11]。充分了解体检者的日常生活习惯并为其开展针对性健康指导, 可以促使体检者认识到自身的不健康生活方式等, 并在后续生活中逐步养成健康的生活方式^[12-13]。在本次研究中, 观察组健康以及亚健康群体在进行健康体检的过程中则接受健康体检护理, 结合对比常规护理可以发现, 在该护理模式的作用下, 可以有效缩短各检查环节用时, 保障检查的顺利性。并促使体检者健康知识掌握水平得到提升, 对于提升体检者的生活质量存在有极为重要的意义, 并增加体检者对该方面护理工作的满意度。

综合本次研究, 健康和亚健康群体在进行健康体检的过程中及时接受健康体检护理, 可以有效保障对该部分体检者的护理效果, 可以将该护理形式持续进行采用。

参考文献:

- [1] 李丽. 健康体检护理模式在健康和亚健康人群中的应用效果分析[J]. 中国社区医师, 2022, 38(24): 141-143.
- [2] 刘丹, 刘晓燕, 张迪. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果及满意度分析[J]. 航空航天医学杂志, 2021, 32(09): 1125-1126.
- [3] 张娟. 健康体检护理在健康与亚健康人群中的应用效果及护理满意度分析[J]. 人人健康, 2021(16): 88-89.
- [4] 陈方, 王燕, 陈梦兰. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果评价[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020, 8(36): 125-126.
- [5] 张亚薇. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果研究[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2020, 7(32): 78+90.
- [6] 秦国玲. 体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果[J]. 中国医药指南, 2020, 18(25): 192-193.
- [7] 徐静. 体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(31): 115.
- [8] 王燕, 冯晶. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果评价[J]. 实用妇科内分泌电子杂志, 2020, 7(07): 127+130.
- [9] 戴婷婷. 健康体检护理在 89 例健康和亚健康人群中的应用评价[J]. 心理月刊, 2020, 15(02): 127.
- [10] 邵雪莲, 舒秋霞. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(01): 10+195.
- [11] 冯丽, 许荣荣, 张骏奕, 马亮. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果分析[J]. 人人健康, 2019(22): 129.
- [12] 郝菁. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果评价[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(81): 96.
- [13] 石秀英. 健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用分析[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2019, 7(25): 101.