

医护专病一体化在中青年高血压患者中的应用

彭玉梅 许国琼*

重庆医科大学附属第二医院健康医学中心 重庆 400000

【摘要】：目的：研究对中青年高血压患者应用医护专病一体化的方法与效果。方法：采用2021年4月-2022年8月期间我院体检中心检查出的175例中青年高血压的患者，分为对照组87例（进行常规医护干预），观察组88例（实施医护专病一体化干预），干预后对比两组患者的遵医嘱依从性，同时对两组患者的血压控制情况进行记录对比，以及两组的干预质量评分比较。结果：观察组患者的遵医嘱整体依从性明显高于对照组，观察组的血压控制率均高于对照组，同时观察组干预整体质量评分也均高于对照组，差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：对中青年高血压患者应用医护专病一体化干预有效地提高患者遵医行为及依从性，同时对血压控制有极高的应用价值，提高整体干预质量。

【关键词】：医护专病一体化；中青年高血压；应用

The Application of Integrated Medical, Nursing, and Disease Management in Middle-aged and Young Hypertensive Patients

Yumei Peng Guoqiong Xu*

Chongqing Medical University Affiliated Second Hospital Health Medical Center Chongqing 400000

Abstract: Objective: To study the method and effectiveness of integrating medical care and specialized treatment for middle-aged and young hypertensive patients. Method: A total of 175 middle-aged and young patients with hypertension who were examined by our hospital's physical examination center from April 2021 to August 2022 were divided into a control group of 87 cases (receiving routine medical intervention) and an observation group of 88 cases (implementing integrated medical, nursing, and disease intervention). After the intervention, the compliance of the two groups of patients was compared, and the blood pressure control status of the two groups of patients was recorded and compared, as well as the intervention quality scores of the two groups. Result: The overall compliance details of patients in the observation group were higher than those in the control group, and the blood pressure control rate in the observation group was higher than that in the control group. At the same time, the overall quality score of intervention in the observation group was also higher than that in the control group, and the differences were statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion: The application of integrated medical, nursing, and disease intervention for middle-aged and young patients with hypertension effectively improves their compliance behavior and compliance, and has high practical value in blood pressure control, improving the overall quality of intervention.

Keywords: Integration of medical care, specialty, and disease; Middle aged and young people with hypertension; Application

高血压是我国最常见的慢性疾病之一，多见于老年人，随着现代生活和环境的变化，导致该病症逐步向年轻化发展，但中青年高血压患者的病情状况与老年人不同，该病症属于可控制性，轻症患者常常通过生活干预便能使其治愈。由于中青年患者的工作、生活等多种因素导致对该病症的知晓率和重视度极低，导致病情持续性发展从而引发诸多并发症以及不良反应，最终造成疾病困扰重视的现象，严重影响患者的正常生活、工作，甚至威胁生命。因此对其采用有效的护理方式是当前研究工作的重点，本文通过对中青年高血压患者应用医护专病一体化干预，分析其具体方法与效果，报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

采用2021年4月-2022年8月期间我院体检中心体检结果显示为中青年高血压的175例患者，分为对照组87例，观察组88例，其中对照组女性35例，男性52例，年龄25~47岁，平均年龄（ 38.62 ± 5.34 ）岁，病程0.8~3年，

平均病程（ 1.93 ± 0.82 ）年，观察组女性37例，男性51例，年龄26~46岁，平均年龄（ 39.18 ± 5.42 ）岁，病程0.9~3.2年，平均病程（ 2.01 ± 0.94 ）年，两组患者性别、年龄、病程比较差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ），具有可比性。同时所有患者均自愿参与本研究。我院伦理委员会对本研究完全知情，并批准研究。

1.2 方法

1.2.1 对照组采取常规的医护干预

（1）疾病宣讲告知患者高血压疾病的基础知识，让患者了解到慢性病症持续性发展会引起诸多的并发症和不良情况，甚至威胁生命。

（2）生活指导提醒患者日常生活中需要注意的相关事项，如注重身体锻炼、控制体重、减少钠盐摄入等。叮嘱患者尽量戒掉不良嗜好，如吸烟、饮酒等，对于浓茶和咖啡也要尽量避免。

（3）药物干预要求患者遵医嘱用药，不可私自服用药物。根据患者病情给予噻嗪类利尿剂、 β 受体阻滞剂、钙通道阻滞剂等药物，叮嘱患者按时服用。

1.2.2 观察组实施医护专病一体化干预

(1) 体检中心成立医护专病一体化干预小组, 由 3 名专科医师, 1 名护士长, 10 名护理人员组建, 选取护士长担任小组组长, 整个小组进行系统化的一体化干预培训, 要求小组成员认真学习相关知识, 严格掌握针对中青年高血压治疗和护理知识要点。整组考核达标后实施医护专病一体化干预。

(2) 由小组负责体检结果分析, 对体检报告检查出的中青年高血压, 进行记录并收集患者的一般资料, 包括患者的血压、身高、体重、性别、年龄, 询问患者日常饮食喜好、是否服用降压药物、既往服用过哪些降压药物等, 查看患者的心脑、肾脏相关检查, 对患者的体检结果进一步分析是否出现高血压病变或并发症的出现。同时对体检结果进行分类, 将患者分为一级高危患者、二级中危患者、三级轻危患者, 建立专病档案。小组对不同病情患者制定出不同的干预方案, 根据患者的具体情况进行完善改进后, 实施到实际干预中。对于轻危患者, 应当先进行生活干预 3 个月左右, 若血压依然未得到稳定控制再进行药物治疗, 对于中高危患者实施药物治疗和生活干预同时进行的方式。

(3) 针对中青年高血压患者的依从率和病症重视度极低, 因此需要强化疾病及健康知识宣传工作, 在体检中心可播放高血压疾病的危害、粘贴疾病健康知识宣传海报、特殊位置放置中青年高血压疾病的宣传手册, 对体检出该类病症的患者多次提醒高血压疾病危害、注意事项、用药常规等, 同时可以结合体检中心公众号、微信平台、APP 以及各大通信平台宣传高血压疾病的相关知识。

(4) 健康教育

①明确告知中青年高血压患者自身所患疾病的危险性因素、后续可能发生的不良反应以及持续性发展所引发的并发症, 树立患者对疾病的重视度。护理人员对该类患者及时地获取联系方式, 不定期地对确诊患者进行随访, 通过电话、微信、邮箱等多种方式建立与患者之间的联系, 随时性地关注患者病症情况, 询问其服药情况, 是否有不良反应, 叮嘱患者服用药物的剂量、方法一定要遵照医嘱进行, 切勿自行服用药物, 同时告知其药物反应, 不同药物自行服用可能会造成的危害, 及不按时服药对病情的不良影响, 让患者重视对药物的服用。

②提醒患者生活中注意事项要求患者注重体重控制, 戒掉不良嗜好, 加强身体锻炼, 控制自身情绪。对于饮食方面, 多吃含膳食纤维丰富的瓜果蔬菜, 多选用深色蔬菜, 加重谷薯类的摄入比例, 对于蛋白质对选择奶、鱼、豆制品, 减少摄入食盐, 严格控制每日摄入量小于 5g, 同时减少酱油、耗油、鸡精等钠调味品的摄入量; 不良嗜好必须戒除, 对于长期吸烟酗酒人员可采用 1~2 月循序渐进的戒除方式, 但对于高危患者应当立即戒除, 并远离二手烟、含酒精类饮品食物等; 运动方面, 中青年高血压患者可采取有氧运动、抗阻运动、高强度间歇训练, 所有运动方式时间每次不低于 45min, 次数不少于 4 次/周, 值得注意的是对于高危患者血压极为不稳定不采取运动干预, 待血压逐步稳定后再实施运动干预, 从步行慢跑逐渐加大运动量。体重控制, 减少脂肪热量的摄入, 保持良好的饮食运动习惯, 同时避免熬夜, 拥有良好的作息能够促进其新陈代谢, 促进体内

不良物质的排出, 体质量指数水平要控制在 18.5~23.9。注重情绪控制, 对患者进行心理引导干预, 告知患者保持良好的心态对病情的稳定能起到至关重要的作用。

(5) 药物干预中青年患者通常因工作较为繁忙导致患者常漏服用药物, 引起药物效果不佳, 起不到及时控制血压的效果。因此护理人员要重点关注患者的用药和拿药情况, 在日常干预中提醒患者及时用药, 可在通讯平台设置用药提醒。

(6) 医护专病一体化干预小组应当定期对患者的血压、体征进行监测, 根据患者病情发展状况改良干预措施, 让干预方法充分发挥作用。

1.3 疗效标准

干预后观察两组患者的依从性(按时服药、定时复诊、减少摄入钠盐量、戒掉不良嗜好、身体锻炼、规律作息)进行评分比较; 同时对两组患者干预后的血压控制率及具体情况(收缩压、舒张压)进行比较; 以及对两组干预质量进行评分比较。

1.4 统计学方法

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计学分析, 使用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料, 组间比较结果采用 t 检验; 使用“n, %”表示计数资料, 组间比较结果采用 χ^2 检验。P < 0.05 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 干预后两组患者依从性比较

观察组患者按时服药 53 (60.22%) VS 对照组 36 (41.39%), $t=6.218$, $P=0.013$; 定时复诊 58 (65.91%) VS 对照组 39 (44.83%), $t=7.870$, $P=0.005$; 减少摄入钠盐量 60 (68.18%) VS 对照组 41 (47.13%), $t=7.947$, $P=0.005$; 戒掉不良嗜好 46 (52.27%) VS 对照组 25 (28.74%), $t=10.052$, $P=0.002$; 注重身体锻炼 69 (78.41%) VS 对照组 38 (43.68%), $t=22.212$, $P=0.001$; 保证规律作息 64 (72.73%) VS 对照组 43 (49.43%), $t=9.999$, $P=0.002$; 整体依从度 80.68% 明显高于对照组 57.47%, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.2 两组患者血压控制情况比较

干预后观察组轻危患者收缩压 (126.83±7.14) VS 对照组 (133.82±8.16), $t=5.044$, $P=0.019$; 舒张压 (79.89±6.17) VS 对照组 (84.83±7.41), $t=5.374$, $P=0.016$; 观察组中危患者收缩压 (133.81±8.93) VS 对照组 (142.73±9.37), $t=6.318$, $P=0.006$; 舒张压 (83.37±6.83) VS 对照组 (88.62±7.39), $t=5.869$, $P=0.011$; 观察组患者的血压总控制率 87.50% 高于对照组患者血压控制率 64.37%, $t=12.834$, $P=0.001$, 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.3 两组干预实施质量评分比较

观察组患者通过一体化干预后, 其干预及时性 (39.47±5.14) VS 对照组 (26.36±7.35), $t=6.382$, $P=0.006$; 干预有效性 (43.53±5.63) VS 对照组 (29.84±8.74), $t=6.937$, $P=0.004$; 患者干预响应性 (36.37±5.82) VS 对照组 (25.48±6.56), $t=5.478$, $P=0.011$; 患者执行性 (37.41±5.82) VS 对照组 (23.87±6.51), $t=6.147$, $P=0.009$; 观察组整体干预质量评分 (115.78±9.54) 高于对照组干预质量 (82.83±9.62), $t=19.821$, $P=0.001$, 差异均有统计学意义。

($P < 0.05$)。

3 讨论

近年来中青年高血压的发病率逐年升高, 因其并发症情况相对老年高血压少, 同时危害性较小, 对器官的损伤小, 因此患者对其重视程度也较低。其对疾病的知晓性和控制性极低, 因此虽中青年高血压疾病有较高的治愈率, 但依然会存在长期和终身性的疾病伴随风险, 因此对该疾病采取积极的治疗具有极高的重要性。

而单纯通过药物的治愈效果较低, 如日常生活不加以重视, 病情只会反复无常, 最终导致无法控制, 呈现疾病伴随终身的结果, 因此需要对该类患者采取必要的干预措施。而常规的干预方式, 通常无法引起患者对疾病的重视, 其遵医嘱行为率极低, 这也导致了疾病治疗效果无法达到预期, 甚至出现恶性循环的病理现象。在对中青年患者进行干预时, 应当多次讲解病情危害, 提高患者的疾病重视度。只有通过日常生活干预和药物治疗共同进行才能有效控制疾病。

医护专病一体化干预方式, 中青年高血压疾病实施专项医护干预, 不仅通过药物给予治疗, 同时更加注重患者日常生活的干预, 对控制疾病要求提高, 通过建立专项小组来对患者的病情治疗起到监管作用, 在体检时发现的中青年高血压患者, 健康教育要以警示病情重要性为基础, 提高患者对疾病的注重和管理, 及时收集患者多方面的资料进行分析其高血压的诱发因素, 对其进行多方面健康教育, 采取针对性的专病护理干预, 对其生活进行加强指导, 如饮食方面提醒患者严格控制摄盐摄糖量及脂肪摄入量, 运动方面要求其运动次数和运动量, 还要通过各种平台与患者建立联系, 要求患者严格执行相关干预。对于患者重视程度低, 可多次讲解病情或列举危险患者的相关案例, 同时对于生活干预小组要定期进行随访调查, 或通过电话、

微信平台等方式来监督患者, 叮嘱患者严格执行相应的干预措施。本次研究通过医护专病一体化干预方式明显地控制了中青年高血压患者的血压指标, 同时对遵医嘱行为及依从性均有提高, 如按时服药、定时复诊、减少摄入钠盐量、戒掉不良嗜好、身体锻炼、规律作息的相关依从度均有提高, 对比采用常规的医护干预其提升效果极高, 通过定期对患者的病情进行监测, 根据其病情变化改进和完善护理方案, 使护理与病情控制能够更加配合, 使护理干预的质量有明显提升, 提高其患者对护理的依从性, 促进了患者病情的治愈。

综上所述, 对中青年高血压患者实施医护专病一体化干预方式应用效果良好, 对比常规的医护干预, 其依从性有明显提高, 对患者病情的控制起到了显著作用, 同时增加了患者对医嘱的依从性, 以及护理进展的快速实施, 促进病情的治愈。

参考文献:

- [1] 王柯心, 林蓓蕾, 梁郝, 陈孟尧, 董浩宇, 张振香. 中青年高血压患者脑卒中发生风险感知与健康行为的相关性及影响因素分析 [J]. 卫生职业教育, 2023, 41(05): 124-127.
- [2] 李思诺, 刘莉, 骆欣, 张楠. 基于疾病风险分层的健康管理模式在中青年高血压前期患者中的应用效果 [J]. 天津护理, 2023, 31(01): 69-74.
- [3] 付晶, 潘志婷, 唐雪鸿, 王程圆, 邓卫红. 中青年高血压病人服药依从性现状及影响因素的研究进展 [J]. 全科护理, 2023, 21(01): 34-37.
- [4] 卓杰, 只达石. 应高度重视我国中青年高血压 [J]. 中国现代神经疾病杂志, 2022, 22(10): 829-835.
- [5] 陈丽华, 朱小玲, 沈艳等. 专科护士门诊序贯管理在中青年高血压病人中的应用 [J]. 护理研究, 2022, 36(18): 3344-3347.