

评价全科护理模式在社区高血压患者健康管理中的应用价值

贾 晶

西安医学院第二附属医院 陕西西安 710038

摘要: **目的:** 分析社区高血压患者健康管理中应用全科护理模式的效果和价值。**方法:** 选择 2019 年 10 月-2022 年 10 月 150 例社区高血压患者, 均在社区进行健康管理。研究者抽签分组患者, 1 比 1 将其分为参考组、试验组, 均 75 例, 参考组采取常规社区健康管理模式, 试验组在其中加入全科护理模式。比较两组血压水平、遵医行为。**结果:** 试验组护理后收缩压、舒张压均低于参考组, $P < 0.05$ 。试验组遵医行为评分高于参考组, $P < 0.05$ 。**结论:** 全科护理模式能够规范社区高血压患者各项遵医行为, 保持血压水平稳定, 有利于提升患者生活质量, 值得应用。

关键词: 全科护理模式; 社区高血压; 健康管理

To evaluate the application value of general nursing mode in health management of hypertension patients in community

Jia Jing

The Second Affiliated Hospital of Xi 'an Medical University, Xi 'an 710038, China

Abstract: Objective To analyze the effect and value of applying general nursing mode in health management of hypertension patients in community. **Methods** From October 2019 to October 2022, 150 patients with hypertension in the community were selected for health management. The researchers drew lots to divide patients into reference group and experimental group, with 75 cases in each group. The reference group adopted the conventional community health management model, and the experimental group added the general nursing model. The blood pressure level, compliance behavior were compared between the two groups. **Results** After nursing, the systolic blood pressure and diastolic blood pressure in the experimental group were lower than those in the reference group, $P < 0.05$. The score of compliance behavior in the experimental group was higher than that in the reference group, $P < 0.05$. **Conclusion** The general nursing model can standardize the compliance behavior of hypertension patients in community, keep the blood pressure level stable, and help to improve the quality of life of patients, which is worthy of application.

Keywords: General practice nursing model; Hypertension in community; Health management

高血压是中老年人群多发慢性病, 与糖尿病并称为两大“慢性杀手”, 是心血管疾病发生的独立危险因素, 其控制效果与患者整体健康水平和生命安全存在密不可分的关系^[1]。高血压属于一种终身性疾病, 患者需要终身服药控制血压水平稳定, 这对其遵医行为、自我管理行为提出较高要求。社区高血压患者需要长期、规范的健康管理, 传统管理模式难以满足其多方面需求, 难以收获理想效果全科护理模式弥补了传统护理专科的单一性, 实现了各科护理知识的贯通应用, 以满足患者综合需求为中心, 提升了护理全面性、系统性^[2]。本研究将全科护理模式应用于社区高血压患者的健康管理中, 分析其应用价值, 详细报道如下。

一、资料与方法

1. 一般资料

划定研究于 2019 年 10 月开始, 截止 2022 年 10 月纳入

社区高血压患者共计 150 例。保持组间资料均衡性, 根据抽签法随机、平均 1 比 1 分组患者, 划分 75 例参考组、75 例试验组。参考组男性 39 例、女性 36 例, 年龄最大 82 岁、最小 56 岁, 平均年龄 (63.75 ± 4.10) 岁, 病程 2-16 年, 平均病程 (8.12 ± 1.45) 年; 研究组男性 41 例、女性 34 例, 年龄最大 80 岁、最小 55 岁, 平均年龄 (63.81 ± 4.03) 岁, 病程 2-15 年, 平均病程 (8.27 ± 1.28) 。对比基础资料导入 SPSS 分析, 体现组间较强的均衡性, 统计值 > 0.05 。

2. 方法

参考组实施常规社区高血压健康管理办法, 通过社区宣传等方式对患者开展健康教育, 告知患者各项遵医行为必要性, 定期监测血压水平变化, 调整干预方案。

试验组以参考组为基础性方案, 将全科护理模式应用其中, 包括如下措施。(1) 成立全科护理团队, 由全科医师、护士共同组成全科护理团队, 团队成员为患者建立电子档案

并至少一个月对患者进行一次面对面随访,对患者实施健康教育、用药指导、心理干预、血压监测和运动指导干预。(2)档案建立。为社区高血压患者建立个人电子档案,其中包括个人信息、血压变化趋势表、文化程度、生活习惯、转档管理等内容,还记录患者用药方案变化和不良反应情况。(3)全科健康管理。首先,对患者实施健康指导。定期在社区开展知识讲座,每周主题不同,主要涉及高血压发病机制、危险因素、不良后果、自我管理方案等内容,鼓励患者及其家属积极参与健康教育,普及高血压防治知识,明确体重控制、饮食调节、规范用药、情绪管理对血压控制效果的影响。其次,展开一对一用药指导,对患者进行密切的追踪管理,针对其实际用药方案进行介绍,强调遵医嘱服药、用药的重要性,切记不可随意更改用药剂量或停药。与患者保持密切交流,叮嘱患者在服药过程中有任何疑问、异常情况及时与团队成员联系,保证用药有效性和安全性。第三,对患者实施心理护理。了解患者情绪动态变化情况,分析其不良情绪水平和出现的原因,在社区内展开丰富的文娱活动,定期组织高血压患者参与团体活动,以病友俱乐部的方式丰富患者生活,帮助其调节心态。与患者家属协调沟通,告知其生活中给予患者尽可能多的关注,理解、关系患者以保持情绪稳定。第四,饮食护理。以患者饮食偏好、血压控制效果为依据,以低盐、低脂、优质蛋白饮食为主要原则,尽可能为患者制定符合个人偏好的饮食方案,为患者发放饮食指导手册,其中包括日常生活中常见饮食的营养素配比,告知患者如何通过均衡饮食满足能量摄入。最后,为患者展开运动管理。以太极拳、八段锦、散步等有氧运动为宜,通过现场示范、视频指导等方式让患者掌握日常生活中的运动方案,每周有氧运动 3-4 次,需要根据血压水平调节,当血压水平控制不佳时不可运动,一切运动均需耐受范围内进行。两组患者干

表 2 两组遵医行为比较 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	用药		饮食		运动	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
参考组	75	73.06±2.65	76.48±3.25	70.06±3.40	76.29±3.58	65.41±3.11	74.87±2.73
试验组	75	73.45±2.13	83.12±2.98	71.18±4.15	84.61±3.15	65.62±3.39	80.15±3.29
t 值		0.9934	13.0412	1.8078	15.1102	0.3953	10.6958
P 值		0.3221	0.0000	0.0726	0.0000	0.6932	0.0000

三、讨论

高血压属于心血管疾病的一种,患者血液流过血管时对血管壁的压力持续升高,引发高血压^[3]。高血压不仅影响患者身心健康,严重是还能引发风险事件,威胁生命安全。社区高血压需要规范的健康指导,保证长期服药、生活方式管

预周期均为 6 个月。

3.观察指标

(1) 血压水平: 分别划定测定时间为护理前、护理后,测量两组患者血压水平,包括收缩压、舒张压水平,比较两组差异。

(2) 遵医行为: 分别在护理前、护理后以自制遵医行为量表评价,涉及用药、饮食、运动 3 方面,满分均为 100 分,分数越高患者对应方面遵医行为越理想。

4.统计学方法

本研究使用的软件为 SPSS20.0,组间计量平均数资料分析使用 $\bar{x} (\pm s)$ 描述/t 检验,计数指标则使用 n (%) 描述/ χ^2 检验,当最终数据结果对比后达到统计学意义运用 $P < 0.05$ 表示。

二、结果

1.两组血压水平比较

护理前两组血压水平无显著差异, $P > 0.05$ 。试验组护理后收缩压、舒张压水平均低于参考组, $P < 0.05$ 。可见表 1。

表 1 两组血压水平比较 (mmHg, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	收缩压		舒张压	
		护理前	护理后	护理前	护理后
参考组	75	153.39±11.87	142.25±9.82	93.60±7.85	90.02±6.20
试验组	75	152.96±12.30	138.16±7.11	93.06±8.11	81.43±4.79
t 值		0.2179	2.9216	0.4143	9.4950
P 值		0.8278	0.0040	0.6792	0.0000

2.两组遵医行为比较

护理前两组各项遵医行为评分无显著差异, $P > 0.05$ 。试验组护理后各项遵医行为评分均高于参考组, $P < 0.05$ 。可见表 2。

理的有效性,将各项影响血压波动的风险因素控制到最低,继而保证其血压稳定和生命安全。

全科护理模式属于综合、全面性护理服务,符合现代化服务模式中“生物-心理-社会”模式的新需求^[4]。该护理模式一改传统护理模式的单一性,将多方面护理措施、干预方

案整合应用,从身心多角度满足患者需求,调节生理、心理状态,确保其舒适度。欧阳美娟等^[5]研究中应用全科护理模式显著提升了高血压患者血压达标率和生活质量。本研究在社区高血压患者健康管理中应用全科护理模式,考虑到社区高血压患者缺乏专业指导,为其构建全科服务团队,从健康教育、心理护理、用药管理、饮食管理和运动管理等全方面提供优质服务。此过程中为患者构建健康档案,确保一切护理措施的实施均从患者需求出发,以患者为中心兼顾身心状态的调节。本研究结果可见:经过全科健康管理,患者各项遵医行为评分和血压水平均优于常规健康管理患者, $P<0.05$ 。可见全科护理模式提升了患者社区健康管理质量,为患者提供专业、全面的长期健康指导,患者血压管理中各项风险因素得到有效控制,自我效能、参与感显著提升,继而规范遵医行为,控制血压水平稳定^[6]。

综上所述,全科护理模式符合社区高血压患者健康管理需求,能够提高其遵医行为,降低血压水平,有助于全面改善其生活质量,回归正常生活。

参考文献:

- [1] 陈丽娜,赵世娣. 全科理念下"连续动态随访"护理新模式在老年高血压中的应用及其对患者血压指标的影响[J]. 临床与病理杂志,2020,40(12):3243-3250.
- [2] 苏成铭. 高血压患者全科服务干预治疗的效果研究[J]. 中国社区医师,2018,34(32):161-162.
- [3] 刘春桂,张小容,黄颂吉,等. 个性化社区护理对老年原发性高血压患者治疗依从性和生活质量的影响[J]. 系统医学,2020,5(13):166-168.
- [4] 陈丽娜,陆艳芳,周焕芳,等. 全科理念下基于 Barthel 指数评定量表在中老年高血压合并卒中患者康复护理中的应用[J]. 国际护理学杂志,2021,40(1):94-97.
- [5] 欧阳美娟,黄银娇,袁衬香,等. 社区老年高血压患者实施综合护理干预的价值[J]. 中国城乡企业卫生,2021,36(1):109-111.
- [6] 王娟娟,吴爵慧. 探究全科理念下"连续动态随访"护理新模式在老年高血压中的应用效果[J]. 饮食保健,2021(22):203.