

心血管病危险因素控制及心血管病的预防探讨

张可为¹ 李春蓉²

(雅安职业技术学院; 雅安职业技术学院 讲师)

摘要:目的:分析心血管病危险因素控制以及心血管病预防措施的临床价值。方法:研究于2019年5月-2021年5月收集入院就诊心血管患者80例作为客观研究对象,临床分组方式为双盲法,设置研究组(n=40例)与对照组(n=40例),研究组采用心血管危险因素控制措施,加强心血管病预防,临床对比两组患者的临床控制效果,分析危险因素。结果:干预后,研究组患者各项不良习惯指标数值均低于对照组,差异有统计学意义,即 $P < 0.05$;研究组患者各项心血管异常指标水平数值均低于对照组,差异有统计学意义,即 $P < 0.05$ 。结论:针对心血管病患者,其危险因素存在差异性,患者需要合理化控制危险因素,采取预防措施,防止心血管病发作,值得临床推广。

关键词:心血管病;危险因素;预防

心血管疾病属于临床比较常见的内科疾病类型,疾病主要特点是致残率以及致死率水平较高,疾病发病较急,病情实际发展较为迅速,临床难以在较短时间内控制病情,因此对人们生活质量以及生命安全造成严重威胁。近些年,伴随人们生活习惯改变以及生活水平不断提升,心血管疾病发生率在逐年上升。基于此,临床确定心血管危险因素,开展针对性预防措施可有效提高患者疾病确诊率,患者可获得及时有效治疗,降低疾病发生率,患者致残率以及致死率数值也可有效降低,受到临床医务人员的重视。本研究通过对2019年5月-2021年5月收集入院就诊80例心血管患者进行客观性研究,临床采用控制危险因素以及预防措施,探讨患者疾病治疗价值。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究于2019年5月-2021年5月收集入院就诊心血管患者80例作为客观研究对象,临床分组方式为双盲法,设置研究组(n=40例)与对照组(n=40例),研究组患者中:23例为男性,17例为女性,年龄范围值为40-73岁,平均年龄值为(56.5±5.8)岁;对照组患者中:20例为男性,20例为女性,年龄范围值为42-75岁,平均年龄值为(57.3±5.2)岁。通过比较临床资料,统计学上并无差异, $P > 0.05$,可公平对比。

1.2 方法

危险因素:(1)绝对危险因素,心血管疾病中不能改变的危险因素主要有性别、年龄以及家族病史等,结合临床研究数据,男性患者在60岁前冠心病发病率相比于年龄产生正相关,患者年龄越大,心血管疾病发生率数值越大;女性患者在绝经期后,产生冠心病危险相比于绝经前会显著增加。(2)相对危险因素,首先是生理机能部分,患者存在高血压、肥胖或者是糖尿病等;其次是行为危险因素,患者日常习惯中,吸烟、高盐饮食或者是胆固醇摄入量较多等。

预防措施:健康教育措施,需要对心血管疾病发生高危人群进

表2 组间对比两组患者心血管异常指标水平数值($\bar{x} \pm s$,%)

	例数	高舒张压率	高收缩压率	高血糖率	高血脂率	高体重指数率
研究组	40	3 (7.50)	4 (10.00)	3 (7.50)	2 (5.00)	2 (5.00)
对照组	40	16 (40.00)	17 (42.50)	18 (45.00)	16 (40.00)	16 (40.00)
X ²	-	11.665	10.912	14.527	14.050	14.050
P 值	-	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

3 讨论

现阶段,物质生活条件不断改善,心血管疾病发病率数值逐渐上升,针对性医疗研究工作以及药物开发工作得到进展,但疾病预防控制效果依然较差,主要原因是难以清晰和消除疾病发生危险因素^[1]。基于此,需要深入研究心血管疾病危险因素,针对性调控,避免不同危险因素影响疾病发生^[2]。现阶段,心血管危险因素类型比较多样,按照危害程度可以确定主要危险因素,主要有高血压、

行健康教育,宣传疾病相关知识,指导患者培养良好的生活习惯,进行必要性的身体运动,改善身体原发疾病程度,生活环境进行改善,提倡社会和谐进步,人们可有效维持身心健康,降低疾病发生率。

1.3 观察指标

比较两组患者不良习惯影响指标,主要内容有吸烟率、熬夜率、酗酒率、易怒率。

对比两组患者心血管异常指标水平数值,主要内容有高舒张压率、高收缩压率、高血糖率、高血脂率、高体重指数率。

1.4 统计学处理

全部有关的数据在进行统计处理使用的是SPSS24.0软件,计量资料在表示时选择的是($\bar{x} \pm s$),相比予以t检验, $P < 0.05$ 证明存在统计学差异。

2 结果

2.1 组间对比两组患者不良习惯影响指标

干预后,研究组患者吸烟率7.50%、熬夜率10.00%、酗酒率15.00%、易怒率7.50%,均低于对照组吸烟率25.00%、熬夜率30.00%、酗酒率45.00%、易怒率40.00%,差异有统计学意义,即 $P < 0.05$,见表1。

表1 组间对比两组患者不良习惯影响指标($\bar{x} \pm s$,%)

	例数	吸烟率	熬夜率	酗酒率	易怒率
研究组	40	3 (7.50)	4 (10.00)	6 (15.00)	3 (7.50)
对照组	40	10 (25.00)	12 (30.00)	18 (45.00)	16 (40.00)
X ²	-	4.500	5.000	8.571	11.665
P 值	-	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

2.2 组间对比两组患者心血管异常指标水平数值

干预后,研究组患者各项心血管异常指标水平数值均低于对照组,差异有统计学意义,即 $P < 0.05$,见表2。

高血脂等,上述因素是造成心血管疾病风险的关键性因素,这些因素在年龄增加同时风险也会增加,在性别分类上,男性发病率数值高于女性,家族影响因素上遗传占比较大^[3]。同时潜在危险因素也存在,例如身体脂肪过多,或者是血液凝度数值较高,患者血管壁功能较弱,睡眠质量较差等,上述因素也会影响心血管疾病发生和治疗效果^[4]。

心血管疾病主要危险因素可以确定是高血压、高血脂以及糖尿

病,经过大量研究数据证实,高血压以及高血脂患者产生心肌梗死以及脑卒中危险系数相比于正常人数值会高2-3倍,生活习惯较差患者产生冠心病以及心肌梗死风险程度也较高^[6]。

综上所述,针对心血管疾病患者,其危险因素存在差异性,患者需要合理化控制危险因素,采取预防措施,防止心血管疾病发作,值得临床推广。

参考文献:

[1]方凯,马爱娟,董晶,等.北京市糖尿病合并高血压患者心血管疾病危险因素控制现状[J].中国慢性病预防与控制,2019,v.27;No.193(11):34-37.

[2]唐碧玮,王学梅,吴静.幽门螺杆菌感染与心血管疾病及其

危险因素关系研究进展[J].中华预防医学杂志,2020,54(3):5.

[3]苏健,向全永,吕淑荣,等.江苏省成人中心型肥胖与心血管疾病危险因素及其聚集性的关系[J].中华心血管病杂志,2015,43(6):548-553.

[4]方志峰,朱婷,刘展华,等.2010-2012年广西5市县18岁城乡居民心血管疾病危险因素及聚集状况分析[J].中华疾病控制杂志,2017,21(1):4.

[5]张玉琴,刘静,ZHANG Yu-qin,等.个案管理对控制糖尿病患者心血管疾病危险因素的效果分析[J].护理管理杂志,2015,15(11):831-832.

(上接第125页)

来,在美术绘画的学习中,也会对新奇事物产生好奇,而且学习的过程也容易受到其他因素的影响,所以,在对学生的创造思维进行训练时,可以进行情境创设,有效调动学生的素描兴趣,这是使学生形成创造思维的一种有效路径。

(三) 引导想象,对学生的创造思维进行实践训练

学生的创造性思维需要在实践中进行不断训练,是一个需要长期坚持的过程,因此,中职院校的素描教学中,教师要养成良好的培养学生的创造性思维,就要引导学生进行想象,在思考想象的过程中逐渐激发创造力。在素描训练中,艺术作品的完整呈现需要有足够的想象力,只有不断的想象,才能确保学生的思维处于始终活跃的状态,这样作品的表达才不会过于生硬。素描是绘画中表达视觉认知的一种重要方式,教师在教的过程中,不只是为了让学生掌握素描的基本技能,还要让学生对素描作品所要传递的情感进行真实表达,使作品呈现出独特的艺术思维方式。在实际的教学过程中,教师将想象力的引导作为重点内容,从多维空间对学生的思维进行训练,积极引导打破思维定式,实现学生的多元化发展。例如,在素描训练过程中,教师以肖像画的某一部位为主题,让学生发挥想象力,通过想象力描绘,创作素描作品,以“眼睛”为例,在素描训练时,引导学生想象应该以怎样的形式从眼睛的构图上表达出人的情绪,学生在进行创作时,可以使用多元化的创作手法,对现实中的事物进行想象加工,通过不同的创作思维,展现出素描作品中事物的独特形态以及属性等。这样学生的素描创作能力得到了一定的提升,同时创造思维得到了锻炼。

(四) 借助案例教学强化学生的专业能力

由于创造性思维是一种抽象性的事物,无法直观的进行了解,所以,要想更好的了解学生的创造性思维水平,教师在素描教学中,还要注重对学生综合能力测评,结合评估的结果,了解学生在素描方面的思维能力。这个过程教师可以使用案例教学法,通过引入实际案例,使学生进行深层思考,激发创造潜能,进而使其创作的素描作品更具新颖性,在情感表达和构思方面都能够展现出巧妙性。借助案例教学,还可以引导学生以多元化角度展开思考,想到别人想不到的地方,然后结合实际情况确定表达技巧和思维方法,这样在素描主题的表现上就能够更加独特。比如,在案例教学中,以《听音室》为例,先让学生对这一作品进行赏析,通过观察、交流以及独立思考,对作品阐述自己的理解。这幅作品中将苹果的尺寸放大,将作品中苹果和房间的比例与现实中真实的比例关系形成一个较强的对比,从而引发思考,给与作品中的物体一个全新的含义。从作品的欣赏中丰富学生的情感体验。然后再进行素描训练时,教师可以引导学生自由确定主题,然后通过作品赏析的启发,对真实世界的事物产生新的思考,从不同的角度对真实世界进行探索,充分发挥自己的想象力和创造力,创作出独特的素描作品。

(五) 为学生有效设计创意练习,锻炼其思维能力

教师在素描教学中,要有意识的对学生进行创意练习设计,通过素描作品的创作实践,逐步锻炼其创造思维能力。对于中职学生来讲,素描课程的学习主要是为以后从事绘画相关的工作打好基础,其创造性水平决定了学生在这方面的专业能力,对学生进行创意练习,引导其更好的展现创造力,对其以后的发展有重要的帮助。在创意练习设计时,教师可以引入“异形同构”,引导学生选择某一主题确定合适的素描内容,在这个过程中重点思考想象形与形之间的结构,通过发散聚合建立新的组合。教师在教学时,可以先向学生介绍这种创作方法,然后引导其进行观察,同时以提问的方式让学生进行思考:通过作品的观察,能够在其中看出哪些常见的事物?这些事物如果选择其中一种方式进行组合,会形成一幅怎样的画面?引导学生进行素描创作。学生以此为基础尝试进行思考,在素描作品中纷纷表现自己的想法。在这样的诱导下,学生不仅仅能够掌握扎实的素描技巧,对发散思维也能够有效培养。另外,在教学中引入打散重组的绘画方式,这也是进行创造性绘画的一种形式,主要是通过切割图形、打散重组的方式展现一种新的视觉形象,为作品注入新的灵感。以这种方式进行素描创意练习,可以打破学生固有的思维定势,并通过想象重组,呈现出更加出彩的作品。

结束语

总而言之,培养创造性思维能够促使学生达到更高的绘画水平,形成更高的审美追求,拥有鲜明的个性以及独到的艺术见解。本文主要诠释了创造性思维和素描的含义、学生的创造性思维在素描中的作用、素描教学中学生创造性思维培养的措施。通过思维创造,学生整体的素描绘画水平得到较好的提升,这样在以后的工作中也能够更好的进行研究,进而才能真正培养出能创作较高水准的艺术作品的人才。

参考文献

[1]徐丹丹.中职素描教学中学生创造思维训练策略探究[J].考试周刊,2019(33):1.

[2]高永峰.中职素描教学中如何训练学生的创造性思维[J].美术教育研究,2021(19):2.

[3]郭愉勤.浅谈设计素描教学中的创造性思维训练对绘画创作的启示[J].美术教育研究,2020(10):2.

[4]李天林.设计素描教学中发散思维训练探讨[J].大众文艺,2020(19).

[5]张露薇.浅谈利用趣味引导构建高效的创新型中职素描课堂策略[J].教师,2021(26):2.

[6]李尤.浅谈学生创造性思维在素描中的重要性[J].艺术科技,2016(7):1.

作者简介,魏晓燕(1976.05),女,汉族,青海平安,本科,讲师,研究方向:中职美术教育