

“居家护理平台”对高血压患者延续护理效果的影响

路 萍

枣庄市市中区人民医院 神经内科, 中国·山东 枣庄 277100

【摘要】目的: 研究“居家护理平台”对高血压患者延续护理效果的影响。方法: 选择2018年6月-2019年6月, 在我院住院治疗的原发性高血压患者86例, 通过给予居家护理平台护理, 观察患者护理前后血压、血脂、心功能及焦虑、抑郁等不良情绪的改善。结果: 护理前高血压患者血压及血脂均较高, 经过6个月家庭平台护理后高血压患者血压及血脂均有所降低($P < 0.001$); 高血压患者护理前LVEF%水平为 $41.46 \pm 4.51\%$, LVDD水平为 $55.65 \pm 5.32\text{mm}$, 经过6个月家庭平台护理后高血压患者心功能明显改善($P < 0.05$); 高血压患者护理前SAS、SDS评分较高, 经过6个月家庭平台护理后高血压患者抑郁、焦虑情绪评分均降低($P < 0.05$)。结论: 高血压患者给予“居家护理平台”延续护理, 可明显降低血压及血脂水平, 改善患者心功能及不良情绪, 对于患者预后具有重要意义。

【关键词】居家护理平台; 高血压; 延续护理

原发性高血压常多出现在中老年人群中, 过度吸烟、饮酒都会引发此类疾病, 流行病学数据显著, 我国已有亿万人患该疾病, 属于终身性疾病, 治愈难度较大^[1]。持续的高血压可增加患者患中风等疾病的风险, 加重病情的发展, 有死亡的风险^[2]。高血压患者患者在医院治疗时间短暂, 更多地需要患者进行院外自我管理, 因此自我管理教育不能只局限于住院期间。有研究表明, 实施院外延续护理可以促进患者康复^[3]。研究显示, 整个高血压治疗过程中的重要环节是家庭护理, 可增加患者对患侧的关心和注意, 家庭护理贯穿在整个护理工作的各个环节, 根据患者情况可进行自主护理^[4]。因此, 本篇文章通过分析ER组和EP组患者日常生活活动能力、神经功能评分的差异性来探究早期多功能康复联合心理干预对高血压患者的恢复效果及神经功能的影响。

1 资料与方法

1.1 患者一般资料

选择2018年6月-2019年6月, 在我院住院治疗的原发性高血压患者86例, 男女患者比例:47:39, 年龄介入43-79岁之间, 平均年龄 66.78 ± 11.42 岁, 平均病程 8.57 ± 3.64 年, 其中高血压分级I级37例、II级23例、III级26例。

1.2 纳入标准

纳入标准: 入组前均符合《中国高血压防治指南》诊断标准^[5]。就诊前30天内未服用其他药物; 患者及家属了解本次实验内容并同意; 排出标准: 合并原发性肾结石、尿毒症等肾脏疾病; 合并严重心脏疾病者; 语言障碍者。

1.3 护理方法

1.3.1 建立居家护理平台, 通过手机微信建立公众号及微信群, 通过身份识别绑定高血压专科护士, 通过护士短设计家庭护理平台, 每个平台有多名资深护理组成, 且平台内患者之间信息保密, 护士可以看到患者的个人资料, 患者家属可以在平台上选择自己信任的护士进行咨询

1.3.2 饮食指导: 由专业的营养师安排食谱, 并及时根据患者的病情及时调整, 通过居家护理平台传输到患者, 患者也可以通过居家护理平台将自己的饮食习惯及要求反馈, 并进行延续性的跟踪工作。

1.3.2 运动指导: 每日进行40min-60min的户外有氧运动外, 运动时要拍摄运动VCR或健身视频, 在交流群中发布, 有专业

人士对患者在家运动方式进行指导。同时, 还要经常回访患者在家运动状况, 提醒每周坚持2-3次全身运动, 提高患者的机体免疫能力。科学化指导运动时间及强度。

1.3.3 心理指导: 同时可以通过居家护理平台进行心理知识的传播, 增加患者的自信心。

1.3.4 睡眠指导: 避免患者出现不健康的睡眠习惯, 影响病情恢复, 采用睡眠干预手段, 居家护理平台指导患者及家属注意事项, 如何更好的睡眠, 如音乐欣赏等等

1.3.5 定期平台回访: 出院后, 每周在居家护理平台上对患者或家属进行回访, 具体内容按照预先设计方案来实施, 询问患者出现的不良反应、运动情况及睡眠质量等。护理时间为5个月。

1.4 血压及血脂代谢指标检测

患者每天早晚2次检测血压, 静坐10min后, 患者将左侧手臂与心脏保持同一水平。采用电子血压仪检测SBP、DBP水平, 连续检测3次, 取平均值。护理前后, 高血压患者血脂检测: 静脉血5ml, 3ml抗凝低温保存, 2ml放入离心机分离10min。生化分析仪检测TC、HDL-C、TG水平, 结果以mmol/L表示。

1.5 心脏功能检测

多普勒超声对高血压患者护理前后心脏功能进行检测, 包含: LVEF、LVDD等水平。

1.6 抑郁、焦虑情绪评分

通过SAS、SDS评分分别对CRF血液透析患者焦虑、抑郁情绪进行评估, 其分值越高、负面情绪越严重, 基线标准分别为50分及53分, 超出基线范围为患者伴有焦虑、抑郁情绪。

注: SAS: 焦虑自评量表, SDS: 抑郁自评量表

1.7 统计学方法

采用GraphPad Prism 8及EXCEL表格对高血压患者研究数据进行统计, 血压、血脂、心功能及负面情绪评分采用均值标准差形式表示, 行t检验校正分析, 以 $p < 0.05$ 为比较有差异。

2 结果

2.1 高血压患者血压及血脂代谢水平研究

护理前高血压患者DBP、SBP、TC、TG及HDL-C均较高, 经过6个月家庭平台护理后高血压患者血压及血脂均有所降低, 与护理前相比, 家庭平台护理后高血压患者血压及血脂代谢水平改善显著, 差异具有显著性($P < 0.001$), 见表1。

表1 高血压患者血压及血脂代谢水平研究

指标	护理前	护理后	t	P值
DBP (mmHg)	165.69±10.20	117.68±9.50	22.41	<0.001
SBP (mmHg)	103.22±7.94	85.38±6.29	14.041	<0.001
TC (mmol/L)	6.19±0.78	4.38±0.55	11.19	<0.001
TG (mmol/L)	3.36±0.38	1.56±0.33	24.26	<0.001
HDL-C (mmol/L)	0.86±0.11	1.46±0.20	13.63	<0.001

2.2 高血压患者心功能水平研究

高血压患者护理前 LVEF% 水平为 $41.46 \pm 4.51\%$, LVDD 水平为 $55.65 \pm 5.32\text{mm}$, 经过 6 个月家庭平台护理后高血压患者 LVEF 水平升高, LVDD 水平降低, 与护理前相比, 家庭平台护理后高血压患者心功能明显改善, 差异具有显著性 ($P < 0.05$)。见表 2。

表2 高血压患者心功能水平研究

评分	干预前	干预后	t	P值
LVEF%	41.46±4.51	59.27±6.04	6.148	<0.001
LVDD (mm)	55.65±5.32	44.17±4.71	3.625	0.015

2.3 高血压患者抑郁、焦虑情绪评分研究

高血压患者护理前 SAS 评分为 60.73 ± 3.37 , SDS 评分为 60.23 ± 4.76 , 经过 6 个月家庭平台护理后高血压患者抑郁、焦虑情绪评分均降低, 与护理前相比, 家庭平台护理后高血压患者抑郁、焦虑心理水平明显改善, 差异具有显著性 ($P < 0.05$)。见表 3。

表3 高血压患者抑郁、焦虑情绪评分研究

评分	干预前	干预后	t	P值
SAS评分	60.73±3.37	51.26±2.59	4.083	<0.001
SDS评分	60.23±4.76	47.16±4.39	6.632	0.001

3 讨论

原发性高血压的发病人群往往以中老年人居多, 但由于青少年的经常熬夜、学习压力大等的不利因素使得青少年血压异常的患者与日俱增, 原发性高血压其病因不明, 可导致心脏疾病, 同时也易引起患者失眠, 具有隐匿发病的特征, 且前期无显著症状, 患者无法意识到更无法进行细致检查, 所以原发性高血压常常因

没有明显表征, 无法察觉得不到有效、及时的控制。因此, 给予适当的家庭护理对于高血压患者的改善有一定的帮助。

本文研究发现护理前高血压患者血压、血脂处于较高的水平, 心功能存在一定的障碍, 患者抑郁、焦虑等不良情绪较高, 经过 6 个月家庭平台护理后高血压患者血压、血脂显著降低, 心功能有所改善, 抑郁、焦虑不良情绪明显降低, 说明家庭平台护理可改善高血压患者的临床特征, 降低血压、血脂的同时, 可以改善患者不良情绪及心功能水平。家庭平台护理是近些年逐渐运用的新型护理方式, 不但在院内及对出院之后对患者生活及病情全方位进行干预的护理方式, 以患者为核心, 改变不合理的护理方式及观念, 适用于不断变化的预料模式下的临床[5]应用。家庭平台护理过程是从医院护理延续到院外家庭的护理, 督促高血压患者坚持护理内容, 进行康复训练, 对患者身体恢复及疾病的改善均具有较好作用。

综上所述: 高血压患者给予“居家护理平台”延续护理, 可明显降低血压及血脂水平, 改善患者心功能及不良情绪, 对于患者预后具有重要意义。

参考文献:

- [1]袁芸芸, 贺燕珍, 毛炳云等. 移动医疗慢病管理对高血压患者血压控制率、生活质量及依从性的影响[J]. 现代实用医学, 2020, 32(04):516-518.
- [2]徐嘉纯, 常进, 宫海滨. 动脉粥样硬化性心血管疾病风险评估对中国高血压防治的启示[J]. 中国心血管病研究, 2019, 17(03):207-210,241.
- [3]沙启娟. 延续性护理对老年高血压患者生活质量及用药依从性的影响[J]. 当代护士, 2019, 26(1):15-17
- [4]刘赞赞, 陈红, 刘国莲等. 基于老年综合评估的社区家庭访视护理对老年高血压患者生活质量的影响研究[J]. 中国全科医学, 2018, 21(28):3478-3484.
- [5]闫娜. 协同护理在136例高血压危象出院居家老年患者中的应用[J]. 国际护理学杂志, 2018, 37(19):2616-2618.

作者简介:

路萍 (1972.11-), 女, 汉族, 籍贯: 山东省枣庄市, 本科, 主管护师, 研究方向: 内科护理。