

# 心脑血管疾病的社区干预效果分析

蔡存彪

山东省聊城市河店镇中心卫生院, 中国·山东 聊城 252412

**【摘要】**目的:通过对老年冠心病、脑血管病患者的实用护理技术,提高他们对心脑血管病的认识和后续治疗,最终达到改善心脑血管功能、降低致残率和死亡率的目的。采用《老年脑血管病临床诊断问卷》和《老年人生活、饮食、运动习惯健康行为发展率临床问卷》对老年脑血管病患者进行研究。对问卷进行分析比较,了解护理干预前后的认知状况。结果:患者对自身疾病和行为的认知发展率明显高于护士干预前( $P<0.05$ )。结论:对老年心脑血管病患者进行有组织健康教育,普及心脑血管病防治知识,可显著提高心脑血管病患者的治疗依从性和认知率。

**【关键词】**老年; 心脑血管疾病; 社区护理干预

高血压、脑卒中以及冠心病等均属于十分常见的心脑血管疾病,随着我国人口老龄化的日益严重,这类疾病的患病率还在逐年不断增多。心脑血管疾病在许多危险因素方面均拥有着诸多相同之处,例如血脂异常、负面情绪严重、血压异常以及长期吸烟等,故而在社区医院接受干预服务过程中,可以对心脑血管疾病患者采取共同管理方案。经相关临床研究得以证实,自我管理能够在诸多慢性疾病控制中均可发挥着重要的作用,并且拥有十分重大的意义。但在帮助老年心脑血管疾病患者提高自我管理的过程当中极容易受到诸多因素的影响,从而难以提高患者的依从性与临床疗效。因此,这边要求医务人员应当具备更高水平的专业技能,通过实施有效的护理干预措施,使之自我管理的能力不断提升。

中国已经加入了老年化的行列,目前,我国60岁以上老年人口有1.4亿多,老年人的疾病认知度低,治疗依从性下降。目前,中老年人心脑血管疾病、胃肠道疾病和胃肠道疾病的患病率很高。因此,影响老年冠心病、脑血管病患者生活质量的问题成为护理人员面临的重大挑战。我们调查了该地区60岁以上的人群。

## 1 心脑血管疾病及危险因素

心肌梗塞与中风是心脏与血管的最常见疾病。心肌梗塞与心绞痛都是冠心病的表现。当血液流到冠状动脉受到限制或冠状动脉完全被血小板或血块阻塞时,通常会发生心肌梗塞。

在供应大脑血液的动脉中形成血块是中风的最常见病因。在大脑中形成的血块,或心脏、主动脉、颈部动脉形成的血块,都容易引发心肌梗塞与中风。最容易引发心肌梗塞与中风的因素是吸烟、高胆固醇疾病和高血压。当这些因素联合在一起时,心肌梗塞与中风发生的概率极大。一些使人信服的科学研究表明,戒烟以及降低血压、胆固醇水平,能够降低心肌梗塞与中风的发病率。

其他增加心脑血管疾病危险因素还包括糖尿病、肥胖、缺乏体育锻炼等。另据近几十年的研究显示,社会因素对发生心肌梗塞与中风也有影响。

自20世纪70年代以来,在瑞典,引发心脑血管疾病的危险因素已经得到部分控制。瑞典人的血压和胆固醇水平都在下降,男性人群的吸烟率也在持续下降。但是,在教育程度较低的年轻人群以及中年女性人群中,吸烟率却在上升。

由于许多危险因素与生活方式和卫生习惯有关,预防心脑血管疾病的一个有效手段就是开展旨在改变生活方式的项目。

## 2 问题的严重性

在瑞典,每年大约有4万人发生心肌梗塞,3.5万人发生中风。心肌梗塞的病死率很高,在病程的早期,三分之一的病人会死亡,而生存下来的病人多数会患上慢性心力衰竭与心绞痛。中风会导致严重的伤残,如瘫痪、语言障碍等。心肌梗塞是瑞典人的第一位死

因,中风是第三位死因,没有别的疾病比它们更需要医院床位与护理院床位。因此,应该采取一切措施预防这两种疾病。

## 3 对象和方法

### 3.1 对象选择

全区60岁以上心脑血管病患者80人,其中男性45人,女性35人;60-87岁,72.15-3.56岁。除精神病患者外,所有患者均能在护理人员的指导下完成问卷调查。

### 3.2 方法

编制《老年心脑血管病诊断诊断题》和《老年人生活、营养、运动活动健康行为发展率调查问卷》。2019年2月,受过培训的社区护士调查了 $\geq 80$ 例该地区60岁及以上的心脑血管患者。共发放问卷80份,实际回收73份,有效回收率91.25%。社区护理干预后,于2020年3月对同一人群进行了第二次问卷调查。共发放问卷72份,回收72份,有效回收率100%。

社区护理干预方法:(1)社区护士每月开展一次上门回访,鼓励老年人戒酒、戒烟、戒饮食、听低脂饮食、增加日常锻炼和适当减肥;(2)开展体检和用药指导,免费帮助测量血压、体重、血糖;(3)根据患者的病情制定标准化、个性化的护理计划;(4)对有特殊需要的老年人,应随时咨询医疗保健人员,以改善其状况。

### 3.3 统计处理

数据分析采用SPSS110计算软件。测试数据进行差值测试,计算数据进行 $\chi^2$ 测试。这种差异是显著的( $P<0.05$ )。

## 4 结果

### 4.1 针对性护理

干预前后老年人对心脑血管疾病的了解情况见表1。

表1 老年人对心脑血管疾病的认知情况(n=135)

项目内容	干预前		干预后		$X^2$	P值
	n	%	n	%		
知道成年人血压正常值	55	40.7	83	63.1	7.17	$<0.01$
知道高血压可致脑中风	103	76.5	130	96.5	17.80	$<0.005$
知道高血压可致冠心病	83	61.5	107	79.1	9.46	$<0.01$
能保持情绪稳定	110	81.3	131	97.2	17.70	$<0.005$
知道肢体功能锻炼方法	85	63.2	103	76.5	8.75	$<0.01$
愿获得疾病防治知识	127	94.3	133	98.5	4.97	$<0.05$

### 4.2 进行护理干预

前后健康生活习惯形成率,见表2。

表2 健康生活习惯形成率

项目内容	干预前		干预后		X <sup>2</sup>	P值
	n	%	n	%		
知道应适量参加运动	114	84.5	131	97.1	13.89	<0.005
知道应控制体重	118	87.2	129	95.3	8.74	<0.01
爱参加社区活动和交往	100	74.4	114	84.5	4.69	<0.05
在改变不良生活习惯	106	78.4	117	86.5	4.83	<0.05
指导应调节控制饮食	55	40.8	40	29.4	6.46	<0.05
喜欢高脂饮食	118	87.5	126	93.5	6.35	<0.05

4.3社区护理干预前后老年心脑血管病患者生活习惯及健康行为发展比较

护理干预后,老年心脑血管病患者的生活习惯和健康行为发展率明显高于护理干预前,差异有统计学意义。

### 5 讨论

相关资料显示,护理干预可以提高心脑血管疾病患者的认知率和健康风险。本研究中,心血管疾病患者的识别明显低于生活习惯和行为的发展,这可能与认知能力有关。老年人在诊断和治疗疾病方面存在一定困难。此外,在社区护理过程中不断加强宣传和倡导,健康的生活方式也得到了群众的认可和接受。这项研究表明,大多数人对饮食变化、减肥和适当运动等因素有更好的了解。老年人的行为逐渐达到健康水平,饮食科学合理,也逐渐意识到参加体育运动并参与其中的重要性从护理干预过程中了解到,部分患者为高血压早期治疗的发展做出了重大贡献。但随着年龄的增长,治疗效果会变差,有时联合治疗也难以达到治疗的目的。因此,应对此类患者进行案例研究。需要注意的是,部分老年人可能存在动脉硬化肾神经损害,应及时进行肾心B超和血管造影诊断。应随着时间的推移确定高血压患者,并以尽可能低的速度调整高血压的严重程度。因此,护士应以高血压的防治

为重点,减少心脑血管疾病的发生,并为老年人详细讲解防治知识的重要性的方法,以获得老年人的配合。

护理社区的内容还包括心理治疗、健康教育、行为和认知指导指导以及老年心脑血管患者康复指导。对于社区护理,要注意发现专业薄弱环节,及时改进。根据每位患者的行为,制定个性化、科学、灵活的护理方法,以提高医疗保健和护理水平。

本次调查发现,多数社区老年心脑血管疾病患者在自我管理方面能够按照要求去做,但少数患者在血糖和(或)血压监测方面、饮食控制、情绪管理、运动方面自我管理程度欠佳。因此,加强对患者的健康教育、心理疏导和生活干预,特别是围绕心血管疾病的危险因素进行宣教,能够提高患者对疾病的认知程度,提高疾病治疗的依从性,从而更有效提高患者生存质量,值得在社区卫生服务中心推广。

综上所述,在社区护理实践中,护士应密切注意及时对比分析,稳健评估老年人的真实需求,适时转变健康教育方式,提高患者对心脑血管疾病的认识,提高疾病的可靠性,降低心脑血管疾病的致残率和死亡率。

### 参考文献:

- [1]章承萍.心脑血管疾病非药物一级预防的社区护理指导[J].世界最新医学信息文摘,2015,15(33):1.
- [2]陈燕.慢性病人的社区护理体会[J].大家健康旬刊,2017(12):240.
- [3]常风云.某社区防治心脑血管疾病的综合护理措施[J].职业与健康,2010(2):2.
- [4]时峰俊,Shi,Fengjun,等.心脑血管疾病的社区护理[J].护理研究,2010.
- [5]赵博.社区护理对心脑血管疾病患者康复的影响分析[J].世界临床医学,2017,11(14):1.
- [6]胡凤琼,杨锐,刘伟,等.老年心脑血管疾病患者对疾病认知的社区护理干预分析[J].中华保健医学杂志,2017,19(4):3.
- [7]古东冬.社区护理对心脑血管病患者健康水平的影响[J].社区医学杂志,2013(12):2.
- [8]雷松蕙,全鹏,李娉.老年心脑血管疾病患者对疾病认知的社区护理干预[J].国际护理学杂志,2006,25(9):2.