社区公共卫生护理在心血管疾病防治中的效果

王 秘 王 丹[通讯作者] 张志敏 张国康 郭培培 李学瑛
（滨州职业学院 山东 滨州 256600）

【摘 要】目的：相关数据调查显示，我国心脑血管疾病患病人数达到2.9亿人，而且我国人口老龄化问题较为突出，促使我国心血管疾病患者发病率在不断上升，已经超过50%，血压、糖尿病、胆固醇等病例的增多，使得心血管疾病患病率也增多23%。预计2030年我国心血管疾病患者将增至2130万，因为心血管疾病失去宝贵生命的患者新增770万，所以，对于心血管疾病必须高度重视，本次主要围绕心血管疾病防治方面，对执行社区公共卫生护理的效果进行综合调研。方法：此次研究当中主要纳入社区实施治疗的病例进行评估分析，均为心血管疾病患者，最终确定为80例，以奇偶数分类法做组别处理，40例奇数病例为对照组，具体对患者开展基础护理服务，同样偶数病例为观察组，执行社区公共卫生护理。在护理后对患者的血脂、血压情况进行分析，查看小组病例有无出现心脏不适情况，并运用相关量表对患者生活质量方面做小组比较。结果：在护理后，患者血压、血脂水平有所改善，其中观察组患者基本达到正常指标；有部分患者在护理后有心脏不适感，其中对照组存在此类表现的病例居多；评估小组患者生活质量，对照组部分患者生活状态不佳（P < 0.05）。结论：在心血管疾病防治当中，选择社区公共卫生护理措施可以迅速地帮助患者控制血压、血脂水平，同时也能杜绝患者有严重不适感，在改善患者生活品质方面有积极的作用。

【关键词】社区公共卫生护理；心血管疾病；防治效果

Effect of community public health care in the prevention and treatment of cardiovascular diseases

Mi Wang Dan Wang[corresponding author] Zhimin Zhang Guokang Zhang
Peipei Guo Xueying Li
(Binzhou Polytechnic,Binzhou,Shandong,256600)

[Abstract]Purpose: related data survey shows that the number of cardiovascular disease in China reached 290 million people, and our country population aging problem is more prominent, prompting the incidence of cardiovascular disease patients in China, has more than 50%, blood pressure, diabetes, cholesterol cases, makes the prevalence of cardiovascular disease also increased by 23%. It is expected that the number of patients with cardiovascular diseases in China will increase to 21.3 million by 2030, and the number of patients with cardiovascular diseases losing their precious lives will increase by 7.7 million. Therefore, great attention must be paid to cardiovascular diseases. This time, a comprehensive survey on the effect of community public health care mainly focuses on the prevention and treatment of cardiovascular diseases. Methods: the study mainly into the community treatment of case assessment analysis, are patients with cardiovascular disease, finalized as 80 cases, with odd even classification group processing, 40 cases of odd cases for control group, specific to patients to carry out basic nursing services, also even cases for observation group, perform community public health care. After nursing, the patients 'blood lipids and blood pressure were analyzed to check whether the group cases had cardiac discomfort, and the relevant scales were used to compare the patients' quality of life. Results: After nursing, the blood pressure and lipid level improved, and the patients in the observation group basically reached the normal index; some patients had cardiac discomfort after nursing, including most of the control group; and the quality of life of the evaluation group, while the control group was poor (P <0.05). Conclusion: In the prevention and treatment of cardiovascular diseases, the selection of community public health nursing measures can quickly help patients control blood pressure and blood lipid levels, and at the same time can prevent patients from feeling serious discomfort, playing a positive role in improving the quality of life of patients.

[Key words]Community public health care; Cardiovascular disease; Prevention and treatment effect

人口老龄化是世界性的公共卫生问题，我国近些年人口老龄化较为突出，尤其是患有心血管疾病的病例不断增多。心血管疾病是因为血液黏稠、高血压、高脂血症等诱发的心脏和全身组织的出血性、缺血性病症。该类疾病不仅发病率极高，而且极易导致患者发生残疾，死亡风险极大，大部分症状为慢性病症。

心血管疾病的治疗通常以药物治疗为主，为了能够提升临床治疗效果，行之有效的护理服务是必不可少的。本次主要对选入的病例实施差异性的护理方案，对效果做组间对比，详情见下文。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究内容主要以心血管疾病的临床护理方面展开调研，均为社区接受治疗的病例，符合此次纳入要求有 80 例，患者就医时间为 2021 年 7 月，最晚为 2022 年 12 月。根据奇偶数进行组别分类，对照组男性患者与女患者都是 20 例，患者年龄不低于 37 岁，不高于 76 岁。观察组男性病例为 33 例，其余 7 例是女性病例，患者年龄在 37 岁至 74 岁之间。收集患者基础资料，如年龄、文化程度、家庭状况、病症程度等通过评估，无对比显著性（P ＞ 0.05）。

1.2 心血管疾病

1.2.1 心血管疾病概述

何为心血管疾病呢？临床上将心脏疾病、血管疾病等统称后叫做心血管疾病，其中有动脉粥样硬化、高血压等病症，患者出现此类病症后一般有胸闷、心肌等临床症状，重症患者在胸骨后有明显痛感、呼吸困难等表现，给患者的日常生活带来诸多不便。心血管疾病发病率极高，而且极易促使患者发生脑血管意外，所以，患有心血管疾病的患者较易发生残疾，而且死亡率极高。近些年医疗技术水平明显提升，心血管疾病治疗手段不断增多，但是依然有很多患者出现脑血管意外后无法自理生活。

1.2.2 心血管疾病的危害

患有心血管疾病的患者多以中老年人为主，人们的生活质量明显提升，生活更加智能化、便捷化，但是同时也促使人们的生活方式被改变，而且饮食结构和以往有很大的区别，这无疑促使心血管疾病患者越来越年轻化，对人们的生活、工作等带来很大的影响，而且对患者的生命安全有严重的危害性。如果被确定是心血管病症，会造成患者生理及心理承受极大的痛苦，而且患者及其家庭会面临沉重的经济压力，影响其生活品质。所以，心血管疾病是老年人、年轻人都应该重视的病症，日常生活中要积极预防心血管疾病，杜绝疾病的发生、发展 [1]。

1.2.3 心血管疾病的发生原因

医学领域对于心血管疾病进行了深入探究，并取得了显著的成功，促使此类疾病的治疗方法不断增多，然而我国心血管疾病患病数量只增不减，这是由于心血管疾病的产生因素不是一个原因造成，是多个因素长时间共同作用下，在一定程度上促使病症爆发，对于心血管疾病的防治，必须要充分了解其诱因，才能从根本上有效控制疾病，更能减少疾病发生率。

1.3 方法

对此次患者进行了针对性地护理服务，对照组基础护理，观察患者血压、血脂等各指标情况，根据医嘱指导患者正确用药。观察组为社区公共卫生护理。（1）健康宣教，将疾病相关知识进行搜集及整理，制作成健康知识手册，并发放给患者，设立健康热线电话，定期开展知识讲座等，对患者实施健康教育，提升患者疾病认知水平，并正确指导患者如何自我保健，纠正患者不良的生活习惯，让患者养成健康的生活方式。（2）运动护理。应该帮助患者提升体质，以患者的实际病情状况制定科学的运动方案，安排专人指导患者运动行为，并对患者运动强度及时间等进行合理规划，要求患者运动要适量，不可超负荷运动，否则会促使患者出现不良后果，如心力衰竭等。（3）饮食护理。对于心血管疾病患者需要告知其要减少盐分的摄入，一日摄入量不可超过 3 克，多吃水果、蔬菜，不可吃辛辣、刺激类饮食，禁烟禁酒，养成健康的生活习惯。（4）药物护理。需要对患者用药方面加以监督，要对患者进行定期家访，杜绝患者私自增减剂量，或者直接停药，确保患者能够坚持用药。（5）心理护理。应该通过精神、注意力转移等方式给予患者进行安抚、疏导，这样能够帮助患者改善不良情绪，而且可以减轻其心理压力。以患者的偏好及需求设置室内环境，定期开窗保证空气清新。对患者家属加强陪护指导，给其说明亲情对患者病情康复的重要性，让家属多陪护及支持患者 [5]。

1.4 观察指标

第一部分，对患者血压、血脂水平进行护理前后的比较。第二部分，观察此次患者有无发生心脏不适表现。第三部分，以生活质量评价指标量表对患者生活品质分析。

1.5 统计学处理

统计及计算数据资料时运用相关标化及 SPSS 20.0 统计学软件，各指标资料通过 t 测定，有显示比较数据为（P ＜ 0.05）。

2 结果

2.1 对照组及观察组患者的血脂、血压水平分析

在护理前，所有患者的血压、血脂水平明显不在正常指标范围内，促使患者出现各类临床表现，影响患者健康及生活质量，通过给患者进行临床护理后，

表 1 对照组和观察组患者血脂、血压水平分析分析（$\bar{x}$ ±s）

项目	时间	对照组	观察组	t	p
总胆固醇	护理前	7.03±0.55	7.04±0.54		
	护理后	6.12±0.52	5.19±0.45	8.5532	0.000
舒张压	护理前	94.22±9.43	94.18±9.42		
	护理后	89.44±8.33	82.23±7.18	4.1465	0.000
收缩压	护理前	170.09±14.39	170.10±14.40		
	护理后	159.99±13.22	139.54±10.01	7.7998	0.000

表 2 对照组和观察组研究对象心脏不适发生率对比分析 [n(%)]

组别	例数	心绞痛	心律不齐	心衰竭	总发生率
对照组	40	6（15.00）	5（12.50）	1（2.50）	12（30.00）
观察组	40	2（5.00）	1（2.50）	0（0.00）	3（3.70）

表 3 对照组和观察组患者生活质量评估对比分析（$\bar{x}$ ±s）

组别	例数	生理功能	情感能力	精神状态	社会功能
对照组	40	16.5±2.0	15.1±1.1	14.6±2.3	14.1±1.3
观察组	40	16.4±2.1	15.4±0.8	14.3±2.1	13.9±1.2
t		1.392	1.492	1.472	1.358
p		0.000	0.000	0.000	0.000

患者各项指标有明显改善，组间对比显示观察组患者基本恢复正常（P ＜ 0.05），见表 1。

2.2 对照组和观察组患者心脏不适的发生率

两组都有部分患者出现心脏不适情况，统计显示对照组出现病例偏多（P ＜ 0.05），详细情况见表 2。

2.3 对照组及观察组患者生活质量评估

对患者护理后的生活质量分析，显示观察组患者早期转归正常生活，生活质量佳（P ＜ 0.05），详细情况见表 3。

3 讨论

对于心血管疾病的治疗，多选择药物治疗为主，在给患者治疗期间配合针对性地护理服务，能够促进患者病情持续恶化。目前人们认知水平的提升，对护理要求更为苛刻，经过大量实践调查显示，社区公共卫生护理能够给患者提供更全面的护理服务，可以有效监督患者病情，加强健康宣教，提升患者疾病认知水平，有利于患者能够做好自我管理，对疾病的控制极为有益。

本次研究中对照组为基础护理，观察组是社区公共卫生护理。对护理后情况分析，调查显示观察组患者血压、血脂指标短时间内达到正常数值；生活质量方面，对照组评分较差。

总体来讲，对于心血管疾病防治过程中，选择社区公共卫生护理方案能够保证护理效果及质量，可帮助患者有效控制病情。

参考文献：

[1] 曹玉，王立玉，刘睿斯，徐婕，沈雁 . 基于肠道菌群探讨中医药防治心血管疾病的作用机制 [J/OL]. 中医药信息，2019(05):52-56.

[2] 林书旭，李平，陈小紫，龙竞伟，林明英，赵庆祥 . 社区老年人群心血管病流行病学调查、危险因素分析及防控措施研究 [J]. 解放军预防医学杂志 ,2019,37(07):51-52.

[3] 黄晓，鲍慧慧，程晓曙 . 透过大数据，立足流行病学调查后的思考——江西省心血管疾病防控诊疗任重道远 [J]. 江西医药 ,2020,53(11):1189-1192.

作者简介：

王秘（1989.12- ），女，汉，山东高青人，硕士，讲师，研究方向：护理教育。