

乡村振兴背景下农村老年慢病患者自我健康管理研究

刘欣^(通讯作者)1 王雅琪² 李雅南³ 范恬悦⁴ 王嘉慧⁵ 包彩虹^{6*}

(山东石油化工学院护理学院 山东 东营 257000)

【摘要】目的: 本文主要研究医养结合背景下社区医院老年慢病管理的现状。方法: 采用分组调查法, 设计老年慢病患者自我健康管理调查问卷, 对东营市的 50 名农村老年人进行社区入户随访调查, 并对问卷数据进行分析总结。结果: 发放并回收有效调研问卷 50 份。结果显示我国农村老年人慢性病患病率高达 60%, 且对慢性病了解甚少, 能够正确分析慢性病的老年人只有 4%。患病老人更是对正确服药观念差, 能够正确遵医嘱服药的只有 45%。结论: 老年慢病患者数量庞大, 且慢性病对老年人健康影响较大, 而农村老年人慢性病知识欠缺, 因此要加强对老年人慢性病防治、医疗、相关的生活习惯的科普与宣传工作, 推动老年慢病患者医养服务健康发展。

【关键词】农村老年患者; 慢性病; 自我健康管理

Research on Self-health Management of Rural Elderly Chronic Disease Patients under the Background of Rural Revitalization

Xin Liu^(Corresponding author)1 Yaqi Wang² Yanan Li³ Tianyue Fan⁴ Jiahui Wang⁵ Caihong Bao^{6*}

(School of Nursing, Shandong University of Petrochemical Technology, Dongying, Shandong, 257000)

[Abstract] Objective: This paper mainly studies the current situation of elderly chronic disease management in community hospitals under the background of combining medical care and nursing care. Methods: The self-health management questionnaire of elderly chronic disease patients was designed by using the community-based follow-up survey of 50 rural elderly people in Dongying city, and the questionnaire data were analyzed and summarized. Results: 50 valid research questionnaires were distributed and collected. The results showed that the prevalence of chronic diseases in the elderly in rural China is as high as 60%, and very little is known about chronic diseases, and only 4% of the elderly can correctly analyze chronic diseases. The sick elderly have a poor concept of correct medicine, and only 45% can correctly follow the doctor's advice. Conclusion: the number of elderly patients with chronic diseases is large, and chronic diseases have a great impact on the health of the elderly, while the rural elderly lack the knowledge of chronic diseases. Therefore, it is necessary to strengthen the science popularization and publicity of the elderly chronic diseases prevention and treatment, medical treatment and related living habits, and promote the healthy development of medical care services for the elderly patients with chronic diseases.

[Key words] Rural elderly patients; chronic diseases; self-health management

1 研究背景

根据 2019 年中国统计年鉴统计, 截至 2018 年我国 65 岁及以上的人口已经达到 1.67 亿, 已接近总人口的 12%^[1]。根据 2017 年度全山东省 1% 人口抽样调查数据得出, 东营市 2017 年年底 65 岁及以上人口已达到 31.73 万, 占常住人口的 14.73%, 在二百多万人口的背景下, 我市已经向深度老龄化社会发展。随着人口老龄化状况的出现和加剧, 老年人对医老养老服务需要量加大, 医养结合势在必行。但是目前我国的医院和社区养老机构属于独立进行的两个个体, 不能完美的结合在一起, 医院及社区养老机构信息不能有效对接, 资源设备方面相差水平较大, 当老年人在日常生活与健康方面出现问题时, 不仅得不到及时的帮助还出现了来回奔波的处境, 所以老年人只能在家、医院以及社区之间来回寻求帮助^[2]。

虽然我国现有的传统养老模式大体上能够满足老年人的日常生活需求, 但慢性病病人仍然是一个庞大的群体, 慢性病的出现与发展, 与病人的生活、饮食等有不可或缺的联系, 由于老年人爆发慢性疾病的概率高, 对养生保健、康复护理的需求日益增加, 为了保障老年人的生活质量, 养老不能只停留在衣食住行层面, 更要解决在疾病预防跟预后的问题。因此老年慢病患者自我健康管理尤为重要。

2 发展现状

目前我国对老年人健康的管理主要集中在心理健康管理、生活方式的管理、慢性病多发病的管理、以及建立信息管理平台等来保障老年人的健康。以美国、日本和德国等为

代表的发达国家在慢病自我健康管理上起步早、发展充分, 形成了较为成熟的慢病管理模式。比如美国则采用了 MTM 管理模式, 通过了解个人用药记录来判断患者是否有吃重复, 过量或相克药物, 从而保证用药依从性 [3]。

3 研究方法及结果讨论

3.1 研究方法

3.1.1 调查对象

采用分组调查法, 2021 年 8 月到 9 月, 对东营市的 50 名农村老年人进行社区入户随访问卷调查。纳入标准: 年龄在 60 岁以上, 意识清楚, 愿意配合者。此次调查共收回问卷 50 份, 有效问卷为 50 份, 有效率为 100%。

3.1.2 调查方法与内容

结合文献分析相关理论知识, 设计《农村老年慢病患者自我健康管理调查问卷》进行调查。此次问卷内容包括年龄, 性别是否存在慢性病及相关生活方式及健康问题等方面。

3.2 结果

表 1 农村老年慢病患者自我健康管理调查问卷

3.3 讨论

据本次调查结果显示, 患者比较欠缺的是行为管理、治疗和心理调节方面的知识和技能, 同时绝大部分人对于自我管理活动持肯定态度, 并愿意在卫生专业人员的参与下, 继续参加此项活动。被调查者对慢性病了解较少, 能够了解慢性病的只有 54%。甚至有 6% 的慢性病患者未服药。34% 的被调查者不能做到每年体检。还有 18% 的患者不知如何获取健康信息, 20% 的患者无法判断健康信息是否跟自身疾病

表 1 农村老年慢病患者自我健康管理调查问卷

项目		人数	构成比(%)	项目		人数	构成比(%)
性别	男	25	50%	家人是否关心您的健康状况	随时关注, 并鼓励体检	38	76%
	女	25	50%		偶尔关注	10	20%
年龄	60-70 岁	20	40%	多久与伙伴出门一次	不会关注	2	4%
	70-79 岁	25	50%		每天	25	50%
	>80 岁	5	10%		每周至少一次	12	24%
是否了解过慢性病	了解	27	54%	身体不适时, 就诊地点	每月至少一次	9	18%
	不太了解	19	38%		几乎不出门	4	8%
	从未了解	4	8%		市属医院	13	26%
是否有慢性病, 并遵医嘱服药	有慢性病, 在服药	27	54%	知道疾病轻重缓急, 并清楚就医科室	区医院	10	20%
	有慢性病, 未服药	3	6%		镇卫生院	13	26%
	没有慢性病	17	34%		村卫生室	14	28%
是否每年参加体检	不清楚	3	6%	是否知道什么是健康的行为和生活方式	能够分析所有	2	4%
	每年都去	33	66%		能够分析部分	39	78%
	去, 但没有每年都去	13	26%		不能够分析	9	18%
知道从哪获得健康信息	从未去过	3	6%	愿意主动寻求所需健康信息	知道并付出行动	28	56%
	不清楚	1	2%		知道, 但未付出行动	15	30%
	知道, 并愿意去获取	31	62%		不知道	7	14%
是否能判断与您相关的健康信息	知道, 但不愿意获取	10	20%	是否追求个人健康, 并努力实现	愿意	45	90%
	不知道如何获取	9	18%		不愿意	0	0%
	能判断所有信息	5	10%		不清楚	5	10%
能否预测个人行为等对个人健康的影响	能判断部分信息	35	70%	医务人员能否提供连续健康服务	是, 并付出行动	24	48%
	不能判断	10	20%		是, 但未付出行动	16	32%
	能够预测全部	3	6%		不会	5	10%
能否合理安排饮食	能够预测部分	42	84%	可以提供优质服务	可以提供优质服务	27	54%
	不能预测	5	10%		可以提供合理服务	21	42%
	能, 并能严格执行	12	24%		不能够提供	2	4%
	能, 但不能完全执行	29	58%				
	能, 但几乎不能执行	3	6%				
	不清楚	6	12%				

相关。58% 的患者不能完全执行合理饮食, 18% 的患者无法分清疾病的轻重缓急。科学的自我健康管理及健康的生活方式是预防和控制慢性病最有效的方法。因此, 提高农村老年慢病自我管理刻不容缓。

4 自我健康管理方案

4.1 建立社区自我管理小组

以居住在乡村确诊糖尿病、高血压等慢性病的老年患者为基础, 向他们发出邀请, 参加自我管理小组。一个小组, 5~6 人为宜。且最好以年龄段来划分小组, 根据患者群体的实际情况, 以 10 岁或 20 岁为一个年龄段。每个小组选择一名小组长, 要求能进行良好的自我管理。一个小组配备一个专业的医生, 医生需要大致了解组内每个成员的身体情况并做统计。

4.2 开启医院社区养老机构追踪管理

在建立社区自我管理小组的基础上, 患者已经对自己的身体情况有了一个明确的了解, 并且可以正确的被指导完成康复治疗及自控监测。

4.3 加强社区宣传力度

调查显示农村老年慢病患者自我管理仍面临不少实际问题, 主要是知识、技能的匮乏, 因此社区要加强有效的宣传, 建立良好的群众基础, 充足的人力资源, 良好的环境支持和经费保障, 推动农村老年慢性病患者自我管理模式的深入、广泛和可持续发展。

5 结论

以社区管理为枢纽, 连接个人与医院, 为老年慢性病患

者提供综合的、连续的、适宜的、整合型医养服务; 结合实际, 科学分组, 宣教健康知识, 加强信心; 对其进行专业生活指导, 及时跟进, 提高医养效果, 巩固愈率。与医院共享健康档案, 更好, 更精准的制定与实施医养方案。自我护理, 社区管理, 医院医疗, 有机结合, 更好的满足老年慢病患者多层次、多样化的健康养老服务需求。

参考文献:

- [1] 郑函, 王梦苑, 赵育新. 我国“医养结合”养老模式发展现状、问题及对策分析 [J]. 中国公共卫生, 2019,35(4):512-515
- [2] 吴玲, 王振山, 曲国红, 等. 医养结合模式下老年患者慢病管理和药学服务需求调查 [J]. 中国医药导刊, 2019,21(10):610-614
- [3] 廖生武, 朱宏, 谭碧慧. 社区老年慢性病人群“互联网+医养结合”健康管理服务的困境及对策 [J]. 中国全科医学, 2019,22(7):31-37

基金项目: 山东石油化工学院大学生创新创业训练计划项目资助, 乡村振兴背景下农村老年慢病患者自我健康管理研究, 2021125。

通讯作者简介:

姓名: 刘欣, 女, 出生年月: 1991.09, 民族: 汉, 籍贯: 山东青岛, 职称: 讲师, 学历: 硕士, 研究方向: 药学。

作者简介:

姓名: 王雅琪, 性别: 女, 出生年月: 2000.12, 民族: 汉, 籍贯: 山东东营, 职称: 学生, 学历: 本科, 研究方向: 护理学。