

自我管理教育模式在冠心病合并高血压患者护理中应用的可行性

郑永杰

兴安盟人民医院 内蒙古兴安盟 137400

【摘要】本研究旨在探究将自我管理教育模式应用于冠心病合并高血压患者护理的可行性。研究选取 80 例冠心病高血压患者作为研究对象,时间跨度为 2019 年 1 月至 2021 年 1 月。为了进行有效的观察和分析,我们将这 80 例患者按 1:1 的比例随机分为两组。在护理干预前,我们对观察组和对照组进行了健康知识评估,发现两组之间无显著性差异。但在干预后,我们观察到观察组在健康知识掌握方面的得分有了显著提高,与对照组相比有统计学意义 ($P < 0.05$)。此外,我们还发现,干预后,观察组和对照组的收缩压和舒张压均显著下降,表明干预措施是有效的。相比之下,观察组的血压水平低于对照组,差异也有统计学意义 ($P < 0.05$)。综上,我们的研究结果表明,在冠心病合并高血压患者的护理中,自我管理教育模式具有较高的应用价值。其可有效提高患者的健康知识掌握程度,改善血压水平,因此可以在临床护理中推广和普及。

【关键词】自我管理教育模式;冠心病合并高血压患者;护理应用;可行性

Feasibility of self-management education model in nursing of patients with coronary heart disease complicated with hypertension

Zheng Yongjie

Hinggan League People's Hospital Inner Mongolia Hinggan League 137400

Abstract: The purpose of this study was to explore the feasibility of applying self-management education model to the nursing of patients with coronary heart disease and hypertension. A total of 80 patients with coronary artery disease and hypertension were selected as subjects, with a time span from January 2019 to January 2021. For effective observation and analysis, the 80 patients were randomly divided into two groups in a 1:1 ratio. Prior to the nursing intervention, we assessed the health knowledge of the observation and control groups and found no significant differences between the two groups. However, after the intervention, we observed that the score of health knowledge mastery in the observation group was significantly improved, which was statistically significant compared with the control group ($P < 0.05$). In addition, we also found that systolic and diastolic blood pressure decreased significantly in both the observation and control groups after the intervention, indicating that the intervention was effective. In contrast, the blood pressure level of the observation group was lower than that of the control group, and the difference was also statistically significant ($P < 0.05$). In conclusion, our findings indicate that self-management education model has high application value in the nursing of patients with coronary heart disease complicated with hypertension. It can effectively improve the health knowledge of patients and improve the level of blood pressure, so it can be popularized in clinical nursing.

【Key words】self-management education model; Coronary heart disease with hypertension; Nursing application; feasibility

引言

冠心病合并高血压病症是一种常见的心血管疾病,尤其是中老年患者高发。该疾病的主要原因是冠状动脉粥样硬化性狭窄或闭塞。一旦冠状动脉发生变化,会导致心肌缺血或坏死,严重影响患者的健康状况。因此,尽早治疗非常关键,以防止患者面临各种并发症,高血压是其中的一种常见并发症。治疗冠心病合并高血压病症需要长时间的耐心和坚持。在治疗期间,患者的不规律饮食习惯和不健康的生活方式会对病情产生不良影响。因此,通过提高患者的自我管理能力和意识,患者可以根据自已的需求和病情制定合适的饮食和生活习惯,进而控制血压和疾病的发展。对于患有冠心病合并高血压病症的患者,自我管理是非常重要的。通过患者对自身的管理,控制血压,认真维护患者的身体健康,才能够达到理想的治疗效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

为了对本研究进行对比分析,我们选取了 80 例符合条件的患者作为研究对象。时间跨度从 2019 年 1 月到 2021 年 1 月。将这些患者按 1:1 的比例随机分为对照组和观察组。对照组包括 40 例患者,男女比例为 22:18,平均年龄 62.51 岁,病程 1~4 年,平均 2.51 年。观察组还包括 40 例患者,男女比例为 21:19,平均年龄 62.481 岁,病程 1~4 年,平均 2.18 年。基础资料分析结果显示,两组在年龄、病程、性别上无明显差异,具有可比性。为了保证研究的严谨性和准确性,我们设置了纳入标准和排除标准。纳入标准包括以下条件:患者明确了解研究目的,自愿参与并同意接受相应的护理干预;患者病情明确,病程一年以上,干预时间一个月以上。排除标准包括以下情况:精神疾病患者;恶性肿瘤患者;患者不愿配合护理或依从性差。这样的多重纳入和排除标准可以最大程度的保证研究的严谨性和可靠性,为我们的研究结果提供了有力的支持。该研究旨在探究自我管理教育模式在冠心病合并高血压患者护理中的可行性。通过仔细的数据收集和对比分析,我们相信将能够得出科学严谨

的结论,从而促进该疾病的治疗效果。

1.2 方法

为了实现自我管理教育模式对冠心病合并高血压患者护理的应用,我们对 80 名患者进行了对比研究。时间跨度为 2019 年 1 月至 2021 年 1 月,将患者随机分成两组,每组 40 人。对照组采用常规护理,而观察组实施自我管理教育模式。观察组自我管理教育模式的具体内容根据以下三个方面设计。首先,护理教育小组会组建专业人员,接受适当的培训,根据护理风险提供相应的解决方案。其次,在患者入院第 1 天,建立专门案例,并制定针对患者的教育方案。该教育方案具体包括健康教育、鼓励自我护理信念的阶段性措施以及饮食与运动干预措施等。最后,该教育方案的具体实施则包括团体宣教、一对一宣教、发放健康知识宣教手册、张贴海报等方式,让患者通过多种方法理解疾病的自我管理与防治。所推荐的措施还包括采用正性引导法,为患者培养正确、积极、乐观的自我价值和认同感,以及观察患者饮食规律和运动情况,并根据其爱好、兴趣、口味和病情进行相应的饮食与运动干预,提高患者依从性。最后,基于以上内容,我们期望自我管理教育模式能帮助冠心病合并高血压患者更好地了解自身情况,获得预防和治疗所需的必要知识,更高效的培养自我管理技巧及信念。这可以有效地促进疾病的治疗,并提高患者的生活质量。

1.3 观察指标

在这项研究中,我们比较了两组冠心病合并高血压患者在接受不同护理干预措施后的健康状况和血压控制情况。为了评估患者对疾病的认知水平和掌握情况,我们使用了问卷调查的方式,在患者接受护理前后对其在疾病相关常识、饮食、运动、药物使用等方面的知识进行了评估,总分为 100 分。除此之外,我们还对患者的舒张压和收缩压进行监测,以了解其血压控制情况。

1.4 统计学方法

我们对受试者收集的数据进行了统计分析。在测量数据处理过程中,我们用平均值和标准差($\bar{x} \pm s$)来表示数据的分布。在统计数据的过程中,我们用百分比(%)来描述数据所占的比例。为了检验数据之间的差异是否具有统计学意义,我们采用 χ^2 检验方法。当 p 值小于 0.05 时,差异可能有统计学意义;当 p 值大于 0.05 时,差异没有统计学意义。通过这种分析方法,可以准确评价数据之间的差异,为研究结果提供有力的统计支持。

2 结果

2.1 健康知识掌握程度

我们对护理干预前的两组健康知识掌握程度进行了比较。结果显示,观察组和对照组的平均分别为(60.45 \pm 2.15)分和(60.58 \pm 2.25)分,差异不具有统计学意义($P>0.05$),即两组患者在护理干预前的健康知识掌握情况相似。在护理干预后,我们对观察组和对照组的健康知识掌握情况进行了再次评估。结果表明,观察组患者的健康知识掌握得分为(90.45 \pm 3.05)分,对照组患者得分为(81.37 \pm 2.06)分,两组之间的差异显著,

具有统计学意义($P<0.05$)。这说明自我管理教育模式的实施,能够显著提高冠心病合并高血压患者的健康知识水平。而对照组患者的知识水平提高幅度较小,意味着传统护理干预方式对患者的知识掌握效果有限。

2.2 血压控制情况

两组患者的舒张压和收缩压水平。结果显示,两组患者的血压均有明显下降,且观察组的血压水平明显低于对照组,两组之间的差异具有统计学意义($P<0.05$),具体结果可见表 1。这一发现表明,观察组接受的护理干预措施在血压控制方面具有显著优势,可以为治疗高血压提供新的思路和方法。

表 1 血压控制情况($\bar{x} \pm s$)

组别	舒张压(mmHg)		收缩压(mmHg)	
	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=40)	100.25 \pm 3.57	85.57 \pm 2.54*	158.33 \pm 8.47	120.57 \pm 5.42*
对照组 (n=40)	100.51 \pm 4.37	93.32 \pm 3.24*	159.34 \pm 9.51	140.55 \pm 5.38*
t	1.041	8.511	1.726	15.006
P	0.205	0.010	0.228	0.001

注:与护理前比较,* $P<0.05$ 。

3 讨论

冠心病合并高血压是一种较为常见的慢性心血管疾病,其疾病发生率逐年升高,给患者的生活和心理造成了一定程度的负担和痛苦。因此,在患者的治疗和康复过程中,护理干预具有非常重要的作用。全面护理是冠心病合并高血压患者护理过程中的关键环节,包括心理护理、环境管理、饮食护理和健康教育等方面的内容。在护理干预期间,我们应该注重患者的心理健康,为他们提供安全舒适的环境。心理护理可以通过对患者进行关爱和情感倾听来缓解其紧张和焦虑情绪,促进患者更好地配合治疗。同时,在饮食护理方面,我们应为患者提供饮食指导和营养丰富的食物,以强化其免疫力和促进康复。在健康教育方面,我们可以帮助患者树立健康的生活方式和行为习惯,提高治疗的依从性和遵医行为。这可以促进血压的控制和改善心功能,让患者获得更好的生活质量。

结束语

综上所述,通过全面护理措施和心理、环境、饮食和健康教育的综合干预,我们可以帮助冠心病合并高血压患者更好地治疗和康复,提高他们的生活质量和幸福感。

参考文献:

- [1]常艳.针对性护理干预对冠心病合并高血压老年患者血脂相关指标的影响评价研究[J].当代临床医刊,2020,33(01):33-34.
- [2]陈红霞.自我管理教育模式在 29 例冠心病合并高血压护理中的应用研究[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(74):337+339.
- [3]陈玉娜,马平均.冠心病合并高血压护理中自我管理教育模式的临床应用效果观察[J].首都食品与医药,2019,26(08):161.
- [4]杨婷,王梓婷.自我管理教育模式在冠心病合并高血压护理工作中的应用效果[J].名医,2018(12):142.
- [5]徐珍娣.自我管理教育模式在冠心病合并高血压护理工作中的应用效果[J].心血管病防治知识(学术版),2018(22):109-110.