

# 社区高血压患者行为及服药依从性的社区护理干预效果分析

束丽黎

上海市黄浦区打浦桥街道社区卫生服务中心 上海 200023

**【摘要】**目的：探究社区护理对社区高血压患者行为及服药依从性的效果。方法：抽选82例本社区高血压患者，进行为期6个月社区护理，分析护理前后患者血压改善、服药依从性等情况。结果：在无其他因素的干扰之下，护理后患者整体情况优于护理前， $P < 0.05$ 。结论：高血压是无法治愈的慢性疾病，患者需长期接受治疗，需要对社区高血压患者的身心健康予以关注。社区护理干预的优势明显，能增强护理的有效性，增强患者疾病知识认知度和健康意识，防止不良事件发生，避免患者病情加重，值得临床推广。

**【关键词】**：高血压；社区护理；服药依从性；干预效果

## Effect analysis of community nursing intervention on behavior and medication compliance of community hypertension patients

Lili Shu

Community Health Service Center Dapuqiao Street Huangpu District Shanghai Shanghai 200023

**Abstract:** Objective: To explore the effect of community nursing on the behavior and medication compliance of community hypertension patients. Methods: A total of 82 patients with hypertension were selected for community nursing for 6 months. The improvement of blood pressure and medication compliance were analyzed before and after nursing. Results: Without the interference of other factors, the overall condition of patients after nursing was better than that before nursing,  $P < 0.05$ . Conclusion: Hypertension is a chronic disease that cannot be cured. Patients need long-term treatment. Attention should be paid to the physical and mental health of hypertension patients in community. Community nursing intervention has obvious advantages, which can enhance the effectiveness of nursing, enhance patients' awareness of disease knowledge and health awareness, prevent adverse events and avoid patients' illness aggravation, and is worthy of clinical promotion.

**Keywords:** Hypertension; Community care; Medication compliance; Effect of intervention

高血压疾病一般病程较长，该病主要发病因素有家族遗传、吸烟酗酒、熬夜等，高血压患者血压超标常导致靶器官功能损伤，对心脏、大脑、血液循环系统等器官造成伤害，需及时进行降压治疗。除了药物治疗外，还需对患者进行健康指导，使患者保持健康生活习惯，保障低盐低脂饮食，多进行运动并保持心态平衡<sup>[1]</sup>。社区护理干预旨在改变患者行为及习惯，能够根据患者具体情况对其实施综合性干预，以促进疾病治疗，能够有效缓解患者病情，保障患者生命健康与安全。本次分析社区护理对高血压患者行为及服药依从性的影响，现将有关讨论及结果汇报如下：

### 1 资料和方法

#### 1.1 资料

本次研究将82例本社区高血压患者，男性45例，女性37例，年龄为54至75岁，均龄 $(60.89 \pm 0.14)$ 岁，所有患者基本资料无显著差异。

#### 1.2 研究方法

对82例患者实施社区护理干预，回顾分析患者护理前的临床资料，具体社区护理干预措施如下：

(1) 建立社区护理小组：在社区卫生服务中心门诊组建护理小组，集中对高血压疾病护理过程中的具体问题进行分析，找出问题产生的根源，从而为从根本上解决问题提供支持，积极寻找解决问题的对策，防范护理风险。护理小组首先将患者资料归档，建立档案库，将所有患者的资料全部进行归档，做好检测工作，便于了解、查询患者的血糖、血压等检测状况和结果<sup>[2]</sup>。

(2) 开展教育培训：由于多数患者缺乏对疾病以及自身情况正确的认识，对治疗及护理产生抗拒心理，使得病情延误，要定期进行社区随访或会诊，并开展健康宣教活动，引导患者形成积极的就医态度。护理人员对患者进行充分护理评估，重点教育高血压特点、病因及危害，严格监测患者血压，让其明确高血压可预防，使患者了解高血压药物的疗效和副作用，同时对家属进行疾病知识、血压监测与家庭护理能力培训。并且社区卫生服务中心还可定期开展专家讲座，帮助患者了解高血压疾病患病的内在体质、外在环境等相关因素，使患者对高血压的发病症状、并发症产生机制持有正确的认知，避免不良事件的发生率。

(3) 加强疾病知识宣传：就社区公告栏张贴血压检测相

关通知及治疗相关注意事项,由护理人员向患者发放疾病预防及控制知识手册。

(4) 饮食指导:解决当前迫切问题,帮助患者建立健康的生活习惯,分析患者病情加重的诱发因素,使其自觉避免此类不良行为发生。组织社区高血压知识学习活动,告知患者正确用药的重要性,指导患者按时、按量用药,禁止患者自行换药、停药;根据患者身高、性别、体重及体力活动强度进行分析,为患者制定科学饮食计划,指导患者清淡饮食,多食低脂、膳食纤维丰富的食物,多吃新鲜蔬果、海鱼等,保证蛋白质摄入,帮助钠排泄,避免过量摄入盐分,避免盐分过多造成水钠潴留加强血管反应性,进而导致血压升高,告知患者戒烟、酒。

(5) 运动指导:护理人员根据患者身体状况、病情及爱好,制定个性化运动方案,患者多进行有氧运动,适量打太极、慢走等,以促进代谢、加速血液循环,切忌过激的运动方式而引起血压升高,病情较重时不可锻炼,同时提醒患者要规律作息,保障睡眠时间。

(6) 心理干预:每位患者学历、性格、家庭背景等有明显差异,其心理状况会有不同,且高血压患者需长期接受治疗,患者容易形成焦虑、烦躁等消极情绪,护理人员定期对患者进行面对面访问,经过综合评估,分析患者心理需求,使患者感受到尊重与理解,告知患者积极配合治疗及护理则会有效改善疾病症状<sup>[3]</sup>。可指导患者在进食后保持静坐,通过阅读或用冥想放松疗法进行心理调节,提醒患者家属多予以患者鼓励和陪伴,使患者保持积极乐观的生活态度,避免精神上高度紧张、情感上过于脆弱。可通过组织病友座谈会的形式,使各位患者分享各自的生活,以及日常自我管理护理经验,患者之间相互扶持,为彼此树立起治疗的信心

(7) 风险评估:护理人员积极接收患者反馈信息,并通过建立跟踪记录,调查患者身体各项指标,了解患者病症是否排除,并对患者现阶段的风险进行评估,提醒患者相关注意事项,减小患者发生并发症的风险,护理小组通过组织会议对患者反馈意见和信息进行逐一分析,找出常见问题并提出解决措施。监督患者测量血压,教会患者高血压相关症状判断技巧,患者能对自身病情做初步判断,并提醒患者按时到门诊进行复查。

(8) 风险管理:定期组织培训活动或专家讲座,安排护理人员进行集中培训,护理人员学习高血压疾病专业知识以及社区高血压患者护理的具体原则和方法,并且严格把关患者用药等方面的问题。提升护理人员的专业素养和技能水平,保障对患者护理的准确性,从而有效防范护理过程中的风险,进一步控制高血压患者病情,提高患者满意度。同时要根据护理人员经验、能力等分配工作,采用权责分明的制度,建立责任机制,明确工作职责,细化工作措施,保证所有护理人员各司其职。

(9) 患者家庭访视:护理人员进行家庭访视,上门访视首先确认患者身份,并自我介绍,说明来意,评估患者家庭环境、家庭结构等,与患者家属交流。要本着对患者负责的原则展开工作,沟通中注意语音清晰和措辞准确,应用通俗易懂语言,对于不确定的问题不予以盲目回答,获取家属的信任和支持,使社区护理服务延伸至患者家庭<sup>[4]</sup>。

### 1.3 统计学方法

用 SPSS 26.0 软件处理。计量、计数资料行 t、x 检验,  $P < 0.05$  有统计学意义。

## 2 结果

据统计数据,护理后患者血压改善情况优于护理前,  $P < 0.05$ , 具体数据见表 1:

表 1 护理前后血压情况比较 (分,  $\bar{x} \pm s$ )

| 组别         | 收缩压       | 舒张压       |
|------------|-----------|-----------|
| 护理前 (n=82) | 162.1±8.6 | 106.2±5.7 |
| 护理后 (n=82) | 133.3±6.1 | 81.8±3.5  |
| t          | /         | /         |
| P          | <0.05     | <0.05     |

据统计数据,护理后患者服药依从性高于护理前,  $P < 0.05$ , 具体数据见表 2:

表 2 护理前后患者服药依从性比较 (n, %)

| 组别  | 护理前        | 护理后        | X <sup>2</sup> | P     |
|-----|------------|------------|----------------|-------|
| 例数  | 82         | 82         | /              | /     |
| 优   | 24 (29.27) | 30 (36.59) | /              | <0.05 |
| 良   | 16 (19.51) | 26 (31.71) | /              | <0.05 |
| 中   | 13 (15.85) | 21 (25.61) | /              | <0.05 |
| 差   | 17 (20.73) | 5 (6.10)   | /              | <0.05 |
| 依从性 | 60 (73.17) | 77 (93.90) | /              | <0.05 |

据统计数据,护理后患者生活质量优于护理前,  $P < 0.05$ , 具体数据见表 3:

表 3 护理前后患者生活质量比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

| 组别   | 护理前         | 护理后         | t | P     |
|------|-------------|-------------|---|-------|
| 例数   | 82          | 82          | / | /     |
| 躯体功能 | 64.58±14.31 | 76.47±11.42 | / | <0.05 |
| 社会功能 | 65.83±14.72 | 78.34±15.51 | / | <0.05 |

|        |             |             |   |       |
|--------|-------------|-------------|---|-------|
| 情绪功能   | 65.26±11.38 | 79.38±13.29 | / | <0.05 |
| 心理功能   | 65.31±10.27 | 77.94±11.56 | / | <0.05 |
| 整体生活质量 | 74.32±15.13 | 89.86±16.89 | / | <0.05 |

### 3 结论

高血压病是一种多发疾病，治疗难度较大，患者可通过健康的生活方式控制血压，必要时需及时就医治疗，除科学治疗外，还应增强患者自我效能，巩固治疗效果。随着社会不断发展，大众对医疗卫生服务提出更高要求，目前各社区卫生中心已开始运用更加优质的护理措施对社区患者进行干预，加强对社区患者的身体及心理状况的关注，帮助患者病情得到有效改善。社区护理干预是一种科学有效的干预方法，具有针对性强、专业性强的特点，通过健康教育、饮食指导、心理干预等一系列措施，提高患者疾病知识认知度，增强患者能动性，改善患

者遵医行为，控制患者病情发展<sup>[5]</sup>。同时，社区护理干预要求护理人员具备较高的综合能力、强烈的责任感以及团队协作的精神，在护理计划实施的过程中需不断学习，定期参加培训，提升自身专业素养，全面掌握高血压疾病的专业知识以及患者的护理原则，需要不断改进工作上的不足，与时俱进，及时更新观念，摒弃不合规范的标准，为社区护理干预注入新的理念。根据本研究结果可得出，社区护理干预实施后患者整体情况优于护理前，且各项数据表明，社区护理干预的优势明显，具有极大的发展前景与前进性意义。可得出结论，社区护理干预加强对高血压疾病相关知识的宣传，使患者对疾病有一个基本的认识，能提高患者服药依从性，同时能够优化护理的质量和水平，巩固治疗的效果，促使治疗效果达到最佳，有效控制患者病情，能够减少意外事件的发生概率，保障患者的健康与安全，得到广泛认可，值得推广。

### 参考文献：

- [1] 王莹.社区护理对老年高血压患者服药依从性的影响[J].中国城乡企业卫生,2021,36(07):90-91.
- [2] 潘冬青.社区护理干预对于社区高血压患者服药依从性的影响研究[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(18):8-9.
- [3] 董丽华,魏军.社区护理干预对于社区高血压患者服药依从性的影响研究[J].医学食疗与健康,2020,18(04):121-122.
- [4] 曾悦.社区高血压患者行为及服药依从性的社区护理干预效果观察[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(47):101+107.
- [5] 顾黎敏.社区高血压患者行为及服药依从性的社区护理干预效果观察[J].世界最新医学信息文摘,2017,17(08):198-199.