

# 心理护理用于高血压患者中的效果

刘晴

浏阳市集里医院 湖南 长沙 430100

**【摘要】：目的：**探究高血压患者护理中采取心理护理的效果。**方法：**纳入到本次研究的对象为高血压患者，均在2022年2月-2023年2月期间收治，共计110例。以随机数字表法分为实验组及参考组，其中参考组（n=55）行常规护理，实验组（n=55）在常规护理基础上行心理护理。比较分析2组护理效果。**结果：**实验组护理后焦虑、抑郁评分低（ $P<0.05$ ）。实验组治疗依从性高（ $P<0.05$ ）。实验组生活质量高（ $P<0.05$ ）。实验组护理满意度高（ $P<0.05$ ）。**结论：**在高血压患者护理期间采取心理护理效果明显，可缓解其负面情绪，有助于提高其治疗依从性。同时可促进其生活质量提升，为此患者较为满意。可见该方法值得推广于临床。

**【关键词】：**心理护理；高血压；焦虑、抑郁；治疗依从性；生活质量；护理满意度

## Effect of Psychological Nursing in Patients with Hypertension

Qing Liu

Liuyang Jili Hospital, Hunan Changsha 430100

**Abstract:**Objective: To explore the effect of psychological nursing in hypertension patients. Methods: The subjects included in this study were hypertensive patients, who were treated from February 2022 to February 2023, a total of 110 cases. Randomized number table method was used to divide into experimental group and reference group. The reference group (n=55) received routine nursing, and the experimental group (n=55) received psychological nursing on the basis of routine nursing. Compare and analyze the nursing effect of the two groups. Results: The scores of anxiety and depression after nursing in the experimental group were low ( $P<0.05$ ). The treatment compliance of the experimental group was high ( $P<0.05$ ). The quality of life in the experimental group was high ( $P<0.05$ ). The nursing satisfaction of the experimental group was high ( $P<0.05$ ). Conclusion: Psychological nursing has obvious effect on hypertension patients during nursing, which can alleviate their negative emotions and help improve their treatment compliance. At the same time, it can promote the improvement of their quality of life, for which patients are more satisfied. It can be seen that this method is worth popularizing in clinic.

**Keywords:** Psychological nursing; Hypertension; Anxiety and depression; Treatment compliance; Quality of life; Nursing satisfaction

高血压是临床上常见的一种慢性终身性疾病，此病具有较高的发生率，若不采取及时有效的治疗控制，则会并发其他严重性疾病，严重情况下可危及患者的生命<sup>[1]</sup>。该病在治疗中多采取药物控制血压，由于患者常因自身病因，及长期服用药物，加之可并发较多的并发症，加剧其痛苦，以致于其出现负面情绪，这对其治疗效果及预后形成不利的影响。伴随我国社会经济的飞速发展，人们的生活得到日益提升，在丰富的物质生活之下，人们对于医疗服务的要求也随之提高，人们不再仅限于生理上的护理需求，心理护理也逐渐成为临床护理中的一项重点。为了提高高血压患者的治疗依从性，促进其治疗效果及预后，本次纳入到本次研究的对象为高血压患者，均在2022年2月-2023年2月期间收治，共计110例。探究高血压患者护理中采取心理护理的效果。结果见下文。

### 1 资料与方法

#### 1.1 基础资料

纳入到本次研究的对象为高血压患者，均在2022年2月-2023年2月期间收治，共计110例。以随机数字表法分为实验组及参考组，其中参考组（n=55）行常规护理，实验组（n=55）在常规护理基础上行心理护理。本次所纳入的患者基础资料完整，经诊断后符合高血压诊断标准。向患者及家属表明此次研究本意之后，能够主动参与此次研究。排除存在心、脑、肾等器官严重性疾病者，精神疾

病者，认知障碍者，以及因其他因素不能配合本次研究者。实验组男、女分别为26例、29例，年龄45-78岁，均值（ $64.32\pm 2.14$ ）岁。参考组男、女分别为25例、30例，年龄47-79岁，均值（ $64.57\pm 2.65$ ）岁。以上资料比较差异无法满足统计学含义（ $P>0.05$ ）。

#### 1.2 方法

##### 1.2.1 参考组

此组采取常规护理，方法如下：

（1）健康知识：护理人员根据患者的文化水平及病情采取相应的健康教育，可通过发放健康手册，一对一讲解等方法进行教育，教育内容为病因、症状、治疗方法、护理方法及相关注意事项等，促使患者及家属能够对相关知识予以掌握，提升其治疗信心。

（2）生活指导：给予患者饮食指导，嘱咐其饮食要以清淡、易消化为主，不吃高盐、高糖、高脂等食物。平时注意增加饮水，保持大便通畅。嘱咐其养成良好的生活习惯。日常进行适当的运动。

（3）药物指导：给予患者药物指导，向其说明遵医嘱服用药物的重要性，使其能够积极用药，为其讲解药物服用方法、剂量等，避免出现服用错误。嘱咐其在用药期间有不适，需要告知医护人员。

##### 1.2.2 实验组

此组在常规护理基础上采取心理护理，方法如下：

(1) 患者入院后,以热情和蔼的态度为其介绍医院环境,以消除其陌生感。护理人员要多和患者交流,全面了解其的基本信息,通过这种方式拉近和患者之间的关系,构建良好的护患关系,取得患者和家属的积极合作和信任。

(2) 护理人员为患者积极介绍高血压相关知识,促使其能够对相关知识予以掌握,提升其自我控制意识的的能力,向其说明负面情绪对其病情的影响,使其能够怀以良好的心态面对自身病情。

(3) 负面情绪能够造成血压增加,为此护理人员需要持续关注患者的心理情况,给予患者鼓励和安慰,并指导其自行疏解情绪,如可经听音乐、聊天、看电视、深呼吸等方法以起到心理调节的作用。同时不良的环境刺激也会增加患者负面情绪的产生。为此,需要为患者营造舒适、安静且温馨的环境。因大部分患者为老年人,在与患者沟通期间应带尊称,以增进护患之间的关系。

### 1.3 效果标准

#### 1.3.1 负面情绪

以SDS、SAS量表对2组患者的焦虑、抑郁予以评价,分数越高,则负面情绪越严重。

#### 1.3.2 治疗依从性

采取自行设计的依从性问卷表对2组治疗依从性进行评价。等级为完全依从,部分依从及不依从。计算方法:完全依从+一般依从=依从性。

#### 1.3.3 生活质量

使用生活质量量表(SF-36)评价2组生活质量,分数越高,则生活质量越高。

#### 1.3.4 护理满意度

应用自行设计的满意度问卷表,对2组患者的护理满意度进行了解。计算方法:非常满意例数加上一般满意例数乘以100%。

### 1.4 统计学方法

研究所得到的数据均采用SPSS 23.0软件进行处理。

( $\bar{x} \pm s$ )用于表示计量资料,用t检验; (%)用于表示计数资料,用( $\chi^2$ )检验。当所计算出的 $P < 0.05$ 时则提示进行对比的对象之间存在显著差异。

## 2 结果

### 2.1 两组焦虑、抑郁评分对比分析

实验组护理前:焦虑评分(45.43±2.32)分、抑郁评分(45.63±2.65)分;护理后:焦虑评分(21.23±2.37)分、抑郁评分(22.34±2.54)分。参考组护理前:焦虑评分(45.56±2.78)分、抑郁评分(45.32±2.48)分;护理后:焦虑评分(36.43±2.57)分、抑郁评分(37.65±2.56)分。t检验值:护理前:焦虑评分( $t=0.266, P=0.790$ )、抑郁评分( $t=0.633, P=0.527$ );护理后:焦虑评分( $t=32.245, P=0.001$ )、抑郁评分( $t=31.484, P=0.001$ )。

护理前2组负面情绪比较差异较小,无法满足统计学

含义( $P > 0.05$ )。实验组护理后焦虑、抑郁评分低( $P < 0.05$ )。

### 2.2 两组治疗依从性对比分析

实验组治疗依从性为96.36%(53/55):完全依从43例,部分依从10例,不依从2例。参考组治疗依从性为78.18%(43/55):完全依从34例,部分依从9例,不依从12例。 $\chi^2$ 检验值:( $\chi^2=8.185, P=0.004$ )。实验组治疗依从性高( $P < 0.05$ )。

### 2.3 两组生活质量对比分析

实验组护理前:生活质量(65.43±3.42)分;护理后:生活质量(86.54±4.37)分。参考组护理前:生活质量(65.76±3.79)分;护理后:生活质量(78.54±3.43)分。t检验值:护理前( $t=0.479, P=0.632$ );护理后( $t=10.679, P=0.001$ )。护理前2组生活质量对比差异小( $P > 0.05$ )。护理后实验组生活质量高( $P < 0.05$ )。

### 2.4 两组护理满意度对比分析

实验组护理满意度为94.55%(52/55):非常满意43例,一般满意9例,不满意3例。参考组护理满意度为76.36%(42/55):非常满意31例,一般满意11例,不满意13例。 $\chi^2$ 检验值:( $\chi^2=7.314, P=0.007$ )。实验组护理满意度高( $P < 0.05$ )。

## 3 讨论

高血压发病机制非常复杂,伴随着社会经济的发展,人们生活水平不断提高,随之出现的是较多的不良饮食及生活习惯,再加上生活快节奏、工作和生活压力加大,使人精神压力剧增,身心健康也受到了不同程度的影响,高血压正是在这种环境中产生,且有逐步升高的趋势,而加大高血压的治疗及护理是目前急需解决的问题<sup>[2]</sup>。

高血压患者心理状态对药物治疗效果及预后和病情发展都有直接影响<sup>[3]</sup>。与此同时,患者在产生不良情绪时,易使大脑皮层处于兴奋状态,继而使皮质层对下丘脑和延髓等部位血管运动中枢的调节作用发生异常,而使小动脉处于紧张状态,从而使血压增高。所以,良好的情绪是控制血压和改善预后的重点<sup>[4]</sup>。心理护理作为一种新的护理模式,其目的在于将患者为中心,综合患者心理问题,采取有针对性护理干预,使其对自身疾病持积极态度,消除各种不良的情绪,提升其治疗依从性,以促进血压的控制,从而取得了较好的效果<sup>[5]</sup>。本次研究结果显示,实验组护理后焦虑、抑郁评分低( $P < 0.05$ )。实验组治疗依从性高( $P < 0.05$ )。实验组生活质量高( $P < 0.05$ )。实验组护理满意度高( $P < 0.05$ )。提示心理护理的效果较为显著。

综上所述,在高血压患者护理期间采取心理护理效果明显,可缓解其负面情绪,有助于提高其治疗依从性。同时可促进其生活质量提升,为此患者较为满意。可见该方法值得推广于临床。

## 参考文献

- [1] 林丹彝.情景宣教联合心理护理在高血压患者行硬镜微创保胆取石术中的效果[J].心血管病防治知识,2021,11(36):63-66.
- [2] 蒋好,吴彩苗,邹子翔.探讨心理护理干预在妊娠期高血压患者中的临床效果[J].心理月刊,2021,16(18):111-112.

- [3] 张崇兰.个性化积极心理护理在社区老年高血压患者中的效果[J].心理月刊,2021,16(18):183-185.
- [4] 林凤英.心理护理在社区老年高血压患者护理中的效果分析[J].智慧健康,2021,7(20):154-156.
- [5] 赖舒玲.心理护理在老年高血压患者中的效果及对护理满意度和护理质量的影响分析[J].心血管病防治知识,2021,11(10):79-81.