

知信行健康教育在老年高血压患者护理中的应用

刘 玮

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】目的：在老年高血压患者护理中采取知信行健康教育，分析该方法的干预效果。方法：此次研究中的对象为66例老年高血压患者，其均于2021年4月-2022年4月期间收治。分组方法为随机数字表法，其中参考组行常规护理，实验组行知信行健康教育。每组均为33例。以依从性、血压指标、自我管理行为、生活质量及护理满意度评价两组护理效果。结果：两组依从性比对，实验组显高（ $P<0.05$ ）。两组血压指标比对，护理前差异较小（ $P>0.05$ ），护理后实验组显低（ $P<0.05$ ）。两组自我管理行为比对，护理前差异较小（ $P>0.05$ ），护理后实验组显高（ $P<0.05$ ）。两组生活质量比对，护理前差异较小（ $P>0.05$ ），护理后实验组显高（ $P<0.05$ ）。两组满意度比对，实验组显高（ $P<0.05$ ）。结论：知信行健康教育可提升老年高血压患者的依从性，有助于改善其血压指标，提高其自我管理行为及生活质量，同时可提高患者的满意度。此种方法值得推广于临床。

【关键词】：知信行健康教育；老年高血压；依从性；血压指标；自我管理行为

DOI:10.12417/2705-098X.23.09.060

Application of Knowledge Belief and Practice Health Education in Nursing Care of Elderly Hypertensive Patients

Wei Liu

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

Abstract: Objective: To adopt knowledge, belief, and practice health education in the care of elderly hypertensive patients, and analyze the intervention effect of this method. Method: The subjects of this study were 66 elderly hypertensive patients who were admitted between April 2021 and April 2022. The grouping method was a random number table method, with the reference group receiving routine care and the experimental group receiving knowledge, belief, and practice health education. There are 33 cases in each group. Evaluate the nursing outcomes of the two groups based on compliance, blood pressure indicators, self-management behavior, quality of life, and nursing satisfaction. Result: The compliance between the two groups was significantly higher in the experimental group ($P<0.05$). The comparison of blood pressure indicators between the two groups showed a small difference before nursing ($P>0.05$), while the experimental group showed a significantly lower difference after nursing ($P<0.05$). The comparison of self-management behavior between the two groups showed a small difference before nursing ($P>0.05$), while the experimental group showed a significant increase after nursing ($P<0.05$). The comparison of quality of life between the two groups showed a small difference before nursing ($P>0.05$), while the experimental group showed a significantly higher difference after nursing ($P<0.05$). The satisfaction between the two groups was significantly higher in the experimental group ($P<0.05$). Conclusion: Knowledge, belief, and practice health education can enhance the compliance of elderly hypertensive patients, help improve their blood pressure indicators, improve their self-management behavior and quality of life, and also increase patient satisfaction. This method is worth promoting in clinical practice.

Keywords: Knowledge, belief, and practice health education; Elderly hypertension; Compliance; Blood pressure indicators; Self management behavior

高血压是严重威胁人们身心健康的慢性疾病之一，也是多种心脑血管疾病发生的重要原因，其患者主要集中在中老年群体中，为此高血压疾病的控制对于减少心脑血管疾病的发生风险至关重要^[1]。相关研究指出，一些高血压患者对疾病认识存在不足，且治疗依从性、自我管理行为不佳，高血压患者自我管理行为与血压控制效果关系密切，因此依从性、自我管理行为较差势必会对患者的病情产生较大的影响。知信行模式是健康教育的一种新模式，其主要包含了知识、态度、信念及行为。知信行模式能够促进患者积极主动地学习健康知识，并树立维

护健康信念，有利于患者健康行为的养成^[2]。为此，此次研究中的对象为66例老年高血压患者，其均于2021年4月-2022年4月期间收治。在老年高血压患者护理中采取知信行健康教育，分析该方法的干预效果。结果见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

此次研究中的对象为66例老年高血压患者，其均于2021年4月-2022年4月期间收治。分组方法为随机数字表法，其中参考组行常规护理，实验组行知信行健康教育。每组均为33

例。上述患者经诊断后符合高血压诊断标准。患者基础资料完整,经向其讲解此次研究目的后能够积极参考研究。排除存在其他严重性疾病者,精神疾病,认知障碍,以及因其他因素无法配合本次研究者。其中参考组男、女例数为16例、17例,年龄63-85岁,均值范围(76.53±3.26)岁,病程6-18年,均值范围(11.43±2.12)年。实验组男、女例数为18例、15例,年龄62-87岁,均值范围(76.43±3.65)岁,病程7-16年,均值范围(11.76±2.32)年。两组资料比较差异较小($P>0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 参考组

本组行常规护理,给予患者健康教育,主要对疾病知识进行讲解,且向其发放健康知识手册,嘱咐其定期进行血压监测等。

1.2.2 实验组

本组采取知信行健康教育,方法如下:

(1) 组建知信行模式小组:组建知信行模式小组,本组成员为护士长、护理人员,小组成员共同制定健康教育方法及内容。小组成员均进行知信行模式理论知识培训,经相应的考核合格后可上岗。

(2) 健康教育方法:“知”表示对患者的疾病及健康知识掌握情况予以评价,主要为完全知晓、部分知晓及不知晓,按照患者的相关情况采取针对性的健康教育,直至患者能够完全知晓为准。“信”则是对患者的疾病态度、自我责任感予以评价。等级为高、中、低,由低到高予以针对性的健康教育,能够对其病治疗信心予以提升。“行”表示患者依从状态化为意向、行动及维持,给予其针对性的督促、鼓励及肯定等。

(3) 健康教育方法:每半个月对患者开展1次家庭随访,给予其个体教育,为患者进行正确监测血压指导,对其存在的护理问题进行解决。每个月邀请患者参与高血压健康教育讲座,以进一步提高其对相关知识的掌握。

1.3 效果观察

1.3.1 依从性

对两组患者的依从性情况采取自制的依从性评价表进行了解,等级为完全依从、部分依从及不依从。计算方法:(完全依从+部分依从)/总例数×100%。

1.3.2 血压指标

观察两组患者护理前后的舒张压及收缩压。

1.3.3 自我管理行为

对两组患者护理前后的自我管理行为予以评价。主要项目为药物治疗、饮食、血压监测、情绪控制、运动、工作及休息。各项总分为20分,分数越高,则表明患者的自我管理行为较好。

1.3.4 生活质量

对两组患者护理前后的生活质量采取SF-36量表(生理职能、躯体疼痛、精神健康、社会功能、总体健康)进行评价。分数越高,则生活质量越高。

1.3.5 护理满意度

使用自行设计的满意度问卷表,对两组护理满意度进行了解。等级为非常满意、一般满意及不满意。计算方法:(非常满意+一般满意)/总例数×100%。

1.4 统计学方法

研究所得到的数据均采用SPSS23.0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 (χ^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 两组依从性对比分析

表1显示,两组依从性对比,实验组显高($P<0.05$)。

表1 两组依从性对比分析[n,(%)]

组别	实验组	参考组	χ^2	P
例数	33	33	-	-
完全依从	25 (75.76%)	15 (45.45%)	-	-
部分依从	6 (18.18%)	7 (21.21%)	-	-
不依从	2 (6.06%)	11 (33.33%)	-	-
依从性 (%)	93.94% (31/33)	66.67% (22/33)	7.759	0.005

2.2 两组血压指标对比分析

表2显示,两组血压指标对比,护理前差异较小($P>0.05$),护理后实验组显低($P<0.05$)。

表2 两组血压指标对比分析 $(\bar{x} \pm s)$

组别		实验组	参考组	t	P
例数		33	33	-	-
舒张压 (mmHg)	护理前	86.54±6.78	86.78±7.43	0.137	0.891
	护理后	76.54±4.53	84.32±5.43	6.320	0.001
收缩压 (mmHg)	护理前	143.45±11.24	144.56±12.34	0.382	0.703
	护理后	122.34±7.65	135.43±4.56	8.443	0.001

2.3 两组自我管理行为对比分析

表3显示,两组自我管理行为对比,护理前差异较小($P>0.05$),护理后实验组显高($P<0.05$)。

表3 两组自我管理行为对比分析 $(\bar{x} \pm s)$

项目	时间段	实验组 (n=33)	参考组 (n=33)	t	P
药物治	护理前	8.34±2.34	8.45±2.45	0.186	0.852

疗	护理后	17.65±3.23	13.43±2.16	6.238	0.001
饮食	护理前	9.54±2.35	9.46±2.16	0.144	0.886
	护理后	16.54±3.21	14.54±2.36	2.883	0.005
血压监测	护理前	10.32±2.45	10.34±2.56	0.032	0.974
	护理后	19.77±0.21	15.43±0.65	36.498	0.001
情绪控制	护理前	11.23±3.25	11.25±3.57	0.023	0.981
	护理后	18.76±0.25	16.54±0.65	18.312	0.001
运动	护理前	8.76±1.25	8.56±1.24	0.652	0.516
	护理后	16.53±1.54	13.23±1.65	8.399	0.001
工作及休息	护理前	7.87±1.43	7.67±1.54	0.546	0.586
	护理后	15.43±2.35	12.35±2.36	5.312	0.001

满意度 (%)	96.97% (32/33)	69.69% (23/33)	8.836	0.003
---------	----------------	----------------	-------	-------

3 讨论

伴随着我国生活水平不断提高,人口老龄化进程也在持续加快,使得老年高血压发病率持续提高,如果不能对患者的血压进行有效控制,则造成患者产生一系列心脑血管疾病,这对患者的健康产生较大的影响。已有研究表明,对患者进行健康教育,能够减少高血压产生,同时能够促进患者的血压改善,降低心脑血管疾病风险等^[3]。

本次研究中在老年高血压患者护理中采取知信行健康教育方法。该方法中“知”为患者了解健康知识情况,“信”为患者对知识相信情况,“行”为患者按照自身情况转变行为,知、信、行合而为一可对患者的健康行为予以促进,以提升其生活质量。此次研究结果显示,两组依从性比对,实验组显高($P<0.05$)。两组血压指标比对,护理前差异较小($P>0.05$),护理后实验组显低($P<0.05$)。提示知信行健康教育可提升患者的依从性,有助于改善其血压指标。笔者分析认为,老年高血压病人血压控制不理想主要是由于治疗依从性不佳所致,知信行模式重视改善患者对病情的感知,并通过健康教育让其认识到健康行为带来的益处,增强自我管理意识,有利于病人树立健康信念,化解其在形成健康行为时的难题,进而增强其对治疗的依从性,改善血压控制效果。此次研究结果显示,两组自我管理行为比对,护理前差异较小($P>0.05$),护理后实验组显高($P<0.05$)。两组生活质量比对,护理前差异较小($P>0.05$),护理后实验组显高($P<0.05$)。提示知信行健康教育能够提升患者的自我管理行为及生活质量。笔者分析认为,此法可通过激励、督促让患者接受所学健康知识,增强治疗信心,刺激自我效能,增加治疗依从性,使其能够纠正不良生活习惯,养成良好自我管理行为。此外,该方法可通过鼓励、肯定来帮助患者端正治疗态度,及提高遵医行为,以降低不良症状发生,从而有效地控制疾病。同时采取集体健康教育的方式以增进护理人员与患者之间的沟通,使其社会支持系统得到扩展,保持良好身心状态以提高其生活质量。本次研究还发现,两组满意度比对,实验组显高($P<0.05$)。提示患者对该方法的效果较为满意。由上述研究结果可见,知信行健康教育的效果相比较常规护理更好。

综上所述,知信行健康教育可提升老年高血压患者的依从性,有助于改善其血压指标,提高其自我管理行为及生活质量,同时可提高患者的满意度。此种方法值得推广于临床。

2.4 两组生活质量对比分析

表4显示,两组生活质量比对,护理前差异较小($P>0.05$),护理后实验组显高($P<0.05$)。

表4 两组生活质量对比分析($\bar{x} \pm s$)

项目	时间段	实验组 (n=33)	参考组 (n=33)	t	P
生理职能	护理前	56.65±4.54	56.54±4.57	0.098	0.922
	护理后	86.54±5.43	73.23±2.54	12.754	0.001
躯体疼痛	护理前	67.66±3.45	67.63±3.46	0.035	0.972
	护理后	88.43±3.54	75.65±2.43	17.098	0.001
精神健康	护理前	67.64±3.46	66.79±2.43	1.154	0.252
	护理后	85.65±4.34	75.43±3.46	10.577	0.001
社会功能	护理前	63.43±3.46	62.35±3.57	1.432	0.957
	护理后	82.32±2.46	74.54±2.45	13.346	0.001
总体健康	护理前	62.35±3.57	62.78±3.47	0.468	0.876
	护理后	89.65±4.32	77.65±3.76	11.523	0.001

2.5 两组满意度对比分析

表5显示,两组满意度比对,实验组显高($P<0.05$)。

表5 两组满意度对比分析[n,(%)]

组别	实验组	参考组	χ^2	P
例数	33	33	-	-
非常满意	27 (81.82%)	17 (51.52%)	-	-
一般满意	5 (15.15%)	6 (18.18%)	-	-
不满意	1 (3.03%)	10 (30.30%)	-	-

参考文献:

- [1] 张文龙,孟德侠,王仪.知信行模式在慢性病病人中的应用现状[J].大众科技,2022,24(11):97-100+96.
- [2] 黄晓虾.知信行健康教育对老年高血压患者疾病认知、健康行为的影响[J].心血管病防治知识,2022,12(28):84-86.
- [3] 罗芳,徐红.基于知信行模式护理干预在社区高血压慢病患者管理中的应用效果[J].上海医药,2022,43(18):34-37.