

针对性护理用于高血压患者中对血压指标的影响研究

凌 炯

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：目的：分析高血压患者护理中针对性护理措施的应用效果，以及对血压指标的影响。方法：研究对象选自本院接受治疗的高血压患者，收集起止时间为2020年7月~2021年7月，病例总数为100。随机单盲法进行分组，各50例。予以对照组常规护理支持，予以观察组针对性护理支持，对比护理干预后患者血压指标、疾病认知评分和自护能力评分、不良情绪、生活质量差异。结果：两组在血压指标、疾病认知评分和自护能力评分、不良情绪、生活质量上进行比较差异显著，观察组具有明显优势（ $P<0.05$ ）。结论：对高血压患者辅以针对性护理支持，可有效提升患者疾病认知能力和自护能力，缓解其不良情绪，稳定控制血压水平，进而确保患者生活质量提升，具有较高的推广运用价值。

【关键词】：针对性护理；高血压；血压指标；预后情况

Effect of targeted nursing on blood pressure index in patients with hypertension

Jiong Ling

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine, Shanghai, 200032

Abstract: Objective: To analyze the application effect of targeted nursing measures in the nursing of patients with hypertension and its impact on blood pressure indicators. Methods: the subjects of this study were selected from patients with hypertension who received treatment in our hospital. The collection period was from July 2020 to July 2021. The total number of cases was 100. The patients were randomly divided into 50 groups by single blind method. Routine nursing support was given to the control group, and targeted nursing support was given to the observation group. The differences in blood pressure index, disease cognition score, self-care ability score, bad mood and quality of life were compared after nursing intervention. Results: there were significant differences between the two groups in blood pressure index, disease cognition score, self-care ability score, bad mood and quality of life. The observation group had significant advantages ($p<0.05$). Conclusion: the targeted nursing support for patients with hypertension can effectively improve their disease cognition ability and self-care ability, alleviate their bad mood, stabilize and control their blood pressure level, and ensure the improvement of their quality of life. It has high promotion and application value.

Keywords: Targeted nursing; Hypertension; Blood pressure index; Prognosis

高血压为临床常见疾病，与风湿性关节炎、慢阻肺、糖尿病等疾病一样，均为对公共健康存在严重影响的慢性非传染性疾病之一。血压水平持续提升，会对脑、心、肾等器官产生影响，继而引发多种类型相关并发症，导致患者健康及生命安全受到威胁。目前临床中，针对疾病并无根治方案，通常会选择用药控制血压水平，控制并发症情况，改善预后情况。但是临床对疾病进行深入研究发现，由于疾病病程时间长，患者需要长时间服用药物，且生活及饮食上也需要加以控制，极易引发不良情绪。且大部分患者对疾病了解程度不高，遵医嘱能力不强，因此无法确保血压指标得到稳定控制，会增加并发症发生率，降低患者生活质量^[1]。相关研究调查结果显示，高血压患者如果连续5年不遵医嘱合理控制疾病，约有61%以上会导致发生不同程度并发症，严重时甚至会危及生命安全。临床研究结果证实，血压控制效果一方面需要遵医嘱服用药物，同时更为重要的是提升认知能力和自护能力，进而确保血压指标得到稳定控制，改善预后情况。有效的护理干预措施对于上述问题的解决^[2]。针对性护理干预措施相比常规护理，具有应用范

围广和针对性强的优势，可确保获得更为理想的干预效果。本次研究将本院接受治疗的高血压患者作为研究对象，重点分析针对性护理干预的应用效果，并判断其临床应用价值。报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究对象选自本院接受治疗的高血压患者，收集起止时间为2020年7月~2021年7月，病例总数为100。随机单盲法进行分组，各50例。观察组，女性和男性患者分别为20例、30例，年龄39~75岁，均值（ 52.23 ± 2.45 ）岁。病程时间在8个月到15年之间，均值（ 8.36 ± 1.41 ）年；对照组，女性和男性患者分别为18例、32例，年龄38~78岁，均值（ 52.45 ± 2.39 ）岁。病程时间在8个月到19年之间，均值（ 8.47 ± 1.38 ）年。以上不同组别患者基线资料具有同质性（ $P<0.05$ ）。

纳入标准：临床连续两次测定静息状态下血压水平符合高血压疾病判断标准（世界卫生组织和国家高血压学会1999版本确定血压判断标准）。或是就诊时未服用过抗高血压药物，

静息状态下收缩压高于等于 140mmHg 或是舒张压高于等于 90mmHg。患者临床资料完整,详细了解研究流程及目的后自愿参与,签署知情同意文件。患者具备正常认知、学习和沟通能力。排除标准:合并器质性心肺及血管疾病患者;其他疾病诱发的继发性高血压患者;行动不便或是长期卧床患者;精神神经或是意识障碍患者。

1.2 方法

对照组以常规护理:患者就诊时,引导其完善检查,详细告知疾病情况,并接受药物治疗机制和优势,要求遵医嘱服用,并说明可能存在的不良反应,要求患者关注;加强疾病宣教,发放健康知识手册,鼓励患者家属共同学习;进行生活及饮食指导,说明其对疾病的影响;告知居家注意和禁忌事项,要求定期检测血压水平,异常波动时及时就诊。

观察组以针对性护理干预,具体方法为:(1)根据地区情况制定患者一般情况调查问卷,要求对照组患者配合填写个人基本资料,主要包括年龄、性别,姓名,病程时间,是否服用药物,药物种类,血压控制效果等,同时填写体格检查各项指标结果以及生活及饮食习惯、是否抽烟、喝酒等;利用知识问卷评定患者对疾病相关知识认知程度;护理人员对问卷进行整理并建立患者健康管理电子档案,由科室专家对结果进行分析和研究,并牵头总结现阶段护理工作存在的不足,制定优化护理措施及后期健康宣教重点。(2)重视开展疾病健康宣教,宣教工作需要综合考虑患者情况合理开展,宣教模式多样化,主要目的为帮助患者和家属对疾病相关知识有全面和正确的认知。宣教主要内容为高血压疾病诱发原因,疾病发展、疾病影响、有效预防和控制措施、科学地饮食、运动方法,心理调节及抗压方法,健康生活标准等。具体宣教时需要随机应变,根据不同人选择不同宣教模式,首先进行集中宣教,要求提升患者对疾病重视度。后期可选择微信宣教、一对一宣教、健康手册宣教,其中文化程度偏低患者建议由家属或子女陪同学习,能够更为全面和细致地了解高血压相关知识。详细介绍家庭电子血压计使用方法,要求患者定期监测血压,发放血压记录表,作为后期就诊或是药物方案调整依据。(3)考虑到患者需要终身用药治疗,按时服药对于疾病控制具有积极作用。需要详细说明药物治疗机制,使用剂量,药物可能引发的不良反应及,特别是纠正患者错误认知,告知虽然药物可能引发不良反应,但是按照医嘱剂量服用,具有安全性。即便是血压得到稳定控制,也不能私自停用药物或是减量服用。提升患者需要关注药物引发不良反应,一旦不适需要及时就诊调整用药方案。(4)疾病受饮食影响较为明显,高盐、高脂肪和高热量食物对疾病控制不利,因此护理人员需要详细介绍合理饮食对疾病控制的重要作用,同时可以发放控盐和控油器具帮助患者确保低盐低油饮食;建议多食用新鲜果蔬,保证日常饮水量,有助于提升血管的弹性和通透性,多摄入优质蛋白提升机体抵

抗力。对于依从性较差患者,可根据情况制定个性化的饮食方案,确保干预有效性。(5)告知吸烟及饮酒对疾病的不利影响,建议患者戒烟戒酒,如果无法完全戒掉患者也需要做到限烟限酒,能够保证健康避免诱发严重疾病影响患者生活质量,增加家庭负担。要求患者规律作息,避免熬夜。鼓励进行适量活动,帮助患者选择适当的运动项目,同时说明运动需要循序渐进,避免剧烈运动影响健康。(6)和患者交流时,密切关注其情绪状态和心理问题,给予针对性心理疏导,使其能够保持积极心态,能够积极配合各项工作的开展。对于情绪明显异常者,建议接受必要干预。定期组织病友交流活动,邀请高血压患者分享疾病成功控制经验,积极沟通满足患者社交方面需求,有助于保持良好的心态。

1.3 观察指标

(1)评估两组患者自我管理能力。以用药、饮食、生活习惯及定期复诊进行评估,每项 0~10 分,由专业人员进行评分。评估两组患者疾病认知能力,以自制问卷评价,总计 100 分,分值越高提示认知能力越强。

(2)利用医用血压仪测定并记录两组患者血压水平(舒张压+收缩压),并计算平均值。

(3)评价不同组别患者焦虑和抑郁情绪,以自评量表进行评价,分值越高提示不良情绪越严重^[3]。

(4)评价干预半年后,患者生活质量,评价指标 SF-36,分值越高提示生活质量越理想。

1.4 统计学分析

以 SPSS 22.0 统计学软件计算数据。 $(\bar{x} \pm s)$ 为计量形式,检验值为 t ; $n(\%)$ 为计数形式,检验值为 X^2 。 $P < 0.05$, 差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 疾病认知及自我管理能力的

与对照组相比,观察组在用药、饮食以及生活习惯、定期复诊等方面的自我管理能力的评分以及疾病认知评分上均较高($P < 0.05$)。见表 1。

表 1 疾病认知及自我管理能力的对比 $[(\bar{x} \pm s), \text{分}]$

组别	例数	用药	饮食	生活习惯	定期复诊	疾病认知
观察组	50	9.5±2.1	9.1±1.8	9.2±2.0	9.0±1.9	89.1±3.7
对照组	50	8.6±1.6	8.4±1.6	8.3±1.2	8.0±1.7	86.7±3.2
t		2.411	2.055	2.729	2.774	3.469
P		0.018	0.043	0.008	0.007	0.001

2.2 血压控制效果

干预后, 两组在血压指标上差异显著, 观察组低于对照组 ($P < 0.05$), 见表 2。

表 2 血压指标变化组间比较[($\bar{x} \pm s$), mmHg]

组别	例数	舒张压	收缩压
对照组	50	94.5 ± 3.4	137.3 ± 8.1
观察组	50	88.2 ± 3.0	125.5 ± 7.6
t		9.825	7.512
P		0.000	0.000

2.3 负性情绪

干预后, 两组在不良情绪评分上差异显著, 观察组低于对照组 ($P < 0.05$), 见表 3。

表 3 焦虑抑郁情绪组间比较[($\bar{x} \pm s$), 分]

组别	例数	焦虑情绪	抑郁情绪
对照组	50	45.6 ± 2.8	43.3 ± 2.1
观察组	50	43.2 ± 2.3	41.8 ± 2.6
t		4.683	3.174
P		0.000	0.002

2.4 生活质量

随访结果显示, 观察组患者生活质量较对照组高, 差异明显 ($P < 0.05$), 见表 4。

表 4 生活质量评分组间比较[($\bar{x} \pm s$), 分]

组别	例数	生活质量评分
对照组	50	87.6 ± 3.3
观察组	50	85.8 ± 3.0
t		2.854
P		0.005

参考文献:

- [1] 李婉双. 血压强化护理对妊娠高血压综合征患者的影响[J]. 心血管病防治知识, 2021, 11(33): 64-66.
- [2] 陈媛媛, 陈锦霞, 李式兴. ICU 内高血压合并糖尿病患者行综合护理对血压、血糖的效果分析[J]. 糖尿病新世界, 2020, 23(17): 112-113+116.
- [3] 袁治玲, 王聪, 袁燕, 周艳霞. 中医护理对提升老年高血压病患者自我管理能力的效果[J]. 实用中医内科杂志, 2022, 36(2): 58-60.
- [4] 许秋雅. 高血压患者口服药物治疗期间加强用药护理的效果观察[J]. 心血管病防治知识, 2021, 11(22): 70-72.
- [5] 郑志丹, 张皓, 戎文娟. 心理护理对门诊高血压患者的干预效果[J]. 心理月刊, 2021, 16(18): 7-9.

3 讨论

现阶段, 随着我国人口老龄化程度加剧, 生活和饮食模式上诸多变化等因素影响, 导致高血压临床发生率显著增加。现阶段, 我国物质生活水平及饮食结构发生显著变化, 高血压疾病发生率也随之显著提升^[4]。统计数据显示, 我国目前临床诊断为高血压疾病患者约为 2 亿, 其中仅有 6.1% 左右疾病可得到良好控制。高血压为慢性进展性疾病, 持续血压控制不佳, 会大大增加心脑血管疾病发生率^[5]。鉴于此, 临床中要求患者持续用药, 稳定控制血压水平。研究结果证实, 患者不当饮食、不良生活习惯以及作息规律及不良情绪均会导致血压水平异常波动, 如果控制效果不佳, 也是导致疾病进一步进展的诱因。为此重视提升患者疾病认知能力和自我管理能力, 保持积极态度面对, 严格遵照医嘱剂量用药, 并养成合理的生活及饮食习惯, 方可确保血压指标稳定控制。

临床中已经意识到护理干预对疾病控制的积极作用, 逐步将新型护理模式应用到临床中。针对性护理措施和常规护理模式相比, 针对性和全面性更为理想, 可以有效弥补传统护理模式存在的不足和问题。尊重个体差异, 根据患者需要为其提供有效的护理干预, 将满足患者需求提升其健康程度作为工作目标。不仅仅关注疾病和临床症状, 同时需要涉及到心理、生理等多层面, 丰富护理内涵, 协助获得更加理想的护理效果。本次研究中, 观察组实施针对性护理措施, 结果证实, 首先进行健康档案建立, 明确患者疾病情况和个性化需求, 同时实施多样化模式的健康宣教, 能够确保强化患者对高血压疾病及危害的认知, 认识到进行饮食、生活习惯、情绪控制及定时定量用药的重要性, 提高自我管理能够, 对服务的认知和行为进行纠正, 并帮助其制定合理的饮食和运动方案, 能够巩固药物治疗效果。同时鼓励患者合理运动, 强化机体抵抗能力, 确保血压稳定控制。同时辅以心理干预, 能够改善患者存在的消极心理和情绪。结果证实, 针对性护理措施的实施, 可确保稳定控制血压指标, 进而促进其生活质量提升, 和常规护理模式相比, 具有明显应用优势。

综上, 高血压疾病的控制, 与患者自身认知及管理行为关系密切, 实施针对性护理干预措施, 能够使认知、自护能力、心理状态、用药饮食运动等方面协同确保血压控制效果, 应用价值高。