

# 延续性护理在高血压护理中的应用效果

高珊

(保定市第一中心医院 河北 保定 071000)

**摘要:**目的:分析延续性护理用于高血压的价值。方法:对2020年1月-2022年2月本科接诊高血压病人(n=78)进行随机分组,试验和对照组各39人,前者采取延续性护理,后者行常规护理。对比血压等指标。结果:关于收缩压和舒张压,在干预结束之时:试验组的数据分别是(121.53±5.36)mmHg、(74.05±3.15)mmHg,和对照组(130.48±6.43)mmHg、(86.12±4.84)mmHg相比更低(P<0.05)。关于满意度,试验组的数据97.44%,和对照组82.05%相比更高(P<0.05)。结论:高血压用延续性护理,血压降低更加明显,满意度改善更为迅速。

**关键词:**高血压;满意度;延续性护理;价值

人口老龄化进程的加剧,生活方式与饮食结构的改变,使得我国高血压的患病率显著升高,需引起临床的重视<sup>[1]</sup>。高血压乃心脑血管疾病的一个高危因素,具有难治愈和病程长等特点,并能引起心悸、头痛与眩晕等症状,可损害病人身体健康<sup>[2]</sup>。本文选取78名高血压病人(2020年1月-2022年2月),着重分析延续性护理用于高血压的价值,如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

2020年1月-2022年2月本科接诊高血压病人78名,随机均分2组。试验组女性18人,男性21人,年纪范围38-79岁,均值达到(54.69±7.24)岁。对照组女性17人,男性22人,年纪范围39-78岁,均值达到(54.35±7.82)岁。2组年纪等相比,P>0.05,具有可比性。

### 1.2 方法

2组常规护理:血压检测、用药干预和注意事项告知等。试验组配合延续性护理:(1)组建延续性护理小组,任命护士长为组长,从科室中选拔多名高资历的护士入组,并对他们进行培训。为病人制定健康档案,准确填写病人家庭地址、姓名、用药情况、联系方式和诊断结果等。组建微信护患交流群,定期为病人推送健康咨询,同时实时在线解答病人的提问。(2)病人出院后,每周对其进行1次电话随访,每个月进行1次家庭访视,以了解其血压控制效果与用药情况,同时向病人提供生活、运动、心理和饮食等方面的指导。如:帮助病人养成良好的行为习惯,劝导病人戒烟酒。嘱病人规律作息,不过度劳累,也不熬夜。主动与病人交谈,建议

表1 统计血压测量结果表 (mmHg,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	收缩压		舒张压	
		干预前	干预后	干预前	干预后
试验组	39	159.48±9.21	121.53±5.36	97.21±6.54	74.05±3.15
对照组	39	159.79±9.46	130.48±6.43	97.85±6.91	86.12±4.84
t		0.2147	13.6151	0.2253	10.3182
P		0.1952	0.0000	0.1847	0.0000

### 2.2 满意度分析

调查结果显示,试验组:不满意1人、一般10人、满意28人,本组满意度97.44%(38/39);对照组:不满意7人、一般14人、满意18人,本组满意度82.05%(32/39)。对比可知,试验组的满意度更高( $X^2=7.1593$ ,  $P<0.05$ )。

## 3 讨论

医院慢性病中,高血压十分常见,其发病和长期精神紧张、高钠低钾饮食、体力活动不足、肥胖、遗传、血脂异常与过量饮酒等因素都有着较为密切的关系,若不积极控制血压,将会引起心血管不良事件,危及生命健康<sup>[3]</sup>。延续性护理乃新型的护理方法,且其同时也是医院护理工作的一个延续,可通过电话随访、开展健康讲座与家庭访视等途径,了解病人的康复情况,同时也能根据病人的实际需求,向其提供饮食、运动、心理和生活等方面的指导,以提高其自我管理能力和消除负性心理,促进血压水平降低<sup>[4-5]</sup>。本研究,关于收缩压和舒张压,在干预结束之时:试验组比对照组低(P<

病人培养兴趣爱好,如:书法练习、插花、下棋或阅读等,目的在于陶冶情操。鼓励病人,支持病人,向病人介绍预后较好的高血压案例,增强其自信。教会病人如何稳定心态,包括倾诉与呼吸疗法。要求病人食用高钾、高纤维、低脂、高蛋白与高维生素的食物,禁食辛辣、油腻与生冷的食物。严格控制病人每日钠盐的摄入量低于6g,嘱病人减少高钠调味品使用,如:酱油和味精等。鼓励病人食用低脂奶制品、新鲜果蔬与全谷物类的食物。根据病人身体状况,指导其做适量的有氧运动,如:快走、打太极、游泳、慢跑或健身操等,30min/次,每周5次。嘱病人一定要坚持用药,不得擅自停药,不能随意调整用药量。若病人记忆力差,可让其通过设置闹钟的方式提醒用药。定期组织病人开展健康讲座,以加深其对高血压的认知度,促使病人形成良好的自我保健意识。

### 1.3 评价指标

#### 1.3.1 测量2组干预前/后血压。

1.3.2 调查2组满意度:不满意0-75分,一般76-90分,满意91-100分。对满意度的计算以(一般+满意)/n\*100%的结果为准。

### 1.4 统计学分析

SPSS 22.0处理数据,t的作用:检验计量资料,即( $\bar{x} \pm s$ ), $\chi^2$ 的作用:检验计数资料,即[n(%)]。P<0.05,差异显著。

## 2 结果

### 2.1 血压分析

关于血压,尚未干预之时:组间数据相比无显著差异(P>0.05),在干预结束之时:试验组比对照组低(P<0.05)。如表1。

0.05);关于满意度,试验组比对照组高(P<0.05)。

综上,高血压用延续性护理,血压指标改善更加明显,满意度提升更为迅速,值得推广。

### 参考文献:

- [1] 陈东利. 延续性护理对老年高血压患者血压及并发症的影响[J]. 航空航天医学杂志,2022,33(5):609-611.
- [2] 李雅双. 延续性护理对高血压合并脑梗死患者康复预后及生活质量的影响[J]. 心血管病防治知识,2022,12(3):47-50.
- [3] 蔡爱博. 医院一家庭联动的延续性护理模式对老年原发性高血压病患者出院后护理效果[J]. 现代养生(下半月版),2022,22(8):1390-1392.
- [4] 黄思香,赖世芳,任新生. 延续性护理对原发性高血压患者血压控制效果的Meta分析[J]. 中国老年保健医学,2022,20(2):137-143.
- [5] 康丽红,林秀娇. 延续性护理对老年高血压患者生活质量的效果评价[J]. 中外医疗,2021,40(1):171-174.