

循证护理在社区高血压护理中的应用效果评价

苏玉伟

(河北东方学院 河北 廊坊 065000)

摘要：研究目的：本次研究主要来阐述循证护理在社区高血压护理中的应用效果，对产生的结果进行相应的评价分析，验证其在临床上的实用性。研究方法：本次研究共计从社区医院选择 100 位患者作为研究对象，分为对照组和研究组。在对照组中，患者年龄区间在 49-63 岁之间；研究组方面，患者年龄区间在 50-63 岁之间。对照组采用传统及常规护理，研究组在此基础上采用循证护理。分别对两组患者在护理操作应用中的具体效果进行相应的分析。研究结果：根据两组患者在接受治疗的过程中对医院所提供的护理工作的满意程度进行调研分析可以，统计结果为对照组 82%，研究组 96%。研究结论：通过对比研究证实循证护理的可靠性，以及临床应用于社区护理的价值。对医护人员来说，应当持续深入研究，不断对循证护理模式进行优化。

关键词：循证护理；社区医院；高血压护理；具体应用；效果分析；评价探讨

引言：

高血压作为近几年我国社区医院接诊的高频疾病之一，还会诱使患者出现其他疾病，比如说冠心病、心力衰竭等等。这不仅会影响患者在未来的生活质量，同样在其他方面也会带来非常负面的影响。实际上，高血压患者在日常接受治疗的过程中，最重要的还是以家庭治疗的手段为主，通过用药来控制自身的血压，并且对病情进行反复的优化改善，但是在社区抽检中，我们依然能够发现一部分高血压患者绝大多数情况下，在控制血压的过程中其效果都不是很好，就算是在日常进行了相应的护理工作，但是最后的结果也不是很良好。循证护理是近些年来通过一些相关的问题，在临床上根据部分资料，对高血压患者制定的科学合理的并且有很强针对性的护理方案。在高血压患者中的应用，不仅能够缓解患者的紧张焦虑情绪，同样也能够帮助患者树立自信心，与此同时还能够在血压控制方面产生不错的效果，无论是针对社区层面还是患者自身病情状况而言，都是值得在临床上应用推广的。

一、资料与方法分析

(一) 基础资料

本次研究共计从社区医院选择 100 位患者作为研究对象，分为对照组和研究组。在对照组中，患者年龄区间在 49-63 岁之间；研究组方面，患者年龄区间在 50-63 岁之间。

(二) 具体方法

根据对照组患者的实际情况，对其采用常规的护理模式，为患者提供必要的服务，包括这些患者的全部临床症状，并且为患者和家属讲解清楚药物正常使用的具体方式，包括每次用药的计量、每日三次监测患者的血压指标，充分的了解患者的需求，并且做好对应的健康教育宣传工作。

给予研究组的患者在基础护理的前提下参照循证护理的相关内容和方法。首先，采用综合、系统的方式来评估患者的病情，为了能够更好地为患者提供相应的服务，作为护理人员第一件事情就是需要尽可能的了解患者的所有状况，比如说年龄、生活状况、饮食习惯等等，采用科学合理的方式评估患者的病情。其次，需要制定有效的合理的护理程序。护理人员需要根据患者的病情提供相应的问题，总结为什么患者会患有高血压，比如说可能因为肥胖或者是在日常生活中缺乏运动，长期的抽烟、喝酒等等，在护理工作展开之前，查阅对应的护理资料，制定相应的方案，配合医师对患者展开服务。循证护理的内容主要有以下几方面：第一，健康教育。护理人员需要在社区医院定时期的开展组织关于包括相应的治疗措施等，尽可能地认识到高血压疾病的实际状况，并且提高治疗过程中的配合和依从性。第二，运动指导。护理人员需要在不影响患

者病情的前提与基础上，引导患者在日常接受治疗的过程中适当的进行运动，减轻身体内其余的热量，并且告知患者一定要按照自身的喜好来选择各种各样的运动方式，比如说跑步、广播体操等等，当然运动的强度完全需要根据身体状况来选择。第三，心理方面的疏导。高血压患者可能会长期存在这种疾病，所以也会不同程度地产生各种负面情绪。在这种情况下，护理人员一定需要了解患者的心理状况，对此展开相应的心理疏导，主动的满足患者在生活和接受治疗中的各项诉求，积极地与患者沟通交流，回答患者所提出的问题，同时根据患者病情做必要沟通，以保障其心态维持在平稳状态。第四，饮食方面的指导。对高血压患者来说，日常的饮食对病情发展变化会带来很大的影响，护理人员一定要告知患者在日常饮食的过程中避免摄入一些热量较高，含盐量较多的食物，适当的补充钾，戒掉烟喝酒，尽可能的养成良好的饮食习惯。第五，用药方面的指导。护理人员可以在患者用药的过程中采用监督的制度，对患者日常服药的状况进行合理的监督，并且做好仔细的记录。这样一来，就会避免患者在用药的过程中出现吃少了药或者是吃错了药、吃多了药的问题。第六，随访和护理指导。在患者出院之后，护理人员一定要定期的随访患者，利用先进的信息技术通过微信群、QQ 群的方式，随时随地地了解患者的心理状况，并且在这个过程中给予相应的建议，比如说什么时候应该复查，日常用药需要注意哪些事项这些都需要及时地告知患者和其家属，为患者的生命健康安全以及疾病恢复创造一个更好的条件。

(三) 具体的观察指标

两组患者的血压控制状况都需要进行仔细的对比，将其分为良好、比较好、没有效果三个级别，前两者都可以认为护理工作在应用的过程中确实取得了不错的效果，但是如果说是第三种结果，那么也就证明护理的价值没有发挥出来。

(四) 统计学处理

本研究采用专业的统计软件对相应数据进行必要的分析，计量数据用 t 表示。根据干预前后对照组和研究组患者的状态，发现具体结果 $P < 0.05$ ，说明两组之间的差异有统计学意义。

二、结果

表一 两个小组患者护理满意度统计表

分组	人数	满意	基本满意	不满意
对照组	50	26	15	9
研究组	50	38	10	2
p		p < 0.05	p < 0.05	p < 0.05

根据两组患者在接受治疗的过程中对医院所提供的护理工作的满意程度进行调研分析可以，统计结果为对照组 82%，研究组

96%。从这一数据能够很清楚的明白,循证护理在高血压患者中的应用确实要比传统常规的护理具有更大的优势,无论是患者的护理的满意程度,或者还是血压控制调节的状况,都比接受获得更值钱的结果更好,并且两组患者通过对比之后,产生的各项数据也具有明显的统计学意义。

三、讨论

高血压,实际上就是一种以体循环动脉血压升高为主要病情状况的慢性疾病,而目前能够治疗这一疾病最好的方式还是传统常规的药物控制,只有患者服用对应的药物才能够控制自身的病情状况,并且从临床角度来说,也能够对其他的并发症产生一定的优化和改善。除此之外,患者一定要注意日常的生活饮食还有心理情绪,社区医院是高血压患者日常接触比较多的医疗机构,对于给予患者针对性的护理干预来说是非常重要的,也是调节患者血压状况以及提高其生活水平的前提与基础。在本次研究中将循证护理和传统常规护理结合在一起,我们能够发现高血压患者护理中能够发现取得不错的效果,通过对患者展开健康教育和积极向上的心态的培养,能够提高患者对高血压这种疾病的认知水平,而且也能够对自我的健康行为进行不断地规范,提高患者在治疗过程中的配合度。除此之外,饮食结构调整也是循证护理中重要的一部分。如果护理人员能够在患者接受治疗的过程中对日常的饮食状况进行必要的干预,那么也能够从一定程度上彻底的纠正患者的不良饮食习惯,这对于患者健康体魄的形成来说,也会产生非常积极的影响。通过本次研究的相关结果我们能够发现,在运用了循证护理之后,研究组的患者明显接受护理服务之后,自身的血压水平和生活质量都有了一定程度的提高,特别是相比于对照组的患者来说,患者的护理服务的质量比较高,而且整体的效果也是比较好的。

通过近些年来在医疗领域的相关调查分析,我们确实能够发现目前从临床角度来说,高血压这种疾病已经呈现出来了年轻化的发展趋势,而且在临床上治疗该疾病的过程中确实还没有一种特别有效的药物,也就是意味着患者不仅要长期的服用传统的药物,而且在治疗的过程中一定要和医护人员相互配合,才能够缓解临床上的一些症状。但是因为高血压这种疾病在前期的时候并没有明显的表现,如果患者只是发生头晕、头痛等那么也不会引起重视。在临床上,高血压患者最为典型的一个身体症状就是自身的血压水平一直在持续不断地上升。与此同时,可能还会伴有器官的某些功能出现障碍或者损害的情况。时代的进步,社会经济的发展,推动了社会大众生活水平和质量的不断提高,在这一过程中患者无论是生活习惯还是饮食结构都出现了很大的变化,还有一些其他客观因素的影响,这些都会导致高血压的发病几率不断的提升,而且也会从不同方面程度影响到患者的身心健康,所以从这个角度来说,为了能够更好的优化改善患者的病情,纠正患者在治疗中的一切不良习惯和饮食状况,一定要对其采取相应的护理措施,如果能够运用循证护理模式,那么就可以根据高血压患者的身体状况或者是在临床上表现出来的病情,争取可以采用针对性的护理措施为其提供个性化的护理,而这种先进的护理模式在应用的过程中,确实能够弥补传统护理中存在的不足,优化整个护理的过程,及时的调节患者的血压水平,相对来说应用的效果也是非常好的。

通常情况下,高血压患者会因为是在日常生活的过程中长期的服用相关药物接受治疗,所以无论是身体还是心理上都会产生非常大

的压力和负担,如果没有第一时间对其采取必要的护理措施,对患者的心理状况进行必要的疏导,那么不但会增加患者的心理方面的压力,同样也会导致患者各种负面情绪迸发,对于未来的康复来说,也会丧失基本的信心。当然这也对患者在接受治疗过程中的其他方面都会产生非常不利的影响。所以在此次护理过程中,除了要采取必要的常规措施,护理人员还需要关注患者心理上的一些情绪变化,比如说可以在日常护理操作的过程中,了解患者的一些心理需求,或者说患者一些不良的情绪,知晓患者为什么会产生这些情绪,积极主动的与患者展开心理方面的沟通与交流,作为护理人员一定要及时地与患者进行交流,并且在医院内部组织相关的活动,帮助患者树立自信心。相对于临床上一些其他的护理模式而言,循证护理是一种更为先进的护理模式,对于高血压患者的护理来说,也能够有一定的针对性,而且也会有很多不同的方案来满足高血压患者接受治疗期间产生的一切身体和心理方面的需求,进一步缓解患者在长时间的压力之下出现的部分紧张情绪,控制患者的血压,毕竟社区医院的规模比较小,接诊的患者也并不是特别多,不会像公立医院那样每天都有数量很大的病人,可能有的时候循证护理模式在应用过程中也并不是特别充分,相对来说社区医院是比较适用循证护理的。

除此之外,因为高血压是一种慢性病,患者有可能会遇到长时接受治疗,但是病情却不见好转的状况。在这种情况下,患者长期承受的折磨和困难是非常多的,甚至会严重的影响到患者的日常生活。如果在这种情况下疾病还是会持续的发展,甚至有可能引发后期的肾脏衰竭,心肌梗塞等疾病,这些都有可能直接威胁到患者的生命。目前临床上所存在的护理模式都是针对表面的治疗,并没有针对性,也并不是特别的深入,而这一护理模式根本无法满足目前患者的需求,循证护理的产生正好能够解决这一问题,而且还能够对自身患上高血压的原因进行分析总结,最后再对其进行针对性的护理。如此一来,整个护理模式就会显得更加科学化和人性化,当然在本次研究中我们也能够发现,接受了循证护理模式的这组患者血压水平优化和改善的效果是比较好的,而且血压控制的效果也非常好,并且患者对护理工作的满意度也有了一定程度的提升。在这种情况下,我们也能够得出必要的结论,那么就是高血压患者在接受了循证护理之后,不但控制了血压水平,而且也降低了内心焦虑、低沉的情绪,同样也提高了康复预后的质量,从临床角度来说,确实是值得推广应用的。

参考文献:

- [1] 范媛. 关于循证护理在社区高血压护理中的应用效果分析[J]. 2021.
- [2] 夏四芹. 循证护理在社区高血压护理中的应用效果观察[J]. 心理月刊, 2020.
- [3] 孙慧, 颜燕, 张秀芬, 等. 循证护理在社区高血压护理中的应用效果分析[J]. 中国医药指南, 2020, 18(2):2.
- [4] 汲广梅. 循证护理在社区高血压患者护理应用效果分析[J]. 健康之友, 2020, 000(007):240.
- [5] 刘守娟. 循证护理在社区高血压患者护理干预中的应用[J]. 心理月刊, 2020(15):1.
- [6] 徐莹. 循证护理在脑梗死伴发高血压护理中的应用效果观察[J]. 家庭医药·就医选药 2020年9期, 214-215页, 2020.