

乡镇卫生院护理干预对高血压患者的护理效果分析

倪志飞

(海阳市徐家店中心卫生院 山东海阳 265141)

摘要:目的:探讨为高血压患者实施乡镇卫生院护理干预对控制其血压起到的效果及作用。方法:选择2022年6月至2023年6月为本次研究时间段,将该时间段在本乡镇卫生院收治的80例高血压患者当作本次研究对象,将其随机分为人数相同的两个小组,分别为对照组和观察组,对照组实施常规护理,观察组实施乡镇卫生院护理干预,之后对患者血压改善情况及生活质量等进行对比。结果:对比实验结果可以得知,观察组患者血压水平优于对照组患者($P < 0.05$),观察组患者生活质量评分高于对照组患者($P < 0.05$)。结论:为高血压患者实施乡镇卫生院护理干预能够及时了解患者血压水平,并从干预方式及时调整中确保疾病控制效果,当疾病得到控制时就能从多种不适感缓解中提升患者生活质量。

关键词:乡镇卫生院护理干预;高血压;护理效果;分析研究

前言:高血压是临床上常见的一种慢性基础疾病,疾病的出现与遗传因素、饮食习惯和生活习惯等有着密切联系,因此在人们生活方式不断改变的情况下高血压发生率逐年提升。通常情况下,需要患者通过服用药物来实现血压水平有效、持久控制,以往为高血压患者实施护理中主要是告知其药物使用方式,并叮嘱其在出院之后合理服用药物和保持良好生活习惯,大部分患者出院之后自身血压水平依然控制不佳。而乡镇卫生院护理干预方式能在患者住院期间通过多种方式让患者了解高血压疾病,并正确认识药物、良好作息习惯对改善自身病情的重要性,以此能提升患者配合度及疾病治疗重视度。患者出院之后,也会通过随访的方式了解患者病情和为其实施健康指导,因此应用中能够实现患者血压水平的有效控制,也能提升其生活质量。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究区间为2022年6月至2023年6月,选择的研究对象总共80人,分为对照组和观察组,每组各40人。对照组患者中男性大于女性,其男性人数22,女性人数18,其中年龄最小的患者42岁,年龄最大的患者75岁,该组患者平均年龄区间为(60.12 ± 2.51)岁,病程在6个月~10年,平均病程区间为(5.21 ± 0.25)年。观察组中男女患者数量相同,男性女性均为20人,其中年龄最小的患者41岁,年龄最大的患者75岁,该组患者平均年龄区间(61.21 ± 6.12)年。可知患者年龄、病程等并无明显差异($P > 0.05$)。

纳入标准:符合高血压临床诊断标准、患者了解研究内容后签署同意书。**排除标准:**意识不清晰者、生命体征不稳定者、严重心脑血管疾病者。

1.2 方法

对照组实施常规护理,住院期间护理人员会定期监测患者血压水平,并告知其不同药物的使用时间、使用剂量及注意事项。另外,为了确保血压控制效果,也会告知患者饮食中的注意事项。

观察组实施乡镇卫生院护理干预,内容有以下几点:

(1) 心理护理

高血压没有完全治愈的方式,患者即使长时间服用药物依然可能存在血压控制不佳的情况,所以在反复住

院治疗时患者会产生多种不良情绪。针对这种情况,护理人员会采用图文结合的方式告知患者高血压疾病相关知识,之后再详细说明多种干预方式的优劣,以此让患者做到心中有数。另外,护理人员会评估患者心理状况,如果患者情绪较为低落,该情况下护理人员会与患者交流一些他们感兴趣的话题,以此让其在愉悦交流中产生积极情绪。

(2) 饮食指导

饮食对患者血压控制效果有着一定影响,所以,护理人员会严格控制患者饮食摄入量,会让其多食用新鲜水果、蔬菜及豆类食物。一些体型较大的患者在饮食调整过程中会出现饥饿等情况,为了在控制患者血压情况下保障患者机体营养,会指导患者少食多餐,且要保持每餐营养搭配均衡。

(3) 运动指导

为了提升患者机体免疫力,护理人员会告知患者锻炼的重要性,并根据患者实际身体状况让其进行一些功能锻炼。如果患者运动能力较弱,会让其进行太极拳、八段锦等舒缓的运动,如果患者运动能力较强,运动中会让其以有氧运动为主,运动时间和运动强度应根据患者实际身体状况所确定。

(4) 用药监督

药物是高血压患者重要治疗方式之一,一些患者认为长时间服用药物会对身体产生较大的损伤。针对这种情况,护理人员会充分告知患者其所使用的药物是根据其实际身体状况所选择,具有较强的适用性,在合理范围内服用并不会对身体产生负面影响,反之如果不能按照相应剂量服用,就无法保障血压控制效果,也可能会引起其他不良反应出现。提升起患者合理用药认知及重视度之后,护理人员除了会告知患者药物使用方式,也会向其说明用药后可能会出现的不不良反应及应对措施,以此避免患者出现不良反应后产生恐惧、紧张情绪。

(5) 生活指导

患者出院之后护理人员会定期进行电话随访和家庭随访。电话随访中主要是询问患者近期身体是否存在不适,并解答患者多种疑问。家庭随访中护理人员会检测患者血压水平,之后根据该次检测结果和上次检测结果对比了解患者身体改善情况。如果患者身体改善不明显,

该情况下护理人员会及时调整患者用药方案、饮食方案和锻炼方案。此外，随访中护理人员也会为患者及其家属提供家庭护理的知识和技能^[1]。

1.3 观察指标

1.3.1 以患者血压水平为观察指标，主要从护理前和护理后对两组患者的舒张压及收缩压指数进行对比，护理前后差异越大说明护理干预起到的效果越好。

1.3.2 以患者生活质量为观察指标，采用 SF-36 健康调查简表获得相应数据，主要是从生理功能、心理功能、社会功能及总体健康等四个维度进行对比，分值 0-80 分，分值越高说明干预方式实施效果越好。

表 1 两组患者护理前后血压水平对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	舒张压		收缩压	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	40	97.56 ± 5.12	90.52 ± 3.13	155.68 ± 8.12	137.85 ± 4.37
观察组	40	97.58 ± 2.06	84.11 ± 2.09	156.02 ± 8.15	129.87 ± 2.91
t 值		0.591	10.517	0.556	9.817
P 值		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.2 两组患者生活质量评分对比

对比表二数据可知，从多个方面看，观察组患者生

1.4 统计学处理

该次研究主要是使用 SPSS22.0 软件对相关数据进行处理以及分析，处理内容有 $n(\%)$ 代表的计数资料和 ($\bar{x} \pm s$) 代表的计量资料，之后需要使用 X^2 对前者进行检验，使用 t 对后者进行检验，如果 $P < 0.05$ ，那么说明数据差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理前后血压水平对比

对比表一数据可知，护理前两组患者血压水平差异显著 ($P > 0.05$)，护理后均有所降低，但观察组降低水平与对照组相比差异较大 ($P < 0.05$)。

活质量评分均优于对照组患者 ($P < 0.05$)。

表 2 两组患者生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	生理功能	心理功能	社会功能	总体健康
对照组	40	61.58 ± 4.15	66.12 ± 2.91	67.89 ± 2.19	69.12 ± 1.51
观察组	40	72.56 ± 5.06	77.19 ± 2.98	77.15 ± 2.65	78.12 ± 1.92
t 值		10.025	9.187	9.668	10.512
P 值		< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

3 讨论

高血压的常见临床表现为头晕、头痛、疲劳、心悸，会对患者身心健康及生活质量产生极大影响，严重时也会引起多种并发症出现而威胁患者生命健康。乡镇卫生院属于基层医疗机构，收治的患者为乡镇或者农村人员，这类人员对于高血压疾病的认知并不全面，进而导致其依从性较差，且也存在部分患者不能有效配合治疗。以往为患者实施的常规护理内容相对单一，主要是在患者住院治疗期间告知其用药中、饮食中的注意事项，对于提升患者认知度和重视度起到的效果不佳，以此使得大部分患者在出院之后不能根据医护人员要求做好自我管理而出现血压再度升高的情况^[2]。

为了改善这种不足，医院也不断对护理方式进行优化，其优化后的乡镇卫生院护理干预具有综合性，既能从疾病护理中改善患者身体的多种不适，也注重心理护理、健康教育及生活护理。患者心理状况与生理状况之间存在密切联系，心理状况越好身体恢复效率越快，反之亦然，因此，当从心理护理中改善患者心理状况时，其身体恢复效率也会在一定程度上提高。通过本次研究可以得知，观察组的患者生活质量及血压水平均优于对照组的患者。大部分高血压患者在出院之后自我管理方面的依从性会越来越低，而乡镇卫生院护理干预方式会在患者住院期间通过健康教育方式让其正确认知自己疾

病并了解自我管理重要性，出院之后也会通过随访了解其身体状况及近期自我管理情况。当从多个方面提升其依从性时就能做到合理服用药物和实施自我管理，因此能确保血压水平控制效果^[3]。

综上所述，为高血压患者实施乡镇卫生院护理干预能够保障患者血压水平控制效果，也能提升其生活质量，具有较高的应用价值。

参考文献:

- [1]刘爽. 乡镇卫生院护理干预对高血压患者的护理效果分析[C]// 榆林市医学会. 吉林省辽源市东辽县金洲乡卫生院, 2023: 6.
- [2]习志梅,王会莲. 有效护理干预对乡镇卫生院高血压患者的护理效果研究 [J]. 人人健康, 2019, (24): 200-201.
- [3]茹克亚古丽·热扎克,阿孜古丽·再英丁. 乡镇卫生院护理干预对高血压患者的护理效果 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6 (73): 127+130.
- [4]李红菊. 有效护理干预对乡镇卫生院高血压患者的护理效果分析 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2019, 7 (11): 136-137.

作者简介: 倪志飞 (1984.1), 女, 汉族, 山东海阳人, 中级职称, 本科学历, 研究方向为医学护理的探索与应用。