

在体检中慢性病患者的健康管理策略分析

杨晓芳

(中国人民解放军联勤保障部队第九八〇医院(白求恩国际和平医院)河北省石家庄市 050000)

摘要:目的:分析体检中慢性病患者的健康管理策略。方法:研究时段:2018年05月至2019年05月,研究对象:于我院体检的150例慢性病患者,均在常规体检上开展健康管理,对比管理前后的血糖、血压和依从性情况。结果:管理后患者的血压、血糖均较管理前显著降低($P < 0.05$);且管理后患者的依从性显著升高($P < 0.05$)。结论:慢性病患者体检中开展健康管理效果良好,控制患者的血糖和血压,提高了管理依从性,值得大力推广。

关键词:慢性病患者;体检;健康管理;依从性

慢性病指起病隐匿、病程长、易迁延、难治愈的一类疾病的总称,其发病原因较复杂,常见主要有心脑血管疾病(高血压、冠心病和脑卒中)、糖尿病、癌症、慢性呼吸系统等疾病^[1]。本次选取体检科150例慢性患者,开展健康管理,将干预结果整理、汇报如下。

1 资料及方法

1.1 资料与方法

纳入本科室(2018年05月—2019年05月)接收的慢性体检患者($n=150$)展开研究,其中,男($n=83$)、女($n=67$);年龄范围64~80(平均:75.28±5.17)岁;病程范围3~15(平均:8.03±3.75)年;疾病类型:冠心病38例、糖尿病41例、高血压37例、其他34例。

纳入标准:①年龄>60岁,病程≥3年的慢性病患者;②知情、自愿参与本次研究,并签订相关同意书。③初中以上文化程度的患者。

排除标准:①存在精神、意识障碍,无法进行正常交流的患者。

1.2 方法

为患者建立健康管理档案,定期邀请其参加健康讲座,让患者了解自身的疾病,意识到疾病的危害。告知患者自身疾病所需的注意事项,耐心解答其疑惑,依体检结果对患者的病情进行分级,并针对性安排饮食、运动计划;疾病长时间的折磨,多数患者早已消极、懈怠,为重新建立起患者的治疗信心,定期开展心理辅导服务,让患者组成一个个小团体,获得集体的支持和鼓励。为患者定制散步、太极等有氧运动,并借助记录仪进行活动量的检测;依据患者的喜好,制定合理的饮食方案,科学搭配碳水化合物、脂肪、蛋白质营养元素,严格控制糖分和盐分的摄取,嘱咐禁烟酒,忌油腻、生冷、辛辣等刺激物。告知患者服药的重要性和必要性,叮嘱其准医嘱服药。

1.3 观察指标

统计管理前后患者的血糖、血压和依从性情况。

1.4 统计学

SPSS22.0,血糖和血压用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示,并进行“ t ”检验;依从性以“%”表示,并进行“ χ^2 ”检验;2组有效资料,以 $P < 0.05$ 认定有统计差异。

2 结果

2.1 血糖和血压情况

管理前患者空腹和餐后2h血糖、收缩压、舒张压均明显高于管理后($P < 0.05$)。(详情见表1)

表1:管理前后患者血糖、血压情况对比($\bar{x} \pm s$, $n=150$)

组名	血糖 (mmol/L)	血压 (mmHg)
----	-------------	-----------

	空腹血糖	餐后2h血糖	收缩压	舒张压
管理前	8.5 ± 0.8	11.0 ± 1.2	123.7 ± 0.7	82.2 ± 2.8
管理后	6.3 ± 0.6	8.5 ± 1.8	111.4 ± 0.9	71.3 ± 3.0
T	26.944	14.153	132.123	32.531
P	0.001	0.001	0.001	0.001

2.2 管理依从性情况

管理前患者的饮食、运动、服药依从率均明显少于管理后($P < 0.05$)。(详情见表2)

表2:管理前后患者依从性对比[n (%), $n=150$]

组名	饮食依从	运动依从	服药依从
管理前	41 (27.33)	38 (25.33)	66 (44.00)
管理后	89 (69.33)	75 (50.00)	127 (84.67)
χ^2	31.276	19.436	54.056
P	0.001	0.001	0.001

3 讨论

近年,随着我国人口的老年化,加之生活习惯的巨大变化,慢性病的患病人数逐年递增,已成为我国中老年健康的一大威胁因素^[2]。

多数慢性病需终生治疗,不仅加重了家庭的经济负担,还严重摧残着患者的身心。为保障治疗的效果,单纯的药物治疗无法达到较理想的效果,常常需要结合一定的生活管理以综合控制病情的发展^[3]。健康体检可提前筛查出高危的慢性病人,结合体检结果,针对性进行健康管理,通过科学的锻炼、饮食的搭配和严格的服药,达到阻止、延缓疾病发作的目的,降低相关并发症的发生,由此改善患者的生活质量^[4]。本文中患者经过管理,其血压、血糖均得到了有效的控制,且饮食、运动及用药的依从性也显著提高($P < 0.05$)。

由上所述,健康管理在慢性病体检患者中取得了显著的效果,在改善患者血糖和血压的同时,还提高了依从性,可在临床中推行。

参考文献:

- [1]李喜梅,王瑜,傅丽玲等.创新性体检后健康管理新模式探讨[J].中国临床保健杂志,2016,19(4):447-448.
- [2]张茜,陈莉,施德伟等.全科医学理念和模式在综合医院健康体检和健康管理中的应用[J].中国医院,2017,21(8):70-72.
- [3]陈永春.健康体检实施慢性病健康管理服务的意义分析[J].中国妇幼保健研究,2017,28(S1):13.
- [4]胡雪芹,张妮.慢性病健康管理模式用于高血压患者管理的效果观察[J].中国基层医药,2019,26(16):1933-1936.