

# 健康教育在脑出血护理中的应用分析

马家媛

(天水市第一人民医院 神经二科 741000)

**摘要:**目的:观察和分析健康教育在脑出血护理中的应用分析,指导临床预防工作。方法:随机抽取2017年9月-2019年9月期间在我院住院的脑出血患者90例作为对照组;另选取2017年9月-2019年9月期间在我院住院的脑出血患者90例作为实验组。对照组采取常规护理,实验组在常规护理的基础上辅以健康教育,对比两组脑出血患者的焦虑、抑郁情绪、并发症的发生情况及护理满意度。结果:实验组脑出血患者发生焦虑、抑郁情绪情况明显低于对照组;实验组脑出血患者并发症的发生概率较对照组低,其护理满意度优于对照组。结论:健康教育可以帮助更全方位了解病情,缓解焦虑、抑郁情绪,对患者后续的治疗具有一定积极意义,应予以普遍推广。

**关键词:**健康教育;脑出血护理;应用分析

健康教育系指有计划、有组织、有系统的活动,使人们主动采纳有益于健康的行为和生活方式,消除或减轻影响健康的危险因素,核心在于教育人们树立健康意识、促使人们改变不健康的行为生活方式,养成良好的行为生活方式<sup>[1]</sup>。通过健康教育,人们可以提高对某些疾病的认知、行为与疾病之间的因果联系、以及疾病的发生发展危险因素<sup>[2]</sup>。脑出血患者预后与护理质量息息相关,因此高质量护理在脑出血患者中起着至关重要的作用。现针对健康教育在我院住院的脑出血患者护理中的应用进行分析和评价,具体调查结果如下。

## 1. 资料和方法

### 1.1 基本资料

采取随机方法。随机抽取2017年9月-2019年9月期间在我院住院的脑出血患者90例作为对照组,其中年龄在50-80岁,平均年龄(72.10±2.01);男性56例、女性34例;另选取2017年9月-2019年9月期间在我院住院的脑出血患者90例作为实验组,其中年龄在50-80岁,平均年龄(69.85±2.56);男性48例、女性42例。其中年龄、性别在组间不具备统计学意义( $P>0.05$ ),具有可比性。以上研究对象均符合脑出血诊断标准,且疾病处于稳定期。所有研究调查已经得到院方和患者及患者家属的同意和支持。

### 1.2 方法

1.21 对照组采取常规护理,包括基础护理指导、饮食结构指导。

1.22 实验组在常规护理的基础上辅以健康教育,具体措施如下:(1)针对疾病,结合患者病情加以解析,关于疾病发生的诱因、表现、危险因素及预后进行个体化讲解,避免专业词汇,保证患者能够对自己的病情有一个清楚的认知;(2)在患者的情绪方面及时的予以照顾,了解患者的需求,消除顾虑,积极的面对疾病的预后;(3)对患者进行生命体征项目的测量包括血压、脉搏、呼吸频率、体温并做记录,跟进患者的病情变化;(3)针对并发症,从饮食习惯、生活方式等方面对患者进行正面的指导,并就相关危险因素与疾病之间的关系加以阐述,旨在使患者在日后的护理中自觉接受并采纳正确的行为方式。

### 1.3 观察指标

分析调查并统计脑出血患者的焦虑、抑郁情况、并发症的发生概率及护理满意度。其中患者的焦虑、抑郁情况采取SAS和SDS评分。

### 1.4 统计学处理

采用SPASS17.0软件进行统计分析,焦虑、抑郁评分采用计量资料行t检验,并发症的发生概率及护理满意度采用计数资料行卡方检验, $P<0.05$ 具有统计学意义。

## 2. 结果

### 2.1 脑出血患者焦虑、抑郁评分比较

如表1所示,实验组脑出血患者发生焦虑、抑郁情绪情况明显

低于对照组,差异具有统计学意义( $p<0.05$ )。

表1. 脑出血患者焦虑、抑郁评分

组别	例数	焦虑分值	抑郁分值
对照组	90	42.20 ± 2.00	45.35 ± 2.65
实验组	90	34.25 ± 1.98	37.22 ± 1.99
t		19.25	16.07
P		<0.05	<0.05

### 2.2 脑出血患者并发症的发生概率及护理满意度统计

调查结果显示,对照组90例脑出血患者中,18例出现心理疾病,2例出现压疮,并发症的发生率为22.22%,实验组90例脑出血患者中仅5例出现心理疾病,无肺部感染及压疮出现,并发症发生率仅为5.56%,实验组脑出血患者并发症的发生概率较对照组低,差异具有统计学意义。实验组中98%的患者对护理表示很满意,远高于对照组79%。

## 3. 讨论

脑出血是指非外伤性脑实质内血管破裂引起的出血,占全部脑卒中的20%~30%,发生的原因主要与脑血管的病变有关,即与高血脂、糖尿病、高血压、血管的老化、吸烟等密切相关<sup>[3]</sup>。脑出血与情绪、运动等有关,起病较急,早期死亡率很高,幸存者中多数留有不同程度的运动障碍、认知障碍、言语吞咽障碍等后遗症,积极护理预后尚可<sup>[4]</sup>。本次研究证明,健康教育可在很大程度上帮助脑出血患者减低焦虑、抑郁的心理,数据显示实施健康教育的脑出血患者SAS和SDS数值均低于采取常规护理的患者,差值在组间具有统计学意义;通过调查统计患者并发症的发生情况,主要涉及肺部感染、压疮、心理疾病等方面发生率较低,肺部感染与压疮主要与长期卧床有关,健康的护理可以避免并发症的发生,心理疾病多受情绪影响,患者在发病后尚不能接受疾病对生活造成的影响,有效的健康教育在心理方面帮助患者缓解心理上的压力,积极面对生活,提高患者的生活质量,差异在组间具有统计学意义。

综上所述,健康教育可以帮助更全方位了解病情,缓解焦虑、抑郁情绪,对患者接下来的治疗具有一定积极意义,应予以普遍推广。

### 参考文献:

- [1]张森.优质护理服务在高血压脑出血患者健康教育中的实施效果分析[J].首都食品与医药,2019,26(7):139..
- [2]魏丽丽.优质护理在高血压脑出血患者健康教育中的实施效果分析[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(38):68,72.
- [3]张慧.个性化健康宣教在独居老年脑出血患者护理中的应用研究[J].饮食保健,2018,5(21):264-265.
- [4]唐红霞.健康教育在高血压脑出血患者术后康复护理中的应用价值分析[J].吉林医学,2019,40(7):1627-1628.