

探讨高血压患者护理中个体化延续护理应用对其生存质量的影响

黑丹妮 闫敏

(新疆维吾尔自治区人民医院 新疆乌鲁木齐 830001)

【摘要】目的：高血压属于一种老年常见病症，本文主要介绍了采用个体化延续护理对高血压患者生存质量的影响。方法：在2018年9月~2019年5月本院收治例如60例高血压患者为本文重点研究对象，随机分为两组--观察组、对照组，每组人员各30例。对照组根据科室要求采用常规护理措施，观察组个体化延续性护理。结果：观察组明显优于对照组，且服药依从性更高，差异有统计学意义($P < 0.05$)。结论：个体化延续性护理干预用于高血压患者护理，能够改善患者收缩压与舒张压水平，提高患者按时用药、血压监测、规律作息、健康饮食生活规律的遵医行为，进而提高患者生存质量，效果理想。

【关键词】高血压患者；个体化延续护理；生存质量

中图分类号：R473.5

引言

高血压是心血管内科最常见的慢性疾病，也是心脑血管病最主要的危险因素，以体循环动脉血压升高为主要临床特征，还伴有心、脑、肾等重要器官的功能或器质性损害，对患者的生活质量甚至生命造成严重威胁。有效的健康教育可明显提高高血压患者的疾病知晓情况，促进血压的控制

1 资料与方法

1.1 资料

2018年9月~2019年5月期间本院收治了60例高血压患者，随机分成两个组，观察组30例，对照组30例，年龄为40岁到60岁之间，具有差异性。

1.2 方法

对照组患者在院内治疗期间采取常规护理及治疗方式，包括定期健康教育、组织室外活动、每日监测血压等；出院前，护士叮嘱患者院外应按时服药，定期监测血压，如出现不适，可随时就诊，但不提供延续性护理服务。观察组患者在对照组基础上增加个体化延续性护理，具体措施如下：

1.2.1 成立专门的延续性护理小组

护理人员要为患者建立在治疗期间的档案，其中要包括患者的基本信息、护理方式、用药情况等，并对患者的生活饮食习惯、疾病史以及不良嗜好进行详细了解。

1.2.2 定期随访

在患者出院后定期随访，可通过打电话、视频和上门指导等来询问患者的病情恢复情况和不良症状等，在随访过程中需要指导患者用药并对其讲解该病的发病原因和治疗方法，强调按医嘱按时按量服用药物的重要性，对患者的血压进行测量，督促患者不可私自停药减药等。

1.2.3 建立个人档案

整理收集所有患者的一般资料和病情等情况，分析患者个体化差异。

1.2.4 信息修整

每次随访结束后，将患者反馈的信息登入到健康档案中，日常生活中多利用现代化技术与患者进行沟通，如建立微信群，宣传高血压防治小知识；建立微信公众号，向患者推送高血压相关文章。

1.2.5 建立健康评估表

在出院时为其佩戴24h动态血压监测仪，指导使用方法以监测患者出院后的血压状态。同时由护理人员对患者进行合理用药、健康饮食、科学运动等方面的健康指导，为每一位患者分发健康监测日志，指导患者每日进行准确的日志事项记录。

1.3 观察指标

①比较两组患者高血压控制情况，对两组患者干预开始第1天及干预结束后第1天的血压进行测量，每例患者测量5次，取其平均值，并进行对比；②比较两组患者护理生活质量使用生活质量分量表(Social Functioning - 36, SF - 36)对干预前后两组患者的生活健康水平进行评估。该量表能够对患者的生命质量进行评估，可分为生理功能、心理功能及生活功能3大部分，得分越高代表生活质量越高；③比较护理前后两组患者焦虑抑郁情况。

1.4 统计学方法

所有数据均采用SPSS20.0软件进行统计学分析，若 $P < 0.05$ ，则对数据之间有统计学意义。

2 结果

通过两组不同的护理方式，可以得出如下结论：

观察组患者血压控制明显优于对照组，差异有统计学意义($P < 0.05$)。

观察组服药依从性更高，差异有统计学意义($P < 0.05$)。

3 讨论

高血压作为最常见的慢性病之一，是造成心脑血管疾病最主要的危险因素，该病具有较高致死率，严重影响患者身心健康。高血压患者需要通过长期服用药物控制血压，可由于大多数患者出院后不具备良好的依从性，因此极大程度上导致血压再度出现危险，影响治疗效果与患者的生命安全，故而为患者实施个体化延续护理十分必要。高血压患者一经诊断需终身服药，因缺乏有效护理干预，随着出院时间的延长，发生懈怠心理，擅自减少药物服用数量及药量，更换药物种类等等现象出现，导致患者的生活质量大大降低。以往对于高血压患者的护理重点主要在患者住院期间的治疗方面。以往经验显示，高血压患者在出院后受到突发时间影响情绪及服药依从性差等，导致出院后二次入院的情况时有发生。故对于高血压患者出院后的延续性护理较为重要，对于患者的预后影响重大。个体化延续护理模式通过专业医护人员应用电话随访和网络视频模式对患者及家属实施一对一的居家健康教育，提高患者对自我病情的认识及自我护理能力，及时纠正患者居家过程中可能出现的治疗依从性降低、血压控制药物应用不当等问题，对患者生活方式进行适当干预。高血压是临床常见的慢性疾病，发病率比较高，而且呈现低龄化的态势。原发性高血压是高血压的主要类型，具有较高的复发率、死亡率以及致残率，已经严重威胁患者生命健康，而且容易诱发其他心血管疾病，成为研究的重点病症。目前，原发性高血压的治疗主要是以药物控制为主，需要终身治疗，患者只需要按时服用药物，高血压情况会得到明显的控制。但从临床实践来看，高血压患者的临床服药依从度明显比较低，也影响了临床护理效果，主要是高血压患者感觉自己病症好转以后会私自停药、改药，部分患者因病情反复产生了焦虑的心理，在临床治疗和护理中不愿意配合医生和护理人员，导致患者病情控制效果不佳。采用综合护理的方式可以更好的解决患者心理负担，做好健康教育和饮食、运动指导，帮助患者树立克服病症的信心，有利于提高患者依从度，从而更好的控制血压。

综上所述，个体化延续性护理模式能够将院内护理理念转移至患者家中，能提高患者的自我约束力，同时增加了患者家属对治疗的重视程度，使其参与进患者的护理当中，多方协力，进而有效改善患者症状，提高其生活质量。

参考文献

- [1]唐宁娟,刘俊伟,袁衬香,等.个体化延续护理对改善高血压患者生活质量的效果[J].国际护理学杂志,2016,35(16):2266-2268.
- [2]丁彬彬,毛德强,沈卓之,等.重庆市高血压流行现状及影响因素分析[J].中国慢性病预防与控制,2015,23(10):739-743.
- [3]韦春教.护理干预的延续性对高血压性鼻出血患者治疗的影响[J].中国医药指南,2016,14(10):226-227.