

强化健康教育在青年脑梗塞患者护理的效果

刘莎

华中科技大学同济医学院附属协和医院神经内科

【摘要】目的 探讨健康教育在青年脑梗塞患者护理中的应用效果。方法 选取本院神经内科 2017 年 8 月至 2018 年 12 月收治的 100 例青年脑梗塞患者为研究对象,采用随机数字表法将患者分为对照组与观察组,每组患者各 100 例,对照组患者采取常规护理干预,观察组患者在常规护理基础上给予其健康教育,比较两组患者治疗依从性。结果 观察组患者治疗依从性明显优于对照组,差异有统计学意义 ($P<0.05$)。结论 给予青年脑梗塞患者健康教育可有效增强患者对疾病的认知,提升其治疗依从性,值得进一步推广使用。

【关键词】健康教育;脑梗塞;治疗依从性

青年脑梗死患者是指年龄在 45 岁以下的脑梗死患者[1]。随着生活水平的提高和生活习惯的改变,脑梗塞的发病呈现越来越明显的年轻化趋势。国内有报道青壮年脑梗死占全部脑梗死的 2.7%~14%[2]。青年患者正处于学习、生活、工作的关键时期,一旦发生脑梗塞,将严重影响患者的生活质量。护理工作是青年脑梗塞患者顺利康复的重要保障,对青年脑梗塞发生的相关因素进行分析,有针对性的实施护理措施,促进患者尽快康复,预防再次发生脑梗塞,是降低患者损失的重要途径。因此本研究进行了初步探讨,现将结果报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取本院神经内科 2017 年 8 月至 2018 年 12 月收治的 200 例青年脑梗塞患者为研究对象,男 148 例,女 52 例,年龄 18~40 岁,平均 (30.96 ± 9.67) 岁。随机选取 100 例作为观察组,另 100 例作为对照组。2 组患者性别、年龄、伴发疾病及既往史比较差异无统计学意义 ($P>0.05$),具有可比性。

1.2 方法 对照组给予常规护理,包括按医嘱用药、运动指导和饮食指导。观察组在常规护理的基础上进行健康教育。具体操作步骤如下:(1)生活指导: BMI 是引起青年脑梗塞的因素之一。BMI 是衡量患者是否肥胖的有力指标。在青年脑梗塞患者中, BMI 普遍升高,这说明肥胖是引发脑梗塞的原因[3]。(2)体育指导:在护理工作中,应加强对患者的健康教育,向患者及家属普及肥胖对机体的损害,使其建立积极运动的信心。根据患者的病情和肢体活动情况,帮助患者采取散步、慢走、慢跑等多种运动方式,保证活动量,控制体重,加强饮食控制,避免摄入过多能量,营养过剩。在纠正肥胖的同时,也间接改善患者的糖尿病、高血压、高脂血症等多种脑梗塞发病危险因素。吸烟能够损伤血管内皮,过量饮酒导致血压升高,酒精同时能够引起脑血管平滑肌收缩,引起脑梗死[4]。(3)心理护理:由于青年脑梗死患者正处于人生的黄金阶段,是家里和社区的顶梁柱,而脑梗死造成患者不同程度的生活障碍,且病程长,使得患者不能正确面对现实,产生抑郁焦虑,甚至自卑悲观的不良心理反应。作为医护人员要随时观察患者的情绪变化,讲解脑梗死相关的疾病发生原因,危险因素、临床表现及治疗与预后情况,处处关心他们,尽最大可能满足病患的合理要求,勤巡视病房与患者沟通交流,减少患者的不良情绪,帮助患者树立战胜疾病的信心。

1.3 评价标准 比较两组患者治疗依从性。

1.4 统计学方法 数据采用 SPSS20.0 统计学软件分析,计量资

料用均数 \pm 标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表示,比较采用 t 检验,计数资料采用百分率表示,组间对比采用 χ^2 检验。以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

观察组患者治疗依从性明显优于对照组,差异有统计学意义 ($P<0.05$),见表 1。

表 1 两组患者治疗依从性比较

组别	依从	一般依从	不依从	依从率
对照组 (n=100)	64	25	11	89%
观察组 (n=100)	85	12	3	97%

3 讨论

青年发生脑梗塞的危险因素众多,如肥胖、高脂血症、高血压、高血糖之间是相互作用的;相应的,针对这些危险因素实施的护理对策也不是独立存在的,在饮食护理、运动锻炼护理、戒烟限酒、控制血压、血糖、调节血脂等多种护理工作中,各个部分相互穿插、共同作用,在多个方面进行护理工作[5],使患者的饮食、运动、服药等各方面均得到相应的护理,从而共同发挥护理作用,在各个危险因素发挥护理干预作用,从而降低青年人发生脑梗塞的危险。

综上所述,早期、及时、正确的对患者实施康复训练,提高临床治疗效果和患者生活质量,最大限度地减少残障,提高青年脑梗死患者的生活质量。

参考文献

- [1]中华医学会.全国第四次脑血管病学术会议制定各类脑血管病的诊断要点[J].中华神经科杂志,2007,29(6):379.
- [2]Lin CL, Howng SL. Nontraumatic intracerebral hemorrhage in young adults Kaohsiung [J]. J Med Sci, 2007, 23950: 237 - 242.
- [3]陈 漩,高小平,梁 辉,等.青年缺血性脑卒中患者病因及相关危险因素分析[J].国际神经病学神经外科学杂志,2013,40(4):304-307.
- [4]张燕梅.试论青年缺血性脑卒中常见危险因素及临床特点分析[J].心血管病防治知识(学术版),2015,24(20):14-16.
- [5]闫芳,王艳菊,顾兵,许武勤,刘玥嘉,李立新,沈维.健康教育在青年脑梗塞患者护理的效果[J].世界最新医学信息文摘,2018,18(69):226.