

# 个性化健康教育对高血压脑出血患者及家属依从性的影响

赵顺丽

(云南省滇南中心医院红河州第一人民医院 云南 红河 661100)

**摘要:** 高血压脑出血疾病在临床上有较高的发病率。该疾病已经成为全球关注的公共卫生问题。据大量临床资料显示, 脑出血的致病原因与高血压密切相关, 同样高血压也是心脑血管最常见的危险因素。因此针对高血压患者需要对其积极有效的护理干预, 尽可能降低高血压引起的脑出血。据相关资料显示对高血压脑出血患者及家属进行个性化健康教育可明显提高其治疗和护理依从性, 能改善患者疾病预后效果。因此本文选取 2020 年 3 月-2021 年 3 月在本医院治疗的 80 例高血压脑出血患者为研究对象, 探讨个性化健康教育对高血压脑出血患者及家属依从性的影响。

**关键词:** 个性化; 健康教育; 高血压脑出血; 依从性

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取 2020 年 3 月-2021 年 3 月在本医院治疗的 80 例高血压脑出血患者为研究对象, 随机均分为对照组和观察组。对照组男女比例 23:17, 最小年龄 58 岁, 最大 88 岁, 平均 (69.31 ± 2.34) 岁; 观察组男女比例 24:16, 最小年龄 59 岁, 最大 87 岁, 平均 (68.34 ± 2.21) 岁。两组患者一般资料差异性不大, (P>0.05) 有统计学意义。

### 1.2 方法

对照组实施常规护理措施, 包括护理人员密切监测患者生命体征、介绍病房环境、做好患者的用药护理、开展对患者的常规健康教育等。

观察组在对照组常规护理基础上落实个性化健康教育。护理人员需要对患者进行全方位评估, 比如入院介绍、疾病知识介绍、各项生命体征监测以及心理状况监测等。其中观察组个性化健康教育内容详细如下, (1) 入院评估。患者入院时护理人员需要将病房实际布局情况详细告知患者及家属, 并全面评估患者, 包括患者姓名、年龄、性别、饮食习惯、体质指数、是否吸烟饮酒、文化水平等, 构建患者健康档案, 并确保健康档案内容的完善性, 做好健康档案的分类和整理。此外, 护理人员需要与患者和家属沟通, 尽可能采集到更多与疾病相关的信息, 方便医生诊疗。同时要取得患者的信任感, 这样可构建起和谐的护患关系, 促使患者主动配合医护人员进行治疗; (2) 向患者普及健康知识。针对患者和家属需求对其进行个性化健康教育。护理人员可以借助多媒体设备集中对患者进行健康教育, 这样可促使患者对自身疾病有正确性认识, 知道诱发疾病的因素及其相应治疗措施<sup>[1-2]</sup>; (3) 医生与患者一起制定目标血压, 取得患者配合的同时提高他们自我管理意识。同时护理人员可以针对患者及家属实际情况指导他们如何正确测量血压, 增强患者测量血压的积极性和主动性; (4) 护理人员对患者高血压高危因素进行评估, 以便对他们针对性指导。比如结合患者实际情况为他们制定个性化饮食方案, 改变患者不健康的饮食方式。加强对患者及家属食用盐和食用油控制技能培训, 确保患者及家属严格控制每日用盐量和用油量。此外, 家属与护理人员联合在一起督促患者戒烟戒酒, 增强患者烟酒戒除自信心; (5) 加强对患者心理护理, 长期用药的患者在心理上会存在或多或少的焦虑、抑郁等不良情绪, 护理人员与家属一起积极与患者交谈, 了解患者心中所想, 及时疏导他们不良心理情绪; (6) 做好患者的出院指导, 告知患者健康饮食方案、康复运动注意事项以及复查时间, 并嘱咐患者及家属在家中定时监测血压血脂, 期间患者若出现不适及时到医院检查<sup>[3-4]</sup>。

### 1.3 观察指标

比较两组患者护理依从性、服药依从性、生活依从性。

### 1.4 统计学方法

数据资料用 SPSS19.0 软件分析, 计数资料  $\chi^2$  检验, (%) 表示; 计量资料 t 检验, ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示; 数据比较显著差异且有统计学意

义用 P < 0.05 表示。

## 2 结果

详见表 1。

表 1 两组患者依从性比较 (n, %)

组别	例数	护理依从性	服药依从性	生活依从性
对照组	40	65.3	64.5	69.3
观察组	40	95.4	89.6	91.2
X2		2.1784	3.4915	3.6471
P		< 0.05	< 0.05	< 0.05

## 3 讨论

高血压脑出血在临床上有较高的发病率, 该疾病以老年患者居多, 且有较高的死亡率和致残率。高血压是很多疾病的危险因素, 因此患者需要积极治疗控制血压。临床上对于高血压脑出血的患者, 护理人员需要对其进行一系列的护理干预, 严格控制患者血压, 以免引发其他并发症。个性化健康教育可针对每位患者的实际情况对其进行一系列的健康指导。个性化健康指导具有较强的组织性和计划性, 便于让患者及家属对疾病相关知识有更加深入性了解, 能了解疾病发生、发展、治疗以及预防的全过程, 这对帮助患者养成健康的生活习惯具有重要作用<sup>[5-6]</sup>。

本次研究中对观察组患者实施个性化健康教育, 结果发现该组患者护理依从性、服药依从性以及生活依从性明显得到提高。个性化健康教育下患者意识到了高血压的严重性和危险性, 可主动配合医护人员进行治疗, 能显著提高治疗效果。本次研究中观察组患者护理依从性为 95.4%、服药依从性为 89.6%、生活依从性为 91.2%, 明显高于对照组, (P<0.05), 有统计学意义。这说明个性化健康教育对高血压脑出血患者非常有效, 可提高患者治疗护理依从性。

综上所述, 个性化健康教育可提高高血压脑出血患者及家属的依从性, 能显著增强治疗效果, 能促使患者对自身疾病有全面性了解。个性化健康教育可以在临床积极推广。

## 参考文献

- [1] 张军英. 个性化健康教育对高血压脑出血患者及家属依从性的影响[J]. 大家健康(下旬版), 2016, 10(3): 268.
- [2] 尹红, 郭星凤. 个性化健康教育对高血压脑出血患者及家属依从性的影响[J]. 中国疗养医学, 2015(4): 349-351.
- [3] 李建华, 黄春刚, 张国栋, 等. 同步实施家属健康教育对高血压脑出血患者治疗依从性及康复治疗效果的影响[J]. 中国美容医学, 2012, 21(2): 425-426.
- [4] 石的红. 早期康复护理联合健康教育对高血压脑出血患者干预效果分析[J]. 中国现代药物应用, 2020, 14(9): 223-225.
- [5] 刘萍. 优质护理在高血压脑出血患者健康教育中的实施[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(39): 76.
- [6] 王娇娇. 高血压脑出血患者健康教育实施优质护理的分析[J]. 东方药膳, 2020(10): 258.