

护理干预对提高高血压患者自我效能的价值分析

苏桂玉

(吉林省白山市长白朝鲜族自治县八道沟镇中心卫生院 134407)

摘要:目的:分析护理干预对提高高血压患者自我效能的价值。方法:在我院收治的高血压患者中,择取2020年1月至2022年1月入院的130例作为研究对象,按照盲选法将患者划分为对照组和观察组,每组各有65例。其中,采取常规护理干预的患者为对照组,采取全面护理干预的患者为观察组。就2组患者的自我效能进行评估和比较。结果:观察组患者的自我效能评分相较于对照组更高,差异显著($P < 0.05$)。结论:在高血压患者治疗期间,对其予以积极的护理干预,可提高患者的自我效能,改善其生活质量,值得推广。

关键词:护理干预;高血压;自我效能;价值

高血压作为临床发生率较高的一种慢性疾病,其已经成为危害中老年人健康的主要疾病之一。该种疾病具有发病隐匿、进展缓慢、初期症状少、病程长、并发症多等特点^[1]。多数患者都需要保持长时间的用药和生活干预来保证血压的稳定性,这也就对个体的自我管理能力要求较高。在本次研究中,提出以积极的护理干预来提高高血压患者的自我效能,保证其自我管理效果。详细报道如下。

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

在我院收治的高血压患者中,择取2020年1月至2022年1月入院的130例作为研究对象,按照盲选法将患者划分为对照组和观察组,每组各有65例。

对照组中,男性患者和女性患者各有39例、26例,年龄在40到76岁之间,平均年龄(58.52 ± 2.31)岁,病程在1到18年之间,平均年龄(7.68 ± 1.32)年;

观察组中,男性患者和女性患者各有37例、28例,年龄在40到77岁之间,平均年龄(58.67 ± 2.41)岁,病程在1到20年之间,平均年龄(7.48 ± 1.34)年。

所有患者均经过临床检查,符合高血压的诊断标准^[2];且患者未出现其他高血压合并症;患者与家属对研究知情,签署同意书。在对两组患者的一般资料进行统计后,确定 $P > 0.05$,可比。

1.2 方法

对照组患者实施常规护理干预,其在患者入院后,遵医嘱对其进行给药指导、血压监测等服务;

观察组患者实施全面护理干预,其内容为:

(1)健康教育。在患者入院后,及时组织高血压患者进行健康教育相关视频观看,从而让其能够了解疾病的相关知识,且就自我护理内容进行明确,提高自我管理能力。就高血压并发症的预防进行教育,让其具备心理准备和应对能力。同时,引导患者进行自主的血压测量和记录,保证操作的准确性。为患者发放健康教育手册,其中明确饮食禁忌、行为指导等,以引导患者开展日常生活和疾病管理。

(2)饮食干预。护理人员定期组织患者进行疾病相关知识学习,且根据其机体状况、体重与体力活动量等,来对其进行每日所需营养评估,并结合患者的喜好,来制定每日能量供给方案,肥胖者摄入量减少,消瘦者摄入量增加。叮嘱患者保持少食多餐的选择,按时按量进食。

(3)生活起居。结合患者的实际状况,为其制定每日作息时间表,对患者每日起床、睡觉的时间进行确定。同时,告知患者适量运动的重要性,结合其身体状态,来为其制定合理的运动方案。告知患者心理健康对生理健康的影响,使之保持心态平和。

1.3 评价指标

在患者干预后,以高血压患者自我效能评价量表^[3]来对其自我效能进行评估。在量表中,需要对患者的基本信息进行搜集和核对,其评估项目有坚持运动、戒烟酒、服药情况、控制饮食、血压监测、

定期复诊等内容。每个题目按照完全没有信心(0分)、基本没有信心(1分)、不确定(2分)、基本有信心(3分)、完全有信心(4分)计分,分值越高,自我管理效能越好。

1.4 统计学分析

数据以统计学软件SPSS18.0分析,以($\bar{x} \pm s$)表示计量资料,经t检验;以率(%)表示计数资料,经 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

观察组患者的自我效能评分相较于对照组更高,差异显著($P < 0.05$)。详见下表。

表12组患者的自我效能比较($\bar{x} \pm s$,分)

自我效能指标	观察组(n=65)	对照组(n=65)
戒烟酒	3.72 ± 0.45	3.02 ± 0.72
服药情况	3.45 ± 0.72	2.73 ± 1.13
控制饮食	3.56 ± 0.84	2.76 ± 1.30
坚持运动	2.98 ± 0.81	2.24 ± 1.24
血压监测	2.56 ± 1.82	1.42 ± 1.23
定期复诊	2.78 ± 0.93	1.30 ± 1.42

3 讨论

高血压在近几年的覆盖面不断扩大,严重影响着中老年人的生命健康。而作为一种不可治愈的终身性疾病,临床多主张以长期用药来进行血压控制,同时,配合积极的生活干预,来保证控制效果。但这类型的控制措施,多依靠患者的自我管理能力,这也就意味着,患者自我效能越好,其自我管理越好^[4]。有效地护理干预,能够提高患者的自我效能。全面护理干预作为一种综合性的护理方案,其能够从多个方面来强化患者的认知,提高其自我管理^[5]。在本次研究中,采取常规护理干预的对照组和采取全面护理干预的观察组,在自我效能评分上比较,以后者占优势,这也就论证了其可靠性。

综上所述,在高血压患者治疗期间,对其予以积极的护理干预,可提高患者的自我效能,改善其生活质量,值得推广。

参考文献:

- [1]李永珍.自我效能增强的护理干预在高血压致鼻出血患者中的应用价值研究[J].心血管病防治知识,2021,11(26):82-84.
- [2]张玉萍.基于常识模式的护理干预在农村高血压住院患者自我管理中的应用[D].南华大学,2021.
- [3]林雪芬,林文双,胡茵,黄燕丽,郝瑞清.延续护理干预在提高高血压患者自我管理自我效能和治疗依从性中的作用[J].慢性病学杂志,2018,19(08):1091-1092.
- [4]贺丽娜.优质护理干预对原发性高血压患者遵医行为及自我效能的影响[J].首都食品与医药,2018,25(15):165.
- [5]姚峰.基于心理资本理论的护理干预对老年高血压患者自我效能和生活质量的影响[J].护理实践与研究,2018,15(10):144-146.