

探讨社区中心应用健康教育对于慢性病防控工作的作用与价值

许玉屏

昆明市疾病预防控制中心 云南昆明

【摘要】目的 观察社区中心在开展慢性疾病预防工作开展健康教育的作用。**方法** 按照对比观察的方式开展探究，纳入 2021 年 2 月至 2022 年 5 月某社区老年慢性病患者 86 例，双盲法均分为对照组（43 例，常规干预）和观察组（43 例，进行健康教育）。分析干预效果。**结果** 对比两组患者慢性疾病知识掌握率、并发症发生率、良好生活养成率，观察组均明显优于对照组， $P<0.05$ 。对比两组患者血压达标率、血糖达标率以及血脂达标率、运动锻炼达标率，在干预后观察组明显高于对照组， $P<0.05$ 。**结论** 社区中心在进行慢性病防控工作过程中及时开展健康教育，可以帮助患者更为全面对慢性疾病防控知识进行掌握，并对患者健康水平进行改善，帮助患者血糖、血压以及血脂指标进行改善。

【关键词】 社区中心；健康教育；慢性病；防控

【收稿日期】 2022 年 12 月 20 日 **【出刊日期】** 2023 年 2 月 28 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijcr.20230074

To explore the role and value of applying health education in community center for chronic disease prevention and control

Yuping Xu

Kunming CDC Kunming, Yunnan

【Abstract】 Objective To observe the role of community center in health education for chronic disease prevention and control. **Methods** According to the method of comparative observation, 86 elderly patients with chronic diseases in our community from February 2021 to May 2022 were enrolled. They were divided into control group (43 cases, routine intervention) and observation group (43 cases, health education) by double blind method. Analyze the effect of intervention. **Results** Compared with the control group, the observation group was significantly better than the control group in terms of the knowledge mastery rate of chronic diseases, the incidence rate of complications and the rate of good life cultivation, $P<0.05$. By comparing the blood pressure, blood glucose, blood lipid and exercise, the observation group was significantly higher than the control group after intervention ($P<0.05$). **Conclusion** In the process of chronic disease prevention and control, the community center should carry out health education in a timely manner, which can help patients master the knowledge of chronic disease prevention and control more comprehensively, improve the health level of patients, and help patients improve blood glucose, blood pressure and blood lipid indicators.

【Keywords】 Community center; Health Education; Chronic disease; prevention and control

随着居民生活方式以及饮食习惯等改变，慢性疾病在我国中老年群体中的发生率正以较快的速度在增加，以高血压、糖尿病、冠心病等最为常见，对患者健康所造成的负面影响较大。该类疾病治疗周期较长，部分疾病（高血压、糖尿病）尚无根治措施，需要患者长期用药^[1-2]。且患者自身生活习惯会在一定程度上影响到病情，为促使慢性病患者可以得到有效的恢复。社区中心

在开展慢性病防控工作过程中更需要采取有效的干预方式，提升患者健康水平^[3]。将健康教育运用到社区中心慢性病防控中逐步在重视。本次研究就对健康教育在社区中心慢性疾病防控工作中的作用进行分析。

1 资料与方法

1.1 一般资料

按照对比观察的方式开展探究，纳入 2021 年 2 月

至 2022 年 5 月某社区老年慢性病患者 86 例，双盲法均分为对照组（43 例，常规干预）和观察组（43 例，进行健康教育）。在患者组成方面，对照组中男性 22 例，女性 21 例，年龄在 61—78 岁间，均值为（69.83 ± 1.74）。观察组中男性 24 例，女性 19 例，年龄在 60—77 岁间，均值为（68.58 ± 1.88）。对比两组基本数据， $P > 0.05$ 。

1.2 方法

在为对照组进行慢性疾病防控过程中，各方面干预措施均按照常规形式进行开展。定期在社区进行健康知识讲解，为患者宣贯常见疾病的特点以及在日常生活习惯和慢性疾病间的联系，帮助患者对慢性疾病进行认识。同时定期在社区对进行常见检查，了解患者血压、血糖等水平变化情况，结合患者具体情况开展针对性宣贯等。在对观察组对象进行慢性病防控过程中则需要开展健康教育：（1）健康管理档案进行建立。社区中心需结合每一位慢性病患者病症情况建立健康管理档案，包括日常治疗方案、患者生活习惯、饮食喜好等，确保对患者各方面情况具备有较为全面的认识。（2）优化健康知识讲座。在常规集中健康知识讲解的过程中，由社区医护人员统一为患者进行讲解，对应讲解措施缺乏针对性。在对观察组患者进行集中宣贯时，需对本组患者慢性疾病分布情况进行统计，并分析本组患者在日常生活习惯等方面的共性，开展针对性宣贯。逐一为患者讲解高血压、冠心病、糖尿病等常见慢性疾病的特点，诱发因素，临床对于该类慢性病的治疗措施等。在宣贯过程中需及时提问，了解患者对健康知识的掌握情况，并进一步为患者进行讲解。（3）建立线上宣教平台。可以借助微信、QQ 等网络社交平台及时为患者提供线上健康教育。社区医护人员可以及时为患者推送有关疾病防治的推文等，帮助患者进行了解。且患者在恢复中存在的各方面疑问，可以及时在微信、QQ 中提出，社区医护人员可及时为其解答。（4）饮食指导。饮食习惯对于慢性疾病患者恢复以及病症进展等均存在有密切联系。在进行健康教育的过程中，需做好患者饮食指导工作。指导

患者在日常饮食中以清淡、容易消化食物为主，可以适当增加对蔬菜、水果的摄入，达到对维生素进行补充的目的，提升患者免疫力。（5）指导患者积极参与运动锻炼。慢性疾病患者在日常恢复期间需保持良好运动习惯，可以适当开展有氧运动，进行散步、慢跑等，达到提升患者身体素质的目的。且需要指导患者在运动期间结合自身情况对运动量合理进行控制，不得促使自身产生劳累感等，以免影响到自身恢复。

1.3 观察指标

在本次研究中需对两组患者慢性疾病知识掌握率、并发症发生率、良好生活养成率进行统计，并对两组血压达标率、血糖达标率以及血脂达标率、运动锻炼达标率进行统计。

1.4 统计学方法

本次研究中各数据都借助 SPSS20.0 进行处理，百分数对计数数据进行表示，卡方检测， $P < 0.05$ 差异具备统计学意义。

2 结果

2.1 两组慢性疾病知识掌握率、并发症发生率、良好生活养成率统计

对比两组患者慢性疾病知识掌握率、并发症发生率、良好生活养成率，观察组均明显优于对照组， $P < 0.05$ ，详见下表 1。

2.2 两组健康指标达标率

对比两组患者血压达标率、血糖达标率以及血脂达标率、运动锻炼达标率，在干预后观察组明显高于对照组， $P < 0.05$ ，详见下表 2。

3 讨论

慢性疾病为当前威胁中老年群体健康的主要病症类型，病症诱发因素较为复杂。结合临床近几年实际有关统计可以发现，受到不健康生活方式以及饮食习惯等因素的影响，慢性疾病患者的数量存在有持续上升的趋势^[4-5]。以高血压、冠心病、糖尿病为主，病症存在有较大治疗难度，多数慢性疾病患者无法在短时间内治愈，糖尿病、高血压尚缺乏根治措施，需要患者长期用药对病症进行控制。

表 1 两组慢性疾病知识掌握率、并发症发生率、良好生活养成率统计[n,(%)]

组别	例数	慢性疾病知识掌握率	并发症发生率	良好生活养成率
观察组	43	41 (95.35)	42 (97.67)	39 (90.70)
对照组	43	35 (81.40)	36 (83.72)	34 (79.07)
χ^2	-	8.253	9.052	10.142
P	-	0.001	0.001	0.001

表 2 两组健康指标达标率统计[n,(%)]

组别	例数	血压达标率	血糖达标率	血脂达标率	运动锻炼达标率
观察组	43	42 (97.67)	41 (95.35)	40 (93.02)	41 (95.35)
对照组	43	34 (79.07)	35 (81.40)	35 (81.40)	34 (79.07)
χ^2	-	11.427	10.685	9.247	11.728
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

患者自身生活习惯以及饮食等均会影响到病症的发展,为有效保障慢性病患者健康,在该部分患者恢复过程中,更需要做好对应的病症管理工作,采取有效干预措施,帮助患者对自身病症特点以及防治要点进行掌握^[6-7]。在社区中心对慢性病管理的过程中,及时开展健康教育,可以帮助慢性病患者对常见慢性疾病特点有更为全面的认知,引导患者在恢复期间养成良好的饮食习惯以及生活方式等,达到稳定病情,减慢病症发展速度的目的^[8-9]。避免患者在日常生活中因自身不合理饮食或者生活方式,影响到自身恢复。该方面干预在高血压、糖尿尿等患者管理过程中存在有极为重要的作用。

且指导患者认识到积极参与运动锻炼的重要作用,合理开展运动锻炼,对于促进患者恢复同样存在有作用^[10]。慢性疾病患者在恢复期间,通过指导其积极开展有效运动锻炼,可以达到促进代谢的目的,改善血液循环,对应预防血液系统疾病,改善患者糖尿病、高血压症状等均存在有极为重要的作用。同时,更可以达到增强患者自身体质的目的。

从本次观察可以发现,社区中心在进行慢性病防治工作的过程中及时开展健康教育,可以促使患者对自身病症的特点形成更为清晰的认知,并养成良好生活习惯。有助于促使该部分血压水平、血脂水平以及血糖水平稳定在正常范围内,保障该部分患者健康,降低慢性疾病对患者健康所造成的负面影响。

综合本次探究,社区中心在进行慢性疾病防控工作的过程中可以将健康教育进行运用,充分提升慢性病患者对常见慢性疾病的认知水平,掌握预防措施,引导其养成健康生后习惯,降低病症发生率。

参考文献

[1] 乐贵珍,童玲,王秀娟.上海市三家综合性医院慢性病住

院患者健康素养现状及其影响因素研究[J].中国老年保健医学,2022,20(04):86-90.

[2] 熊依杰,许丽娜,周文娟.2020 年海淀区社区中心医务人员健康素养现状及影响因素分析[J].慢性病杂志,2022,23(04):541-546.

[3] 李进,杨佳.基于基本公共卫生服务项目的北京市某区慢性病管理现状分析[J].中国健康教育,2021, 37(07): 620-624.

[4] 崔慧娟.健康教育在慢性病防控工作中的应用[J].口岸卫生控制,2020,25(04):47-49.

[5] 武梅.疾控中心健康教育在慢性病防控工作中的应用分析[J].心理月刊,2020,15(14):155.

[6] 魏学娟,陈颖,吴浩.应用智能语音外呼系统向社区慢性病患者科普新型冠状病毒肺炎知识的效果评价[J].中华全科医师杂志,2020,19(05):388-393.

[7] 赵岳松.社区老人慢性病健康教育干预效果[J].中国社区医师,2020,36(06):188+190.

[8] 时玉凤.疾控中心健康教育在慢性病防控工作中的应用[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(13):109.

[9] 刘德刚.疾控中心健康教育在慢性病防控工作中的作用[J].中国农村卫生,2019,11(04):84+86.

[10] 周春英.社区慢性病管理的意义与服务模式分析[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(05):166+175.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。
<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS