

健康教育在高血压护理中的应用效果

陈玲妹

永康市第一人民医院医共体西溪分院 浙江永康

【摘要】目的 本文对高血压疾病患者护理措施重点研究，同时探讨健康教育应用的重要性，并与临床常规护理效果进行对比。**方法** 收集 2018 年 4 月-2022 年 5 月间我院 289 例高血压患者病例为研究对象，研究期间根据护理方式进行分组，研究组采用基础护理的同时加强健康教育干预（150 例），参照组接受常规护理（139 例），针对不同组别、不同护理方法进行数据统计，记录患者心率水平、血压水平、情绪状况、生活质量评分、患者满意度等相关数据，并予以对比。**结果** 护理前：心率、收缩压、舒张压、SAS、SDS、心理功能、生理功能、社会功能、躯体功能、自我护理水平各项数据统计后显示组间无差异性（ $P > 0.05$ ）；护理后：临床获得各项研究数据，研究组与参照组对比存在明显差异（ $P < 0.05$ ），以研究组数据更具优势性。**结论** 健康教育的临床应用，有助于改善患者心率及血压水平，有效缓解患者负性情绪，提升生活质量，效果确切，并获得患者高度满意与认可，值得推荐并广泛使用。

【关键词】 高血压；健康教育；临床应用；护理效果

【收稿日期】 2023 年 1 月 16 日

【出刊日期】 2023 年 2 月 17 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20230095

Application effect of health education in hypertension nursing

Lingmei Chen

Xixi Branch of Medical Community, The First People's Hospital of Yongkang, Zhejiang

【Abstract】Objective To study the nursing measures of patients with hypertension disease, explore the importance of health education application, and compare with the clinical routine nursing effect. **Methods** 289 cases of hypertension patients in our hospital from April 2018 to May 2022 were collected as research objects. During the study period, they were divided into groups according to nursing methods. The study group adopted basic nursing while strengthening health education intervention (150 cases), and the reference group received routine nursing (139 cases). Patients' heart rate, blood pressure, emotional status, quality of life score, patient satisfaction and other relevant data were recorded and compared. **Results** Before nursing, there were no differences in heart rate, systolic blood pressure, diastolic blood pressure, SAS, SDS, mental function, physiological function, social function, physical function and self-care level among groups ($P > 0.05$). After nursing: The clinical data of various studies were obtained. There were significant differences between the study group and the reference group ($P < 0.05$), and the data of the study group was more dominant. **Conclusion** The clinical application of health education is helpful to improve the heart rate and blood pressure of patients, effectively relieve patients' negative emotions, improve the quality of life, the effect is accurate, and obtain patients' satisfaction, worthy of recommendation and widespread use.

【Keywords】 hypertension; Health education; Clinical application; Effect of nursing

高血压是一种慢性疾病，易患病且不易被治愈，主要以中老年人作为高患病群体。近年来，这类人群逐渐增多，而且逐渐年轻化，这也引起了社会各界的广泛关注。血压高是高血压患者的典型特征，当患者长期受到血压异常情况的影响，很容易出现较严重的并发症，促使危险性增加，严重威胁患者的生命安全^[1]。

除了患病后急需有效的治疗外，还需更优质的护理干预介入，才能确保患者血压水平得到更好的控制，帮助高血压患者减轻疾病带来的病痛。有研究表明，在基层卫生院中提升护理人员服务技能，确保护理质量的有效性，不仅有助于提升患者临床治疗效果，同时还能提升患者对医院的整体印象，所以，加强基层卫

卫生院护理质量是非常有必要的工作^[2]。目前基层卫生院多数采取常规护理服务,护理不够全面,针对性差,加上与患者沟通不够,导致医护患很难有效配合,进而导致患者对护理服务不满意,甚至还会影响治疗效果^[3]。本文收集2018年4月-2022年5月间我院289例高血压疾病患者,对其护理措施重点研究,同时探讨健康教育应用的重要性,并与临床常规护理效果进行对比,具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

收集2018年4月-2022年5月间我院289例高血压患者病例为研究对象,研究期间根据护理方式进行分组,研究组:患者150例,年龄跨度53-71岁,均值(62.30±2.61)岁,男性82例、女性68例;参照组:患者139例,年龄跨度55-73岁,均值(64.19±2.62)岁,男性75例、女性64例;患者资料通过统计学检验 $P>0.05$,可开展本研究。纳入标准:①经我院确诊为高血压患者;②患者临床资料完整,研究期间可全程积极配合;③无语言沟通障碍。排除标准:①合并如恶性肿瘤等重大疾病者;②患者存在精神障碍,无法正常沟通、交流;③患者及其家属不是自愿参加本次研究。本次研究通过我院伦理委员会审核。

1.2 方法

参照组:常规护理。

研究组:以常规护理为基础,实施健康教育,方法为:①对患者及其家属进行有关高血压疾病知识的健康宣教,让其对此病有更深入的了解,消除其错误认知。宣教方式可采用:发放资料、播放视频、面对面讲述等方式进行。②针对患者用药情况进行健康教育,告知其正确的用法及用量^[4]。叮嘱患者严格遵医嘱,按时按量服药,切勿擅自停药或者减量。并将药品名称、药品厂商清楚的告知患者,提前告知其用药可能出现的不良反应,以及解决办法。③对患者心理情绪进行健康教育,让患者深知良好情绪的重要性。建立良好的医患关系,护理人员应平等对待每一位患者,确保每一位患者都得到足够的尊重,拉近护士与患者之间的距离,增强患者对合作的信任^[5]。对于抑郁、焦虑等情绪的患者,可以进行音乐等针对性治疗,缓解其不良或紧张情绪;如果患者病情比较严重,可以按照医嘱进行药物治疗,减轻患者的不良病情。护理人员对患者提出的问题要正确、及时、合理地回答;同时尽量满足合理的要求,提高患者的满意度。④饮食方面进行健康教育,让患者了解健康饮食对高血压控制的

作用。对患者的具体情况进行详细分析和掌握,制定更符合患者自身的饮食计划,并确保对患者的病情有益,并保证患者摄入充足均衡的营养,少使用高盐食物,多吃高蛋白食物,切勿长期熬夜、暴饮暴食。⑤运动方面进行健康教育,告知患者坚持锻炼的效果,及对疾病恢复的作用^[6]。根据患者的身体状况,安排适合的运动项目,并鼓励其坚持每天科学、有规律的锻炼。

1.3 判定标准

针对不同组别、不同护理方法对两组进行数据统计,记录患者心率水平、血压水平(收缩压、舒张压)、情绪状况(SAS、SDS)、生活质量评分(心理功能、生理功能、社会功能、躯体功能、自我护理水平)、患者满意度等相关数据,并予以对比,来分析应用办法的有效性。

1.4 统计学方法

利用 χ^2 对计数资料(n%)进行检验;利用t对计量($\bar{x}\pm s$)检验。文中所体现的数据均借用SPSS21.0数据包深入处理,若显示 $P<0.05$,说明了有意义,若无意义时,则会显示出P值超过0.05。

2 结果

2.1 记录两组患者护理前后心率、收缩压、舒张压、SAS、SDS、心理功能、生理功能、社会功能、躯体功能、自我护理水平各项数据:

2.2 调查患者满意度情况,统计数据进行对比

研究组(n=150):患者总满意率146(97.33%),其中非常满意者92(61.33%)、一般满意者54(36.00%)、不满意者4(2.67%);参照组(n=139):患者总满意率100(71.94%),其中非常满意者63(45.32%)、一般满意者37(26.62%)、不满意者39(28.06%);两组数据通过对比,统计学显示 $P<0.05$,此次研究成立。

3 讨论

目前社会工作压力大,生活节奏加快,会造成易激动、紧张等情绪^[7]。还有在饮食方面不加以控制等都是导致慢性疾病的元凶,需要引起社会群体的高度重视。如果对该病不及时的控制,容易出现一些内脏器官不同程度受损,严重危害生命健康^[8]。

近年来,健康教育和护理措施得到普及,并在医疗中得到广泛应用,通过对医疗行为的有效实施和有效控制,改善了医患关系,发挥了实质性作用。健康教育作为一项重要的卫生保健战略,已得到世界各国的认可^[9]。

表 1 对比两组护理前后心率及血压水平、SAS、SDS、生活质量评分 ($\bar{x} \pm s$)

条目	研究组 (n=150)		参照组 (n=139)	
	护理前	护理后	护理前	护理后
心率	102.15 ± 19.38	78.52 ± 16.23	102.33 ± 19.41	90.35 ± 14.78
收缩压	180.34 ± 19.67	126.47 ± 20.28	181.24 ± 20.35	155.70 ± 19.36
舒张压	112.59 ± 16.48	82.51 ± 18.15	112.66 ± 16.52	93.34 ± 18.03
SAS	63.58 ± 3.26	38.16 ± 2.23	63.42 ± 3.52	48.93 ± 2.68
SDS	62.45 ± 3.76	40.47 ± 2.85	62.32 ± 3.57	49.60 ± 2.69
心理功能	55.61 ± 2.41	85.92 ± 2.36	55.16 ± 2.52	70.53 ± 2.88
生理功能	54.73 ± 2.23	86.73 ± 2.72	54.67 ± 2.48	71.07 ± 2.63
社会功能	54.79 ± 2.32	86.48 ± 2.42	54.38 ± 2.65	71.43 ± 2.30
躯体功能	55.28 ± 2.19	86.25 ± 2.43	55.92 ± 2.08	73.74 ± 2.78
自我护理水平	55.45 ± 2.36	87.33 ± 2.24	55.67 ± 2.14	73.51 ± 2.76

本次研究结果显示, 护理前: 心率、收缩压、舒张压、SAS、SDS、心理功能、生理功能、社会功能、躯体功能、自我护理水平各项数据统计后显示组间无差异性 ($P > 0.05$); 护理后: 临床获得各项研究数据, 研究组与参照组对比存在明显差异 ($P < 0.05$), 以研究组数据更具优势性。健康教育是一切健康问题的重点和防控措施, 为了更好地实现健康保健目标, 健康教育是必不可少的, 具有重要的战略意义^[10]。

综上所述, 健康教育的临床应用, 有助于改善患者心率及血压水平, 有效缓解患者负性情绪, 提升生活质量, 效果确切, 并获得患者高度满意与认可, 值得推荐并广泛使用。

参考文献

- [1] 侯晓辉,周素华,聂雪琼,等. 2019年河南省嵩县高血压患者自我管理的健康教育效果评价[J]. 中国健康教育,2022,38(3):255-258.
- [2] 崔丽萍,胡坤,黄浩策,等. 基于认知-行为转变模型的线上健康教育在高血压患者管理中的应用效果研究[J]. 中国全科医学,2022,25(16):1984-1989.
- [3] 谢小红,刘丹,熊慧. 全程健康教育模式在 2 型糖尿病合并高血压患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志,2022,28(7):54-57.
- [4] 王凯,陆静红. 并发症危害体验式健康教育对糖尿病合并高血压患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志,2022,28(19):

64-66.

- [5] 田晓利. 高血压患者在社区护理中采用强化健康教育的临床效果观察[J]. 航空航天医学杂志,2022,33(9):1139-1142.
- [6] 邱丽莎,王勃. 角色理论下健康教育对老年高血压骨折患者康复效果的改善作用[J]. 心血管病防治知识,2022,12(11):78-81.
- [7] 朱万芬. 健康教育应用于老年高血压护理中的价值及对患者血压改善的分析[J]. 中外女性健康研究,2022(18):8-9,37.
- [8] 陈亚楠,柳晨. 基于 Teach-back 理论的健康教育对高血压患者治疗依从性的影响[J]. 黑龙江医学,2022,46(8):992-995.
- [9] 刘海霞. 以健康教育为基础的综合延续性护理应用于老年高血压患者的临床分析[J]. 婚育与健康,2022,28(6):93-94.
- [10] 陈淑霞,陈春玲. 肺康复训练联合健康教育在肺癌合并高血压化疗患者护理中对自我管理及对血压的影响分析[J]. 心血管病防治知识,2022,12(1):65-67.

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。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS