

## 健康教育在社区老年高血压患者护理中的应用效果观察

白慧霞, 石远

北京市东城区龙潭社区卫生服务中心 北京

**【摘要】目的** 健康教育在社区老年高血压患者护理中的应用效果观察。**方法** 选取2021年2月-2023年1月间,我社区收治的老年高血压病患100例为受试对象,经区组随机分配将受试对象分为观察组(n=50;健康教育+常规护理)与对照组(n=50;常规护理),遂对组间研究对象血压状态、知识掌握水平及护理满意度进行对比。**结果** 依照结果可知,护理后观察组血压指数显著低于对照组;满意度和知识掌握水平高于对照组,  $P < 0.05$ 。**结论** 通过在社区老年高血压患者临床管护期间,为患者实施健康教育干预,可有效改善患者血压状态,加深知识掌握程度,提高护理满意度,可推广应用。

**【关键词】** 健康教育; 社区老年高血压; 护理满意度

**【收稿日期】** 2024年2月20日

**【出刊日期】** 2024年3月27日

**【DOI】** 10.12208/j.jacn.202400122

### Observation on the application effect of health education in nursing care of elderly hypertension patients in community

Huixia Bai, Yuan Shi

Longtan Community Health Service Center, Dongcheng District, Beijing

**【Abstract】 Objective** To observe the application effect of health education in the care of elderly hypertensive patients in the community. **Methods** From January 2019 to August 2023, 100 elderly hypertension patients were selected as the subjects, who were randomly divided into observation group (n=50; health education + routine care) and the control group (n=50; routine care), thus comparing the blood pressure status, knowledge mastery level and nursing satisfaction of the study subjects between the groups. **Results** According to the results, the blood pressure index of the observation group was significantly lower than the control group; the satisfaction and knowledge level were higher than the control group,  $P < 0.05$ . **Conclusion** By implementing health education intervention for community elderly patients during the clinical management of hypertension, it can effectively improve the blood pressure status of patients, deepen the degree of knowledge, improve the nursing satisfaction, which can be promoted and applied.

**【Keywords】** Health education; Community elderly hypertension; Nursing satisfaction

随着人们生活质量逐步提高,自身作息习惯和膳食方式也均发生改变,进而导致高血压致患人数显著上升,其中以中老年群体居多,而此类患者多在中年阶段即已存在高血压隐患。现阶段高血压致患因素尚未明确,临床研究认为其主要同遗传因素、生理因素、饮食因素以及糖尿病等有着紧密联系<sup>[1]</sup>,现如今多是以药物控制、饮食调节及护理干预来调控患者血压状态,从而减少患者并发症出现概率。不过在实施常规护理期间,因大部分患者对病症认知不完善,理解能力存在差异,无法起到显著护理效果,为此需采取其他护理模式来改善患者病症状态。部分学者认为通过为老年高血压患者实施健康教育干预,可显著提高患者对病症认

知,使其能够更为全面掌握高血压病症常识,对于科学管理血压状态,减少出现并发症,强化生活质量有着积极作用<sup>[2]</sup>。故此次研究选取我社区收治的老年高血压病患100例为受试对象,为其在常规护理期间施以系统化健康教育,以期明确应用效果,现报道如下。

#### 1 资料和方法

##### 1.1 一般资料

选取2021年2月-2023年1月间,我社区收治的老年高血压病患100例为受试对象,其均为原发性高血压者。经区组随机分配将受试对象分为观察组(n=50;健康教育+常规护理)与对照组(n=50;常规护理)。

其中对照组男性 26 例, 女性 24 例, 年龄 60-70 (平均  $65.18 \pm 0.26$ ) 岁, 致患时长 5-8 (平均  $7.01 \pm 0.28$ ) 岁, 观察组男女占比 1:1, 年龄 60-70 (平均  $65.21 \pm 0.25$ ) 岁, 致患时长 5-8 (平均  $7.02 \pm 0.31$ ) 岁。

纳入标准: (1) 受试对象均为 60 岁以上群体, 经非单日三次以上血压检测, 患者收缩压  $\geq 140$ mmHg、舒张压  $\geq 90$ mmHg; (3) 未伴多器官组织功能衰竭者。

排除标准: (1) 伴其他老年基础病; (2) 患者一般资料遗失, 研究中途退出者; (3) 言语、神经功能障碍者。病患即监护者均已知晓本次研究, 且于同意书上签字。

## 1.2 方法

对照组医护人员为患者实施常规护理, 主要针对患者体征状态、饮食方式、运动程度进行跟进管护, 同时测定患者血压指数, 结合常规健康教育, 随即对其高血压知识掌握程度进行健康评估, 针对其错误认知进行耐心解答, 便于科学实施护理作业。

观察组医护人员在对照组基础上为患者实施个性化健康教育。

首先医护人员向患者详细说明高血压病理知识, 加大其对疾病、症状了解程度, 与此同时向其说明病症进展状态, 着重说明遵医用药与依从护理重要性, 提高患者积极参与救护心理, 以便为预后干预做以铺垫。向患者说明高血压患者饮食禁忌<sup>[3]</sup>, 提醒其过量摄入钠盐、脂肪对于高血压病症加重所存在的隐患, 同时合理控制患者钠盐、脂肪类食材食用程度<sup>[4]</sup>, 确保其清淡饮食。

同时因高血压作为长期慢性疾病, 医护人员需按时监测患者血压波动状态, 同时指教患者血压测量方法。通常状态下, 病患可通过电子血压计进行自我检测, 并结合医护人员告知的血压参数范围, 进行记录, 同时针对测量期间注意事项和错误认知及时说明讲解。并告知研究对象需定期复查, 在确认自身血压指数出现异常时, 即刻就医<sup>[5]</sup>。且拟制下发高血压常识宣传材料, 介绍高血压病因、危险因素、预防办法、综合治疗及健康行为等相关常识, 加深患者对病症掌握程度。

在病患药物干预、饮食调控期间, 辅助患者多参与室外活动, 可采取慢跑、走路等方式强化病患机体免疫力, 从而降低患者血脂指数, 避免患者出现高血压。待患者血压趋于平稳, 可适量增加运动难度, 可结合跑步、打太极、散步等方式进行锻炼, 并依照患者自身病症拟制相应计划, 提醒患者 4 次/w 进行运动, 当日时长 30min 以上<sup>[6]</sup>。

## 1.3 评价指标及判定标准

### (1) 血压状态

记录组间病患不同护理干预状态下收缩、舒张压指数, 并做以数据对比。

### (2) 知识掌握水平

在受试对象健康教育前后, 对其病症知识掌握情况做以问卷调查, 主要依照其致病病机、症状表现、并发症、护理方式、用药标准、注意事项等进行评估。完全知晓 (80-100)、部分知晓 (60-79)、知晓状态不佳 (60 分以下)。知晓度 = (完全 + 部分) / 该组总计数。

### (3) 护理满意度

经 NSNS 量表评估患者 (可家属代填写) 满意度。评测维度: 血压记录、护理方法、管护效果、具体措施等 19 项进行积分统计, 单项数据最高值 5 分, 根据 Likert-3 级评分法, 将患者分为满意 (90 分以上), 一般 (71—90 分), 一般 (90 分以下)。满意度 = (满意 + 一般) / 该组基数 \* 100%。

## 1.4 统计学处理

本研究的实验数据采用 SPSS17.0 统计软件对其进行分析处理, 组间横向分析与组内纵向分析, 分别采用 t 检验法及一般线性模型重复测量的方差分析法, 计量数据以 ( $\bar{x} \pm S$ ) 表示, 当  $P < 0.05$  认为有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 组间血压对比

护理前, 观察组舒张压、收缩压分别为 ( $94.27 \pm 7.05$ ) ( $151.05 \pm 11.25$ ), 对照组为 ( $94.31 \pm 7.01$ ) ( $150.81 \pm 13.51$ ),  $P > 0.05$ 。 ( $\chi^2 = 0.028$ ;  $P = 0.977$ ) ( $\chi^2 = 0.096$ ;  $P = 0.923$ )。护理后, 观察组舒张压、收缩压分别为 ( $77.68 \pm 7.59$ ) ( $121.39 \pm 12.31$ ), 对照组为 ( $81.49 \pm 8.25$ ) ( $127.68 \pm 0.25$ ),  $P < 0.05$ 。 ( $\chi^2 = 2.403$ ;  $P = 0.018$ ) ( $\chi^2 = 3.612$ ;  $P = 0.000$ )。

### 2.2 组间认知水平对比

如表 1, 护理后观察组病患认知积分均高于对照组,  $P < 0.05$ 。

### 2.3 组间护理满意度对比

观察组患者满意 20 例 (40%), 一般 28 例 (56%), 不满意 2 例 (4%); 对照组患者满意 20 例 (40%), 一般 20 例 (40%), 不满意 10 例 (20%); ( $\chi^2 = 6.060$ ;  $P = 0.013$ ),  $P < 0.05$ 。

## 3 讨论

高血压防治作为现阶段临床重大社会卫生问题。通过对其进行科学预防、治疗以及管理是有效降低致患人数、避免出现并发症、提高管理效果的有效办法。

表1 组间病患认知水平对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	致病病机	症状表现	并发症	护理方式	用药标准
观察组 (n=50)	90.71±0.18	91.25±0.24	87.45±0.33	92.65±0.33	91.45±0.21
对照组 (n=50)	87.65±8.61	88.71±8.05	85.97±5.20	90.13±7.65	90.13±3.75
t	2.512	2.230	2.008	2.327	2.485
P	0.013	0.028	0.047	0.022	0.014

临床研究表明,在为患者进行社区高血压管理期间,采取健康教育干预可显著提升病患对高血压认知程度,强化救护依从性,提高管理效果;与此同时医护人员通过构筑良好病患家属情感纽带,与患者进行积极沟通交流,调节患者心理环境,确保身心舒畅<sup>[7]</sup>;行为能力上辅助患者进行健康运动,提高身体质量;加强血压、血糖、体重等关联性指标的测定,从而在致患早期积极预防患者危险因素及并发症;在为患者心理疏导过程中,可有效地消除病患紧张焦虑、烦躁抑郁等不良情绪,提高患者遵医救护积极性<sup>[8]</sup>,可主动配合医治。

此次研究通过健康引导、家属协同、健康保健、心理干预等社区管护方式,不仅可有效提升患者、监护人对病症掌控方法,同时也可使其及时明确保健相关常识,进而积极优化患者心理环境,克服紧张焦虑、悲观抑郁等诸多负性情绪,致使病患心理状态得到有效改善。为此在老年高血压患者社区管理期间,通过在社区管理期间实施健康教育,可显著提高患者管理效果<sup>[9]</sup>。

此次主要研究健康教育在老年高血压患者社区管理中应用效果。依照数据对比可知,经健康教育管理后,患者血压状态均得到有效改善,由此可知实施健康教育护理可显著降低患者高血压危险因素,避免出现并发症<sup>[10]</sup>。与此同时,在患者干预后,通过为患者丰富病症相关常识,强化自管自控能力,可形成良好生活习惯,说明高血压患者对健康教育干预依从性较好,可积极配合完成护理任务。从而提高患者护理满意度。

综上所述,在社区管理老年高血压患者过程中,通过为患者结合健康教育相关内容,可有效改善患者生活习性、饮食规律、服药程度、强化血压控制效果,提高患者对医护人员满意度,可推广应用。

### 参考文献

[1] 王淑蓓,罗洁,林青.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,2023,13(13):70-72.

[2] 黄明烟.健康教育联合心理疏导在妊娠高血压综合征患者护理中的效果[J].心血管病防治知识,2023,13(07):56-58+62.

[3] 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(09):1139-1142.

[4] 顾晓静,林陶平,黄柳英.老年高血压糖尿病患者护理中全程健康教育模式的应用方法与效果观察[J].心血管病防治知识,2022,12(22):57-59.

[5] 马萍.结构式心理护理联合导入式健康教育在妊娠期高血压患者护理中的应用效果[J].生命科学仪器,2022,20(S1):213+215.

[6] 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(01):65-67.

[7] 王一飞,王冬梅,周彤.知-信-行理论联合阶段性健康教育在高血压合并冠心病患者标准化护理中的应用[J].中国标准化,2021,(22):182-184.

[8] 黄宗秀.回授法全程健康教育在高血压合并糖尿病患者护理管理中应用效果分析[J].广西中医药大学学报,2020,23(04):81-83.

[9] 赵广东,刘瑞明,于荣哉.观察在老年高血压患者护理中应用健康教育的效果[J].医学食疗与健康,2020,18(20):205+207.

[10] 刘丽芳.健康教育在老年高血压患者护理中的应用效果观察及护理满意度分析[J].中外医疗,2020,39(09):162-164.

版权声明: ©2024 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