

## 基层随访管理提高高血压知晓率的研究

高兴梅

凉州区西营镇中心卫生院 甘肃武威

**【摘要】目的** 分析基层随访管理对提高高血压知晓率的促进作用。**方法** 该研究总共纳入 100 例研究对象，均是 2022 年 12 月至 2023 年 12 月到卫生院诊治的高血压患者，利用随机数字表法进行分组，分为对照组（常规健康管理干预，n=50）与研究组（基层随访管理干预，n=50）。对比两组的高血压知晓率、血压控制效果、自我管理能力和健康行为及心理弹性。**结果** 研究组较于对照组，其高血压知晓率及自我管理能力评分更高，舒张压及收缩压水平更低（ $P < 0.05$ ）。在健康行为评分与心理弹性评分上，研究组均高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 基层随访管理有利于提高高血压患者的疾病知晓率和血压控制效果，增强自我管理能力，临床可进一步推广应用。

**【关键词】** 基层随访管理；高血压；疾病知晓率；血压控制效果

**【收稿日期】** 2024 年 2 月 17 日

**【出刊日期】** 2024 年 3 月 25 日

**【DOI】** 10.12208/j.ijcr.20240114

### Study on improvement of awareness rate of hypertension by follow-up management at grassroots level

Xingmei Gao

Xiyiing Town Central Health Center, Liangzhou District, Wuwei, Gansu

**【Abstract】 Objective** To analyze the promotion effect of grass-roots follow-up management on improving the awareness rate of hypertension. **Methods** A total of 100 subjects were included in this study, all of whom were hypertension patients treated in hospitals from December 2019 to December 2019. They were divided into control group (routine health management intervention, n=50) and study group (grass-roots follow-up management intervention, n=50) by random number table method. The hypertension awareness rate, blood pressure control effect, self-management ability, health behaviors and psychological resilience of the two groups were compared. **Results** Compared with the control group, the hypertension awareness rate and self-management ability scores of the study group were higher, and the diastolic blood pressure and systolic blood pressure levels were lower ( $P < 0.05$ ). In both health behavior scores and psychological resilience scores, the study group was higher than the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Grass-roots follow-up management is beneficial to improve the disease awareness rate and blood pressure control effect of hypertension patients, enhance the ability of self-management, and can be further promoted in clinical application.

**【Keywords】** Grass-roots follow-up management; High blood pressure; Disease awareness rate; Blood pressure control effect

高血压是一种慢性病，通常以中老年人为主要患病群体，随着人口老龄化问题的加剧，老年人口的增多促使高血压的患病率不断升高，已成为影响人类身体健康的重要疾病原因<sup>[1]</sup>。对于高血压，临床常主张服用降压药物控制血压水平，由于高血压病程较长，再加上对疾病知识缺乏足够认识，自我管理能力较为薄弱，影响药物治疗效果，故需加强管理<sup>[2]</sup>。鉴于此，该研究就基层随访管理用于高血压的干预效果进行分析，详细报告如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

该研究将高血压患者作为研究对象，研究时间段在 2022 年 12 月~2023 年 12 月，总共有 100 例患者纳入该研究，随机分为 2 组，每组 50 例。研究组中男 26 例、女 24 例；年龄区间范围在 45 岁至 82 岁，平均（63.28±9.14）岁；病程时间 1 年~18 年，平均（9.34±2.58）年；受教育程度：高中及以下（n=32），大专及以上学历（n=18）。对照组中男 27 例、女 23 例；年龄

范围在 46 岁~81 岁, 平均 (63.58±9.24) 岁; 病程时间 1 年~17 年, 平均 (9.36±2.64) 年; 受教育程度: 高中及以下 (n=30), 大专及以上 (n=20)。对比两组的各项信息无显著差异 ( $P>0.05$ )。

纳入标准: (1) 将《高血压基层诊疗指南(实践版·2019)》<sup>[1]</sup>作为诊断依据, 临床相关检查符合高血压的诊断要求; (2) 高血压分级处于 I 级~III 级; (3) 年龄处于 45 岁~82 岁之间; (4) 经临床治疗后病情及体征稳定; (5) 患者及家属对拟采取的研究方案知情并自愿加入研究。

排除标准: (1) 肝脏等器官组织出现恶性病变; (2) 诊断为继发性高血压; (3) 精神病或认知障碍; (4) 日常生活不能自理; (5) 依从性较差, 无法配合完成该研究。

## 1.2 方法

对照组实施常规健康管理干预: 给患者发放高血压知识手册, 使用浅显直白的语言口头讲解高血压的相关知识点, 叮嘱其按时遵医嘱测量血压、服用降压药物, 在规定时间内到医院复查, 必要时可前往上级医院治疗。研究组开展基层随访管理干预, 详细措施为:

(1) 构建健康档案: 主动与患者接触, 了解其现病史、联系电话、家庭地址、生活习惯等信息, 并将信息录入电脑上形成电子版档案。

(2) 认知干预: 根据患者的受教育程度、理解能力、认知状况等挑选合适的宣教方式及宣教内容, 口头详细介绍高血压的相关知识点, 在宣教过程中可借助科普视频、PPT、现场演示、小册子等工具进行宣教, 耐心解答其疑问, 确保其能更容易理解宣教内容。同时, 每个月组织患者完成一次集体宣教, 每次选择不同的宣教主题 (比如高血压药物治疗、高血压危险因素等), 集中讲解患者共同存在的问题。

(3) 血压监测管理: 叮嘱患者及家属购买家用电子血压计, 亲自演示血压计的操作方法, 并告知注意事项, 每天坚持在静息状态下“定时、定点、定部位”测量血压, 准确记录血压测量时间和测量值。

(4) 药物管理: 了解患者的药物使用情况, 评估其对药物的耐受力及效果, 根据血压水平适当调整药物剂量, 并通过设置闹钟、家属提醒等方式按时用药。

(5) 生活管理: 强调不良生活习惯 (比如抽烟、喝酒、精神长期紧张、高脂饮食、熬夜等) 对血压控制的消极影响, 督促其戒烟戒酒、作息规律、控制体重等, 形成健康生活习惯。同时, 坚持低脂低盐低钠饮食原则, 多摄入维生素和纤维素含量丰富的食物, 每天户外

运动 30~60min。

(6) 随访管理: 每周电话随访 1 次、微信随访 3 次, 每个月上门随访或门诊随访 1 次, 了解降压效果, 调整降压方案, 更新健康档案。

(7) 心理管理: 随访过程中注意观察患者的心理状态, 寻找负性情绪出现的原因, 经常与患者沟通, 传授移情法、语言疏导、放松疗法等心理调节方法; 叮嘱家属经常关心患者, 提供家庭情感支持; 鼓励患者积极参加娱乐活动, 比如太极拳、广场舞、合唱、手工等, 舒缓负性情绪。

两组均干预 3 个月。

## 1.3 观察指标

(1) 疾病知晓率: 利用卫生院自拟高血压知识问卷表进行评估, 总计 100 分, 根据分数分为完全知晓 (得分处于 90 分以上)、部分知晓 (65≤得分<90 分)、不知晓 (得分<65 分), 计算知晓 (完全知晓+部分知晓) 率。

(2) 血压控制效果: 借助电子血压计测量患者的舒张压水平、收缩压水平。

(3) 自我管理能力: 挑选高血压患者自我管理行为测量表 (HPSMBRS) 作为评估工具, 量表评分范围在 33 分~165 分, 分数越低则表示患者的自我管理能力越差。

(4) 健康行为: 运用健康行为量表作为评估工具, 量表评分范围为 52 分~208 分, 分数越低则视为健康行为水平越差。

(5) 心理弹性: 评估标准参照心理韧性量表, 量表总分为 100 分, 分数越高则视为心理弹性水平越高。

## 1.4 统计学分析

利用 SPSS25.0 软件处理该研究所涉及的所有数据, 运用平均数±标准差 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示计量资料,  $t$  验证; 借助百分比 (%) 表示计数资料,  $\chi^2$  验证; 若  $P<0.05$  代表差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 评价两组的高血压知晓率

干预后, 研究组中完全知晓 28 例, 部分知晓 20 例, 不知晓 2 例, 高血压知晓率为 96.00% (48/50); 对照组中完全知晓 23 例, 部分知晓 17 例, 不知晓 10 例, 高血压知晓率为 80.00% (40/50); 相较于对照组, 研究组更高 ( $\chi^2=6.061$ ,  $P=0.013$ ,  $P<0.05$ )。

### 2.2 对比两组的血压控制效果及自我管理能力

干预前, 在舒张压、收缩压及自我管理能力评分方面, 研究组分别为 (104.27±6.13) mmHg、(157.64±

10.28)mmHg、(73.41±10.58)分,对照组分别为(103.85±6.11)mmHg、(157.36±10.09)mmHg、(73.65±10.92)分,对比差异不大( $t_1=0.343$ ,  $t_2=0.137$ ,  $t_3=0.112$ ;  $P_1=0.732$ ,  $P_2=0.891$ ,  $P_3=0.911$ ,  $P>0.05$ )。

干预后,研究组的舒张压、收缩压及自我管理能力的评分分别为(78.21±4.06)mmHg、(121.47±6.35)mmHg、(124.75±22.36)分,对照组分别为(83.69±5.24)mmHg、(130.28±9.11)mmHg、(109.56±20.41)分,同对照组比较,研究组的舒张压及收缩压水平均更低,自我管理能力的评分更高( $t_1=5.846$ ,  $t_2=5.610$ ,  $t_3=3.548$ ;  $P_1=0.000$ ,  $P_2=0.000$ ,  $P_3=0.001$ ,  $P<0.05$ )。

### 2.3 评价两组的健康行为和弹性

干预前,在健康行为评分与心理弹性评分上,研究组分别为(106.34±17.28)分、(60.23±4.17)分,对照组分别为(106.53±17.41)分、(60.85±4.19)分,两组分数差异不大( $t_1=0.055$ ,  $t_2=0.742$ ;  $P_1=0.956$ ,  $P_2=0.460$ ,  $P>0.05$ )。

干预后,研究组的健康行为评分与心理弹性评分分别为(120.35±22.47)分、(84.65±7.32)分,均高于对照组(110.68±19.26)分、(78.59±8.43)分,对比差异较大( $t_1=2.310$ ,  $t_2=3.838$ ;  $P_1=0.023$ ,  $P_2=0.000$ ,  $P<0.05$ )。

### 3 讨论

高血压属于临床常见的心血管疾病,血压持续高水平是其主要特征,临床上表现为头晕、头痛、视力下降等症状。高血压具有终身性特点,目前尚未研制出可根治方法,需长时间服用降压药物控制血压水平,然而因患者年龄的特殊性,其记忆力随着年龄增长而减退,再加上对疾病知识认知不足,认为血压下降后便可停药,严重影响药物治疗效果<sup>[4]</sup>。因此,加强对高血压患者的管理是十分必要的。

既往临床对高血压患者主要采取常规健康管理干预,未注重随访管理,干预效果不理想。基层随访管理是一种新型管理模式,根据基层高血压患者的实际情况提供持续性的随访管理服务<sup>[5]</sup>。相较于常规健康管理干预,基层随访管理将高血压患者作为管理工作的核心,由专业人员为其提供全方位、持续性的健康指导,不断规范其健康行为,达到控制血压的管理目的<sup>[6]</sup>。该研究发现,研究组经基层随访管理干预后,其高血压知晓率、血压控制效果及自我管理能力的评分均优于对照组( $P<0.05$ ),提示基层随访管理的效果更佳。分析其原因是:基层随访管理具有连续性的特点,其根据基层环境制定个体化、针对性的管理方案,通过基层随

访、电话随访、微信随访等方式为患者提供全方位的随访服务,提高随访管理效果<sup>[7]</sup>。加强认知干预,为患者提供一对一宣教和基层集体宣教,有利于更好地理解疾病知识,提高高血压知晓率;加强血压监测管理、药物管理和生活管理,有利于提升血压控制效果,增强自我管理能力的<sup>[8]</sup>。该研究发现,研究组的健康行为评分及心理弹性评分高于对照组( $P<0.05$ ),表明基层随访管理通过生活管理能及时发现和纠正不良行为,提高健康行为水平;加强心理管理,有利于舒缓负性情绪,提高心理弹性水平。

综上所述,针对高血压患者,实施基层随访管理能提高高血压知晓率,强化自我管理能力的,控制血压水平,提高健康行为水平和心理弹性水平,值得临床加大推广力度。

### 参考文献

- [1] 种翠红.CICARE 沟通模式+针对性护理对高血压患者健康教育知晓率和护理满意度的影响[J].中华养生保健,2023,41(19):128-130.
- [2] 孙晓蕾,陈宏.家庭医生签约服务下医护团队组合对社区高血压患者管理效果分析[J].中国社区医师,2021,37(15):168-169.
- [3] 中华医学会,中华医学会杂志社,中华医学会全科医学分会,等.高血压基层诊疗指南(实践版·2019)[J].中华全科医师杂志,2019,18(8):723-731.
- [4] 黎锦欢.健康管理随访服务对高血压患者服药依从性及睡眠的影响[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(06):1207-1209+1213.
- [5] 周懂业.基层随访管理对提高高血压知晓率、服药率、控制率的效果分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2022,10(33):144-147.
- [6] 王强.个性化血压药物控制方案联合微信平台随访管理对提高老年高血压患者服药依从性的效果评价[J].青海医药杂志,2022,52(02):57-59.
- [7] 左媛.社区老年高血压患者应用多元化随访管理模式对血压控制、提高治疗依从性的影响[J].智慧健康,2023,9(01):39-42+47.
- [8] 李秀峰.多元随访管理模式用于社区高血压患者的病情影响[J].中国社区医师,2021,37(11):172-173.

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。

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



OPEN ACCESS