

精细化护理对妊娠期高血压患者的护理效果观察

梁星

云南省普洱市妇女儿童医院产科4楼

DOI:10.12238/carnc.v3i3.14151

[摘要] 目的：分析精细化护理对妊娠期高血压患者的护理效果。方法：该研究总共纳入96例试验对象，均是2023.01月至2024.12月到院诊治的妊娠期高血压患者，以随机分组方法当作分组原则，划分为对照组（常规护理， $n=48$ ）与试验组（精细化护理， $n=48$ ）。对比两组的干预效果。结果：试验组较对照组，其舒张压、收缩压及不良妊娠结局发生率更低，心理弹性评分及自护能力评分更高（ $P<0.05$ ）。结论：精细化护理有助于提高妊娠期高血压患者的血压控制效果，减少不良妊娠结局。

[关键词] 妊娠期高血压；精细化护理；控压效果；不良妊娠结局

中图分类号：R473.7 文献标识码：A

Observation on the Nursing Effect of Refined Nursing Care on Patients with Hypertension in Pregnancy

Xing Liang

4th Floor Obstetrics Department, Pu'er Women and Children's Hospital

[Abstract] Objective: To analyze the nursing effect of refined nursing on patients with gestational hypertension. Methods: A total of 96 test subjects were included in the study, all of whom were hypertensive patients in pregnancy who came to the hospital from January 2023 to December 2024, and were divided into the control group (conventional care, $n=48$) and the experimental group (refined care, $n=48$) by random grouping method as the grouping principle. The intervention effects of the two groups were compared. Results: The experimental group had a lower incidence of diastolic blood pressure, systolic blood pressure and adverse pregnancy outcomes, and a higher psychological elasticity score and self-care ability score than the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Refined care can help improve blood pressure control and reduce adverse pregnancy outcomes in patients with gestational hypertension.

[Keywords] hypertension in pregnancy; refined nursing care; blood pressure control effect; adverse pregnancy outcome

1 前言

妊娠期高血压属于妊娠女性常见的疾病类型，是指妊娠前无高血压病史、妊娠过程中在多种因素作用下导致血压升高的一类疾病，给母婴生命安全构成极大威胁，已成为孕产妇和围生儿死亡的重要疾病原因，如何诊治妊娠期高血压引起临床广泛关注和重视^[1]。目前尚未完全明确妊娠期高血压的发病机制，但认为精神紧张、缺乏运动、饮食不当与疾病发生发展息息相关，除规范化治疗外，还需提供护理干预以形成良好的生活饮食习惯，达到控压的目的^[2]。鉴于此，本文收治96例妊娠期高血压患者，且对精细化护理模式进行分析，以此为该类护理模式的完善积累临床实践经验，具体报告如下。

2 资料与方法

2.1 一般资料

本研究把96例妊娠期高血压患者当作试验对象，研究

开始时间在2023年1月，研究结束时间在2024年12月，所有纳入对象随机分为两组，每组样本量为48例。试验组年龄最小不低于21岁，最大不超过38岁，均值年龄（ 30.47 ± 3.28 ）岁；妊娠时间24周—38周，平均（ 33.47 ± 2.59 ）周；妊娠史：初产妇（ $n=26$ ），经产妇（ $n=22$ ）。对照组年龄下限为22岁，年龄上限为38岁，平均年龄为（ 30.52 ± 3.41 ）岁；妊娠时间25周—38周，平均（ 33.64 ± 2.53 ）周；妊娠史：初产妇（ $n=27$ ），经产妇（ $n=21$ ）。对比两组的各项资料不具备统计学差异（ $P>0.05$ ）。

纳入标准：（1）经临床相关检查诊断为妊娠期高血压；（2）均为单胎妊娠，头位；（3）定期到我院产检，并计划在我院分娩；（4）意识清醒、精神正常，具备简单的沟通能力；（5）纳入对象对研究方案知情后仍主动加入研究，并签署同意书。

排除标准：（1）并发妊娠期糖尿病等其他妊娠期合并

Clinical Application Research of Nursing Care

症；（2）怀孕前存在高血压病史；（3）胎儿发育异常；（4）存在免疫系统疾病；（5）精神或认知方面存在问题，无法配合完成研究；（6）并发内分泌疾病或严重心脑血管疾病。

2.2 方法

所有纳入对照组的患者进行常规护理：护理人员运用口头宣教方式简单科普妊娠期高血压的发生原因、临床表现、对母婴造成的危害等知识点；动态监测患者的各项体征指标，并注意监测胎心变化，如果有异常需立即告知医护人员；叮嘱患者依照医嘱使用降压药物，观察用药后血压水平的变化情况，适当调整药物剂量；告知患者需要定期到医院进行产检。

所有纳入试验组的患者进行精细化护理，护理内容为：

（1）构建精细化护理小组，安排小组成员培训妊娠期高血压理论知识、精细化护理方法、沟通技巧等，培训结束后进行考核，考核成绩合格者方可上岗。通过小组会议形式探讨患者的病情特点、性格特征等，总结医院以往妊娠期高血压护理经验，设计合适的精细化护理方案。

（2）精细化心理护理：护理人员主动与患者接触，耐心倾听其护理需求，细心帮助其解答对疾病、治疗及预后方面的疑惑，获取患者信任，并寻找焦虑、抑郁等负面情绪出现的原因，提供相应的情绪疏导服务，减轻其心理压力；在沟通过程中，护理人员需注意语气温和、动作轻柔，避免行为不当而导致患者情绪激动；鼓励家属（尤其是配偶）参与护理工作，体贴和关心患者，让其生理和心理处于良好状态；列举医院治疗和分娩成功的案例，帮助其树立治疗和分娩信心。

（3）精细化饮食护理：护理人员需反复强调合理饮食对血压控制的好处，帮助其设计营养膳食方案，多摄入蛋白质和纤维素含量丰富的食物，严格控制脂肪、糖分和食盐（每天摄入量不超过6g）的摄入量，适当补充维生素C、维生素E和微量元素，坚持定时定量的饮食原则，并注意监测体重增长情况，每周体重增加≤0.5kg。

（4）精细化认知干预：护理人员应依照患者及家属的受教育程度、妊娠期高血压认知状况等，通过发放妊娠期高血压健康知识手册、播放疾病视频短片、放映PPT、召开座谈会等方式，使用简单直白的语言介绍疾病知识及分娩方式，并强调遵医嘱使用降压药物的重要性及必要性，叮嘱其保证充足的睡眠时间和休息时间，睡眠时尽可能维持左侧卧姿势以改善胎盘血液循环，预防不良妊娠结局的发生。

（5）精细化用药护理：告知患者需遵医嘱使用药物，每天早中晚监测三次血压并记录血压值，依照血压值调整药物剂量，用药后如果出现不适症状需告知医师。

（6）精细化吸氧护理：在住院期间，给予患者间断吸

氧，并提供周期性检查，依照血压变化评估病情，并采取相应的干预手段。

（7）精细化运动训练：鼓励患者在孕中期进行膀胱肌肉弹性训练、大腿肌肉训练、腹肌训练，每次训练时间设为十分钟，每周训练三次一四次；叮嘱患者每天步行三十分钟，每周训练二次一三次，并进行太极拳、瑜伽等有氧训练，对于超重者需帮助其减重，避免体重增加而导致血压波动。

（8）构建个性化管理档案：帮助患者建立档案，详细记录每次产检结果、用药情况、血压水平等，一旦出现异常需立即报告医师进行处理。

2.3 观察指标

（1）控压效果：于干预前、干预后，运用电子血压计测定两组的血压指标，观察并记录舒张压、收缩压的数值，血液指标越趋于正常范围代表控压效果越良好。

（2）心理弹性：挑选心理弹性量表当作评估依据，量表总分为100分，心理弹性水平随着分数的增加而提高。

（3）自护能力：把自我护理能力量表当作患者自护能力的评估工具，总共有171分，分数越高则代表患者的自护能力越良好。

（4）不良妊娠结局：统计两组的胎盘早剥例数、胎儿窘迫例数、产后出血例数、新生儿窒息例数，计算不良妊娠结局发生率。

2.4 统计学分析

文中数据的统计学分析、处理由SPSS 26.0执行，因其中的计量资料为正态分布，在文中的呈现形式采取 $(\bar{x} \pm s)$ 形式，检验方式为t检验；计数资料在文中的呈现形式采取[n(%)]形式，检验方式为 χ^2 检验。统计学有意义的判断标准为 $P < 0.05$ 。

3 结果

3.1 评价两组的控压效果

从表1的结果能发现，两组干预后的舒张压及收缩压水平与干预前相比均下降，且试验组低于对照组（ $P < 0.05$ ）。

表1 评价两组的控压效果（ $\bar{x} \pm s$ ，mmHg）

组别	例数	舒张压		收缩压	
		干预前	干预后	干预前	干预后
试验组	4	102.38±	76.24±	155.67±	123.45±
	8	9.14	3.61	10.72	6.13
对照组	4	102.07±	82.49±	155.34±	132.78±
	8	9.11	5.03	10.65	5.34
t	-	0.166	6.994	0.151	7.951
P	-	0.868	0.000	0.880	0.000

Clinical Application Research of Nursing Care

3.2 对比两组的心理弹性与自护能力

从表2的结果可看出，两组干预后的心理弹性评分及自护能力评分同干预前相比分数均增加，且试验组高于对照组（ $P<0.05$ ）。

表2 对比两组的心理弹性与自护能力（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	心理弹性评分		自护能力评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
试验组	4	52.49±	81.23±	82.47±	126.75±
	8	3.82	6.05	5.16	10.32
对照组	4	52.76±	70.34±	82.93±	109.38±
	8	3.91	5.62	5.18	11.64
t	-	0.342	9.137	0.436	7.736
P	-	0.733	0.000	0.664	0.000

3.3 评价两组的不良妊娠结局

从表3的结果能看出，相较于对照组，试验组的不良妊娠结局发生率（8.33% VS 29.17%）更低（ $P<0.05$ ）。

表3 评价两组的不良妊娠结局[n(%)]

组别	例数	胎盘早盘	胎儿窘迫	产后出血	新生儿窒息	总发生率(%)
试验组	4 8	1(2.08)	1(2.08)	1(2.08)	1(2.08)	4(8.33)
对照组	4 8	3(6.25)	4(8.33)	4(8.33)	3(6.25)	14(29.17)
χ^2	-	-	-	-	-	6.838
P	-	-	-	-	-	0.009

4 讨论

妊娠期高血压在临床较为常见，容易提高外周血管的阻力，使得心输出量较少，给子宫胎盘的血液供应造成不良影响，最终不利于胎儿的健康生长发育^[3]。对于妊娠期高血压，临床侧重于药物治疗，但因患者对疾病知识缺乏足够认知，再加上担心妊娠结局，且自身不良生活行为习惯会影响控压效果，故治疗期间加强护理干预是十分必要的^[4]。

在妊娠期高血压患者的护理工作中，首选常规模式，因护理内容单一且缺乏针对性，不能有效满足患者的护理需求，导致干预效果不理想^[5]。精细化护理坚持患者为中心的护理理念，注重其实际身心需求，重视细节问题，通过不断优化和改进护理环节、护理内容、护理步骤，为患者提供更加精

细化、人性化、规范化和细节化的护理服务，从微小处和细节处作为出发点，精细化处理各项护理内容，最大程度满足患者的护理需求，提高其舒适度，以乐观心态面对疾病，积极主动配合完成各项临床治疗，从而提高血压控制效果，预防不良妊娠结局的发生^[6]。研究发现，试验组的控压效果及不良妊娠结局发生率优于对照组（ $P<0.05$ ）。分析其原因是：精细化护理尊重患者在护理工作中的核心地位，注重护理人员的培训工作，确保护理工作能高质量、有序化展开，促使护理工作规范化、流程化和细致化^[7]。通过精细化饮食护理、用药护理、运动训练及吸氧护理，有助于提高血压控制效果，减少不良妊娠结局的发生。研究发现，试验组的心理弹性及自护能力评分高于对照组（ $P<0.05$ ）。这是因为精细化护理依照患者的实际状况提供精细化心理护理，有助于舒缓负性情绪，提高心理弹性水平，以乐观心态面对疾病；加强精细化认知干预，有助于加深疾病认知，提高自护能力^[8]。

综上所述，针对妊娠期高血压患者，实施精细化护理的效果良好，对血压控制有促进作用，有助于提高心理弹性水平，增强自护能力，降低不良妊娠结局发生率。

[参考文献]

[1] 袁桂茹，欧阳园园. 院内精细化护理联合群组管理健康教育在妊娠高血压综合征患者中的应用[J]. 临床研究, 2024, 32(12): 165-168.

[2] 冯倩倩. 精细化护理在妊娠期高血压合并糖尿病患者临床护理中的应用效果分析[J]. 婚育与健康, 2024, 30(3): 109-111.

[3] 刘英，谢慧红，毛晖. 降压认知干预联合共情护理对妊娠期高血压患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2024, 30(22): 158-160.

[4] 刘玲，李尚洁. 积极心理干预联合围产期系统护理在产妇产前妊娠期高血压中的影响研究[J]. 黑龙江中医药, 2024, 53(5): 381-383.

[5] 张晶，翟巾帼，胡婷婷，等. COX 健康行为互动模式在妊娠期高血压孕妇自我健康管理中的应用效果[J]. 广西医学, 2024, 46(11): 1786-1790.

[6] 姜明明. 精细化护理干预在妊娠高血压中的应用效果[J]. 妇儿健康导刊, 2024, 3(19): 135-138.

[7] 白爱华，王晴晴，白新平. 精细化护理在妊娠高血压患者中的应用效果及对负面情绪的影响[J]. 妇儿健康导刊, 2025, 4(3): 120-123.

作者简介：

梁星（1992.05-），女，汉族，云南普洱人，本科，主管护师，研究方向为产科病理。