

# 高血压患者的社区护理干预效果

王波娜

双桥街道社区卫生服务中心

DOI:10.12238/bmtr.v3i2.4180

**[摘要]** 目的:通过对高血压患者运用社区护理干预的方法,对患者的临床变化进行观察对比,讨论其干预效果。方法:采用社区护理干预模式,对2020年3月至2021年3月收治的患者中选取100例高血压患者进行为期12个月的护理,随机分为两组,每组50人。其中对照组的给予普通护理干预;实验组给予特殊护理干预,比较分析两组患者护理前后患者对高血压知识的认识及血压控制效果。结果:经过两张护理对比得出,特殊社区护理干预的实验组对高血压知识的认知情况与血压控制效果明显好于常规护理组。其中( $P < 0.05$ )具有统计学意义。结论:对高血压患者实施社区护理干预模式,可以使患者更好地了解高血压知识,更好地控制血压,提升患者的生活质量以及对社区护理的满意程度,具有重要的应用价值。

**[关键词]** 高血压; 社区护理; 干预模式; 效果

中图分类号: R544.1 文献标识码: A

## The Effect of Community Nursing Intervention on Patients with Hypertension

Bona Wang

Shuangqiao Sub-district Community Health Service Center

**[Abstract]** Objective: Through the application of community nursing intervention methods, the clinical changes of patients with hypertension were observed and compared, the effects of intervention was discussed. Methods: Using the community nursing intervention model, 100 hypertensive patients who were admitted from March 2020 to March 2021 were selected for 12-month nursing, and they were randomly divided into two groups with 50 people in each group. Among them, the control group was given general nursing intervention; the experimental group was given special nursing intervention, and the patients' knowledge of hypertension and the effect of blood pressure control before and after nursing were compared and analyzed between the two groups. Results: After two nursing comparisons, it was concluded that the experimental group of special community nursing intervention was significantly better than the conventional nursing group in terms of the blood pressure control effect and the cognition of hypertension knowledge. Among them, ( $P < 0.05$ ) was statistically significant. Conclusion: The implementation of community nursing intervention model for hypertensive patients can enable patients to better understand hypertension knowledge, better control blood pressure, improve patients' quality of life and satisfaction with community care, which has important application value.

**[Key word]** hypertension; community nursing; intervention model; effect

### 引言

高血压是一种慢性疾病,发病人群主要见于中老年人,其不仅伴随着各种综合征还存在着严重的安全隐患,可能会导致各种心脑血管疾病的发展,而且长期的用药给患者带来了沉重的心理负担。但社区护理干预模式是近年发展起来的一种新的护理方法,它不仅可以提高高血压患者对高血压病的认识,还可

以提高高血压病患者的血压控制效率。本研究主要针对这一点进行展开分析。

### 1 资料与方法

1.1 一般资料。本研究对2020年3月至2021年3月就诊的高血压患者中随机选取100名进行了研究,随机分为两组,每组50人。所有入选患者均符合高血压诊断标准,经一系列检查与问卷调查显示参与者均精神状况良好、无其他慢性疾病并发,

男54例,女46例。对照组与实验组的年龄结构与男女比例结构基本一致,无过大差异。女:年龄最大68岁,最小43岁,平均(54.26±4.35)岁。患病时间3.2~18年,平均(7.5±2.1)年。

1.2 方法。对照组给予普通护理干预;对实验组患者进行为期12个月的社区护理干预和多因素干预指导,积极控制患者病情,具体措施如下:第一是指导患者

用药,在给出用药建议前,必须充分了解并掌握患者以前使用的药物,并根据医生的建议调整药物的使用。患者在服药过程中应始终坚持时间和数量的原则。该调查可以通过问卷以及面诊的方式进行资料收集。第二,创建病历。病历是根据患者治疗情况建立的。病历一般包括基本信息、联系方式、信息等。病历的建立是指导干预、确保社区护理理念落实的重要内容。第三,血压检测。首先,应告知患者不同血压计仪器的具体使用情况,尤其是水银血压计,操作相对复杂,但准确性较高。其次,对血压测量时间进行告知,严格按照时间进行测量,减少监测误差。这也是确保血压监测频率的有效措施;第四,开展健康教育,根据高血压病疾病的类型和特点,编制社区教育宣传册,使患者充分了解和掌握高血压的发病机理、治疗方法和干预措施。在阅读和学习手册的过程中,使高血压患者的日常生活方式更加健康、康复效果更为有效。同时,定期举办高血压知识讲座,提高患者的高血压疾病的认识,减轻患者的心理负担。第五,实施生活干预措施。众所周知,糖高血压与不良习惯直接相关,因此生活干预的主要目的是使患者养成良好的习惯。例如,在日常生活中,应该告诉患者减少吸烟饮酒,饮食清淡少盐。多吃轻质高纤维食物,提升自身身体素质。此外,应鼓励患者多运动,根据患者的实际情况制定合理的运动计划,这不仅可以帮助患者改善健康状况,而且对控制血压起到很好的作用。需要注意的是,由于运动会使血压短时间升高,因此制定运动计划时一定要充分掌握患者情况,制定相适应的运动目标。第六,进行心理干预。由于高血压人群的平均年纪偏高,由于慢性疾病产生的心理压力与经济压力不容忽视。患者的消极情绪可能会导致讳疾忌医,因此社区护士应加强与高血压患者的沟通,从情绪、语气、面部表情等方面评估患者的心理状态,了解患者的担忧,采取有针对性的心理护理措施,列出预后良好的病例,给予患者更多的精神鼓励和支持,增强患者对疾病治疗的信心,让他们感受到社区护士的关怀,增强他们的自信心,为今后护理指导的发展打

表1 实验组与对照组患者满意度、心理健康评估、相关疾病知识

分组	满意度评估	心理健康评估	健康知识评估	综合评估
对照组	58.3±2.5	61.5±2.3	39.2±3.2	53.0±2.7
实验组	82.6±2.2	95.5±1.5	78.3±3.2	85.5±2.3
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

表二: 两组干预后舒张压与收缩压达标情况

分组	收缩压		舒张压	
	达标	未达标	达标	未达标
对照组	36(72%)	14(28%)	41(82%)	9(18%)
实验组	45(90%)	5(10%)	44(88%)	6(12%)
P	<0.05		<0.05	

下坚实的基础。

1.3观察指标。通过12个月的护理对比,观察两组患者护理前后高血压控制情况与心理健康状态评估与满意度调查。同时观察两组患者的血压变化,血压控制有效率=血压控制良好人数/总人数。其中心理健康状况评估与满意度调查通过问卷调查方式进行,调查数据以百分制为参考,分别代表优秀100分、良好75分、中等50分、偏差25分、差0分。血压控制效率则以每月为单位进行评估记录,然后进行数据总体统计对比。

1.4统计学方法。本次数据研究运用SPSS24.0进行处理分析,研究数据用(x±s)表示,计数数据用%表示。两组间差异有统计学意义(P<0.05)。

## 2 结果

2.1两组护理患者满意度与心理健康评估对比。经过对比发现,实验组的患者满意度与心理健康评估明显高于对照组。试验组患者对高血压病的认知程度也高于对照组,数据如表一所示:

2.2社区特殊护理后两组患者血压控制情况对比。实验组患者经过社区特殊护理干预后,高血压控制数据明显优于对照组,血压值在收缩压与舒张压为120/80内属于达标患者,实验组达标人数明显高于对照组。通过数据还可明显看出,患者存在低压正常但是高压不达标的情况,且这一现象十分常见,在常规护理中,用药后高压数值降到达标范围,但是低压数据也随之降低,造成低压不达标的情况发生。数据如表二所示:

## 3 讨论

随着人们生活水平的提升,其生活

规律、饮食结构发生了很大变化,高血压的发病逐渐趋近于年轻化,因此利用社区护理干预的综合性方法,不仅有助于提高患者的疾病意识、改善患者的控制情况,还有利于全民宣传,减少高血压病的发生。近年来,这种护理方法在高血压患者的护理中发挥了重要作用。

通过此次研究,可以发现对患者进行精细化的护理,帮助患者了解高血压知识、合理规划用药时间与计量,同时监督高血压患者定期测量血压,制定运动计划,这些都有利于性高血压的控制,并且有利于患者的心理健康与高血压知识的普及。除此以外,通过实验数据表明,高血压控制中,如何控制压差也是一项十分重要的工作,部分患者经过护理和用药后会呈现收缩压与舒张压同时降低的情况,这一现象也严重阻碍了患者的康复进度,在护理中要尤为注意,通过不断调整治疗与护理方法,确保收缩压与舒张压可同时达标。

## 4 总结

通过此次对比研究,充分体现了社区特殊护理对高血压患者康复中的意义,可以有效控制患者血压、提升患者对高血压病的认知、减少心理负担。本护理方式的利用价值较高,可继续推广与完善。

## [参考文献]

- [1]陈惠.社区护理干预用于老年高血压治疗及其对患者生活质量的改善作用[J].饮食保健,2017,4(3):221.
- [2]宋秀梅.社区护理干预对提高老年高血压患者生活质量的临床效果[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(19):90.
- [3]吴永霞.社区护理干预用于老年高血压患者中的效果[J].健康养生,2020,(1):92.