

健康体检护理在健康及亚健康人群中的应用

刘杰辉

DOI:10.12238/hpmr.v1i1.5880

[摘要] 目的: 对健康体检护理在健康及亚健康人群中的应用进行了探讨,旨在提升健康体检护理水平。方法: 选取某院在2021年4月到2022年11月期间接受体检的健康及亚健康人群150例为研究对象,将所有对象均分成样本量相同的观察组和对照组各75例,分别给予健康体检护理和常规护理。比照两组的护理满意度与检查时间。结果: 两组的护理满意度进行对比,提示观察组更高; 两组的各项检查时间进行对比,提示观察组均更低; 均存在很大差异($P < 0.05$)。结论: 在健康和亚健康人群中应用健康体检护理具有理想效果,能够缩短检查时间,使检查效率提高,受检者更加满意并积极配合,值得临床应用。

[关键词] 健康体检护理; 亚健康人群; 健康人群; 检查时间; 护理满意度

中图分类号: R851.3 文献标识码: A

The Application of Health Examination Nursing in Healthy and Sub Healthy Population

Jiehui Liu

[Abstract] Objective: This article is to explore the application of health examination nursing in healthy and sub healthy populations, with the aim of improving the level of health examination nursing. Method: 150 healthy and sub healthy individuals who underwent physical examinations in a certain hospital from April 2021 to November 2022 were selected as the research subjects. All subjects were divided into an observation group and a control group with the same sample size, with 75 patients in each group receiving health examination care and routine care respectively to compare the nursing satisfaction and examination time between the two groups. Result: A comparison was made between the two groups in terms of nursing satisfaction, indicating that the observation group had a higher level of satisfaction. The comparison of various examination times between the two groups indicates that the observation group is lower with significant differences ($P < 0.05$). Conclusion: The application of health examination nursing in healthy and sub healthy populations has ideal effects, can shorten the examination time, improve the examination efficiency, and make the subjects more satisfied and actively cooperate, which is worthy of clinical promotion and application.

[Key words] health examination and nursing; sub healthy population; healthy population; examination time; nursing satisfaction

现代经济社会的发展与进步,人们的生活习惯和生活方式也发生了相应的改变,这些改变又导致人体的生理机能开始变化,这一蝴蝶效应最终导致的结果就是亚健康群体规模持续扩大。随着国民对健康问题的关注度提高,越来越多的人选择定期体检进行疾病的排除筛查,对于健康或亚健康群体而言,定期的体检就更为重要。

但在体检过程中,由于项目及人数较多,等待时间较长,不少人会产生焦躁等不良情绪,影响体检进程,甚至引发纠纷。因此不少医院及体检中心采取了健康体检护理措施,以期缩短体检时间、提升满意度。基于此,本文选取某院在2021年4月到2022年11月期间接受体检的健康及亚健康人群150例为研究对象,对健康

体检护理在健康和亚健康人群中的应用进行分析,现报告如下:

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

选取150例在某院2021年4月到2022年11月期间进行体检者作为研究对象,其中包含76例健康体检者和74例亚健康体检者,根据体检顺序将其分为对照组和观察组,各75例,分别采取常规护理和健康体检进行干预。对照组75例,男35例,女性患者40例;年龄18~63岁,平均年龄(38.44±5.52)岁;观察组75例,男性患者41例,女性患者34例;年龄19~65岁,平均年龄(41.54±4.53)岁。两组体检者性别、年龄等一般资料均无差异性,不具有统计学意义($P > 0.05$)。

表1 各项检查所需时间比较 (X-±s) 注: 与对照组相比, *P<0.05

组别	胸片	抽血	尿常规	超声	心电图	内外科
观察组	21.54±2.56*	25.46±2.57*	23.57±5.58*	25±3.24*	26.76±2.64*	26.7±2.34
对照组	11.48±1.56	19.24±2.07	13.57±2.59	16.82±3.69	15.26±5.87	25.67±2.34

表2 护理满意度比较[n/(%)]

组别	检查结果	服务态度	外部形象	接待方式	健康教育	就诊环境
观察组	满意	68 (90.6%) *	66 (88.0%) *	67 (89.3%) *	69 (92.0%)	65 (86.6%)
	较满意	6 (8.0%)	8 (10.6%)	7 (9.3%)	4 (5.3%)	10 (13.3%)
	不满意	1 (1.3%)	1 (1.3%)	1 (1.3%)	2 (2.6%)	0 (0.0%)
对照组	满意	52 (69.3%)	48 (64.0%)	51 (68.0%)	49 (65.3%)	47 (62.6%)
	较满意	16 (21.3%)	18 (24.0%)	16 (21.3%)	14 (18.6%)	19 (25.3%)
	不满意	7 (9.3%)	9 (12.0%)	8 (10.6%)	12 (16.0%)	9 (12.0%)

1.2 护理方法

150例体检者均进行常规检查,内容包括心电图、B超、内外科检查、胸片、尿常规、抽血等。对照组实施常规体检护理,即医护人员简单地想体检者介绍体检流程,提醒其需要注意的事项;观察组实施健康体检护理,具体内容:

(1) 有针对性地开展体检职业培训工作。由于医务人员的工作水平直接决定了健康体检工作质量,因此,体检工作的有效推进应将医务人员的职业培训作为基础,要求医务人员自身操作技能可以达到体检工作的需要,定期展开理论知识的培训工作,将差错率尽量降到最低;人员应加强学习相关的法律法规基础知识,采取考核方式,使医务人员转变生物模式下的工作理念,明确医务自身法律责任以及医务工作内容,为体检者提供优质护理服务。

(2) 体检环境。体检中心需加强对体检中心环境的改善工作,如适当地增加基础措施(长椅、报刊杂志、饮水机等),播放视频来帮助体检者打发漫长的等待时间等。

(3) 制定针对亚健康人群的宣传册,帮助他们了解亚健康状态的相关知识,了解健康体检的重要性;体检前做好健康宣教工作,向体检者介绍相关的疾病预防知识,可通过发放健康宣传手册、微信等方式进行宣教工作;嘱咐体检者在体检前三天保持清淡饮食,禁止饮酒。

(4) 检中指导。由于需要检查的项目较多,体检者常常会感到焦躁,此时,医护人员要做好体检者的抚慰工作,缓解体检者的焦躁情绪,耐心地为体检者介绍体检的具体工作流程,必要时可以带领体检者找到所需体检项目的操作科室,且在此过程中护理人员应态度温和、面带微笑,促使体检者放松心情。

(5) 检后护理。针对一些被查出患有疾病的患者,首先要对齐进行心理护理,抚慰他们的不良情绪,让他们能有一个积极的心态来应对接下来的治疗工作;针对要进行药物治疗的体检者,对其进行正确的用药指导,讲解用药后可能会出现不良反应以及药物间的禁忌搭配等问题。

(6) 健康指导。护理人员应针对性地对体检者进行相关的健康指导,例如用药方面的指导以及日常饮食习惯的改变等,尤其是一些亚健康状态人群,护理人员应对其告知戒除烟酒,嘱其饮

食应保持清淡,改掉吸烟习惯,以通过作息时间的良好安排,加之药物的适当服用来改善其身体亚健康状况。

(7) 建立档案。为每一个完成体检的任务的体检者创建档案,在体检工作结束一周后,对体检人员进行电话随访,了解体检者的具体状态。

1.3 评价指标

根据服务态度、外部形象、接待方式、健康教育、就诊环境五个方面评估护理人员护理满意度,满意度越高,说明护理效果越好。

1.4 数据处理

本文体检者数据用SPSS20.0软件分析检验,独立样本t检验各项检查所需时间等计量资料,用(X-±s)形式表示,x²检验护理满意度等计数资料,用[n/(%)]表述,当P<0.05时,有统计学差异。

2 结果

2.1 各项检查所需时间比较

相对于对照组,观察组可有效缩短检查者各项检查所需时间(P<0.05),如表1所示。

2.2 护理满意度比较

相对于对照组,观察组护理满意度优于对照组(P<0.05),如表2所示。

3 讨论

现在人们的生活水平不断提高,生活压力以及工作压力严重影响人们的健康,造成亚健康人群数量随之升高,亚健康具体指的是介乎健康与疾病之间的临界状态,既能够向健康一侧发展,也可以向疾病一侧发展,倘若没有及时发现,会引发严重后果,威胁到人们的身体健康,所以对于亚健康人群需要给予高度的重视,按时接受体检,主动并且积极的管理自身身体,掌握身体基本情况,对于疾病做到有效的预防与控制。现在我们国家医学模式出现转变,以往医学模式忽视了病人的心理需求,现代医学模式不但要求护理人员重视病人的身体疾病,同时需要关注病人的社会状态以及心理状态,重视病人的全面治疗以及康复,利用体检可以按时对自身身体情况进行了解,做到及时预防并且发现疾病,所以体检期间开展健康体检护理措施,能够显著提高体检质量。

为提高健康体检的效率,改善国民的整体身体素质,目前越来越多医院开始在体检中实行健康体检护理,该护理理念主要由以下三点进行体现:第一,体检环境的完善。在受检者接受健康体检的过程中经常会遇到体检中心人流量大,排队,医护人员工作量大无暇顾及,体检项目多且不同检查项目相隔较远等情况。这导致部分受检者思绪较为混乱,易出现烦躁、焦虑等不良情绪。通过在院内开展相关护理,在体检中心设置跟多的座位,每排座位后放置报纸读物等,整个中心播放令人感到舒心的音乐;增加体检引导人员,将受检者尽量分流到不同的体检项目当中,使其有一个明确的体检方向并节省体检所需的时间,从而舒缓患者的情绪。第二,提高相关体检人员的专业素质。定期对体检中心的医师和护士进行培训,以此来提高他们的专业知识能力,并定期举行相关能力考核,对专业能力存在问题的医师或护士重新培训,指导考核通过方可重新回到岗位工作。将体检人员的日常工作纳入考核工作中,实时为其专业素质和服务表现打分,以此来减少其与受检人员之间矛盾,提高健康体检的服务质量。第三,从受检人群着手。受检人群通常会包含健康人群和亚健康人群,健康体检护理则是对亚健康人群进行护理,护理的方式可分为体检前期、中期和后期,体检前主要由护理人员通过媒体、宣传册的方式对体检者加强疾病预防的宣传力度,让受检者了解体检的重要性。对特殊的体检项目说明注意事项,告知体检前3天严禁饮酒吸烟,选择清淡的食物,适当补充微量元素。体检时护理人员需确保室内通风流通,温度适宜,并播放舒缓的音乐以此来降低体检对受检者带来的恐惧感。体检后指导受检者如何选择饮食,叮嘱其正确用药和规范自身的日常作息,在闲暇之余适当开展简单的有氧运动,并为每名受检者建立相关档案,以便于对其进行长期跟踪。

随着人们对身体健康的愈发重视,选择进行健康体检的人也在日益增多。推广健康体检护理措施,对缩短体检时间、提高体检满意度具有重要意义。因此,需积极研究健康体检护理措施,并将其广泛应用在临床上,以期为医疗事业健康发展作出贡献。

[参考文献]

- [1]周琼.健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用分析[J].健康大视野,2019,(21):185.
- [2]李萌.健康和亚健康人群中健康体检护理的价值分析[J].婚育与健康,2021,(8):81.
- [3]张倩.健康和亚健康人群中健康体检护理的价值分析[J].健康之友,2021,(2):268.
- [4]武梦辰.健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果[J].母婴世界,2019,(24):15.
- [5]陈俊宇.健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果[J].饮食保健,2020,7(25):235.
- [6]平彤彤,刘红.健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用体会[J].现代消化及介入诊疗,2019,(A01):146-147.
- [7]王新玉.健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果[J].科学养生,2020,023(001):236.
- [8]陈方,王燕,陈梦兰.健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果评价[J].中西医结合心血管病电子杂志,2020,8(36):2.
- [9]吴立丰,江静.现代化健康理念在健康体检工作中的实践意义[J].医学食疗与健康,2020,18(6):2.
- [10]于春英,朱学奉.健康体检护理在健康和亚健康人群中的应用效果[J].中国保健营养,2021,(18)149.