

健康教育在高血压护理中的临床价值分析

蒋琼

贵阳市公共卫生救治中心 贵州贵阳

【摘要】目的 探讨护理高血压中健康教育的临床价值。**方法** 选取 2020 年 9 月至 2022 年 8 月收治的高血压患者 100 例，随机分为观察组（健康教育）和对照组（常规护理）各 50 例，对比效果。**结果** 观察组健康知识有关指标、血压及自我管理能力强于对照组（ $P<0.05$ ）。**结论** 高血压患者经过健康教育可有效增加其健康知识，稳定血压，价值较高。

【关键词】 高血压；健康知识评分；健康教育；血压；自我管理能力强

【收稿日期】 2024 年 7 月 22 日

【出刊日期】 2024 年 8 月 22 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20240403

Analysis of clinical value of health education in hypertension nursing

Qiong Jiang

Guiyang Public Health Treatment Center, Guiyang, Guizhou

【Abstract】Objective To explore the clinical value of health education in nursing hypertension. **Methods** 100 patients with hypertension admitted from September 2020 to August 2022 were randomly divided into observation group (health education) and control group (routine nursing) with 50 cases each to compare the effect. **Results** The indexes of health knowledge, blood pressure and self-management ability of observation group were better than those of control group ($P<0.05$). **Conclusion** Health education can effectively increase the health knowledge of hypertension patients and stabilize blood pressure, which is of high value.

【Keywords】 Hypertension; Health knowledge score; Health education; Blood Pressure; Self-management ability

作为临床慢性病中的高发病，高血压在我国存在较高发生率，同时此病也是导致脑卒中、心肌梗死等多种重大疾病的一个独立危险因素，对患者健康情况存在严重威胁，如果控制效果不佳会危及生命^[1]。临床对于治疗高血压主要是药物治疗，然而患者存在较长病程，并且患者行为习惯对控制疾病情况存在比较大影响，所以在对患者积极治疗期间与科学的护理配合十分必要^[2]。结合过去的临床经验知晓，患者的健康素养水平对高血压病情存在直接影响，一般患者掌握丰富的疾病知识，其常常存在比较理想的治疗效果^[3]。所以，对该类患者试试积极的健康教育十分必要。本文分析高血压患者应用健康教育的价值，如下。

1 资料和方法

1.1 临床资料

2020 年 9 月至 2022 年 8 月，100 例高血压患者，随机分为观察组 50 例，男 30 例，女 20 例，平均年龄（ 61.25 ± 2.44 ）岁；对照组 50 例，男 28 例，女 22 例，平均年龄（ 61.36 ± 2.33 ）岁，两组资料对比（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

对照组：常规护理。观察组：加强健康教育，包括：1) 护理人员深入了解患者的疾病情况，对其患病原因进行全面分析，结合其具体情况而确定相应的护理干预；2) 增加用药知识。为患者介绍其所用药物的不良反应、应用方式，保证其用药的安全性；3) 心理指导。对患者加强心理护理，对其心理情况全面掌握，认真了解其情绪的改变，积极和患者交流，掌握其内心想法，同时结合其具体情况明确心理护理，将其心理压力消除，可以让其在面对生活、疾病过程中保持积极心态。4) 健康宣教。利用简单易懂的词汇为患者实施健康教育，使其对本身疾病知识存在深入了解，掌握疾病症状、基本知识，增加其自我护理能力。可对有关资料搜集，利用看视频、分发资料等方式将其健康知识增加，同时增加患者对疾病的重视度，进而对治疗增加配合度。5) 饮食护理。针对高血压患者，需要对日常饮食保持高度重视，例如需要减少摄入的脂肪量、盐分，而且对于动物内脏、海鲜类等也要减少进食量。应该戒烟

酒, 增加进食蔬菜量。6) 合理运动。大部分高血压患者伴随肥胖问题, 所以, 对其体重加强控制, 适当运动, 降低储藏的脂肪量, 利用适当运动而减少血压水平。

1.3 观察指标

健康知识有关指标(饮食健康、心理状态等, 分数越高代表掌握更多知识); 血压(舒张压、收缩压); 自我管理能力(运动管理、饮食管理等, 分数越高代表自我管理行为越好)^[4]。

1.4 统计学处理

SPSS18.0 分析数据, 计数(%)表示, χ^2 检验, 计量($\bar{x} \pm s$)表示, t 检验, $P < 0.05$ 统计学成立。

2 结果

2.1 健康知识有关指标对比

组间比较($P < 0.05$)。见表 1。

2.2 血压水平对比

组间对比($P < 0.05$)。见表 2。

表 1 健康知识有关指标比较 ($\bar{x} \pm s$)

指标	观察组 (n=50)	对照组 (n=50)	t	P
心理状态	93.57±2.06	84.88±2.42	5.325	<0.05
运动健康	90.05±2.62	82.26±2.25	4.226	<0.05
饮食健康	91.35±2.78	83.11±2.55	5.224	<0.05
健康知识	90.51±2.18	81.17±3.09	5.326	<0.05

表 2 血压水平比较[($\bar{x} \pm s$), mmHg]

指标	时间	观察组	对照组	t	P
舒张压	护理前	97.32±9.68	97.27±9.75	0.225	>0.05
	护理后	82.25±8.18	88.78±8.38	5.332	<0.05
收缩压	护理前	165.68±13.03	165.77±12.68	0.412	>0.05
	护理后	122.54±8.52	130.77±9.12	4.201	<0.05

2.3 自我管理能力对比

护理前, 观察组: 用药管理评分(8.41±3.43)分、饮食管理评分(25.15±4.52)分、病情监测评分(7.62±3.45)分、情绪管理评分(14.48±3.72)分、运动管理评分(5.63±4.01)分、工作和休息管理评分(12.47±4.34)分; 对照组: (8.28±3.54)分、(25.25±4.41)分、(7.54±3.34)分、(14.54±3.64)分、(5.52±4.12)分、(12.75±4.12)分。组间比较($P > 0.05$);

护理后, 观察组: (19.45±4.53)分、(44.22±5.13)分、(16.34±4.43)分、(30.46±6.85)分、(14.25±3.86)分、(23.14±5.12)分; 对照组: (13.49±4.12)分、(34.45±4.83)分、(11.24±4.12)分、(20.52±6.04)分、(9.32±4.42)分、(17.25±4.25)分, 组间比较($P < 0.05$)。

3 讨论

高血压疾病在经济水平提升、物质水平改善、工作压力增加等较多因素影响下出现明显升高, 疾病初期常无显著症状, 但是在时间增加下, 患者会有耳鸣、疲劳、眩晕等症状作为心血管中常见疾病, 其存在的发病率、并发症发生率、病死率均较高, 同时存在服药率、

控制率、检出率低的特点, 临床对于血压以药物为主, 但是无彻底治愈措施, 应该终身用药而控制病情, 进而减少疾病对身体损伤。所以, 患者在日常生活及治疗期间, 患者需要对疾病认知增加, 利用有效方式对疾病控制, 增加自护能力, 改善生活质量。

在马秀娟等^[5]研究中, 为深入研究健康教育在高血压患者护理中的应用价值, 该研究选取 80 例患者作为研究对象, 40 例患者在进行健康教育后对其健康知识相关指标进行评分, 其中心理状态均值为 93.68 分、运动健康值为 90.16 分、饮食健康均值为 91.46 分、健康知识均值为 90.61 分, 显著高于常规护理方式(均值分别为 84.90 分、82.37 分、83.20 分、81.28 分), 可见健康教育可以增加高血压患者对健康知识的知晓情况。本研究结果中, 干预实施后, 观察组的心理状态得分为(93.57±2.06)分、运动健康得分为(90.05±2.62)分、饮食健康得分为(91.35±2.78)分、健康知识得分为(90.51±2.18)分, 对照组的心理状态得分为(84.88±2.42)分、运动健康得分为(90.05±2.62)分、饮食健康得分为(83.11±2.55)分、健康知识得分为(81.17±3.09)分, 组间比较存在统计学意义($P < 0.05$), 与

上述马秀娟等研究结果接近,进一步提示高血压患者在实施健康教育后加深了对健康知识的认知程度,这对提升预防及控制疾病的效果十分重要,同时也可以增加其依从性,加快病情康复。

在涂玉芳^[6]研究中,选取110例高血压患者作为调取研究对象,通过随机分组方式,对试验组55例患者进行常规联合健康教育后,结果显示观察组的舒张压水平、收缩压水平显著降低,干预后水平均值分别是84.27mmHg、134.16mmHg,而采用传统护理的55例对照组患者的舒张压水平、收缩压水平达到89.42mmHg、143.59mmHg,提示高血压患者通过健康教育对改善血压水平起到一定积极作用。本次结果中,观察组的舒张压水平(82.25±8.18)mmHg、收缩压水平(122.54±8.52)mmHg均低于对照组(88.78±8.38)mmHg、(130.77±9.12)mmHg,组间比较差异显著(P<0.05),与上述涂玉芳等研究结果接近,进一步说明了健康教育可以改善高血压患者血压水平的效果,利于患者增加治疗信心,形成良性循环。另外,本研究结果中,观察组自我管理评分干预后显著高于对照组,表示健康教育存在良好效果。

分析原因:在临床中,健康教育属于对高血压患者来讲比较有效的护理干预措施,通过人文关怀方式,以对患者高度尊重为基础,对其实施引导、教育,促使其认知疾病程度增加,进而提升自我护理能力,进而实现对病情改善的目的,进而使危险因素降低,减少发生疾病风险^[7]。在健康教育护理中,利用心理护理可防治发生负面情绪而对治疗进程产生不利影响。并且经过健康知识宣教可以协助患者获得更多疾病知识,让其掌握更多养护、调理高血压知识,全面认知疾病。利用健康的饮食干预,使患者降低摄入的盐分、脂肪量,形成良好的饮食习惯,减少诱发疾病原因。经过用药指导,保证其用药合理性,增加其用药依从性,防止擅自用药而产生的不良风险。对该类患者来讲,其常常对运动没有较高重视度,并且在生活作息、工作等方面伴有问题,经过健康教育护理可以让其行程好的生活习惯,同时让其适当运动,增加本身的免疫力、抵抗力,

实现将血压有效降低的目的^[8]。

总之,高血压患者治疗过程中辅助健康教育对于患者疾病知识的掌握度、自我管理能力的提升以及血压水平的控制存在良好效果,价值较高,值得应用。

参考文献

- [1] 纪嘉思.集束化护理并健康教育在妊娠高血压产妇产后护理中的价值及对睡眠质量、血压水平的影响分析[J].中国医药指南,2023,21(24):29-32.
- [2] 林淑华,严淑珍,叶艳艺.临床健康教育路径在老年慢性肾功能衰竭合并高血压病护理中的应用价值分析[J].心血管病防治知识(学术版),2021,11(28):49-51.
- [3] 郭丽娜,李树蕙.KAP模式健康教育在老年高血压合并糖尿病患者中的应用价值分析[J].心血管病防治知识(学术版),2023,13(2):73-75.
- [4] 林淑华,严淑珍,叶艳艺.临床健康教育路径在老年慢性肾功能衰竭合并高血压病护理中的应用价值分析[J].心血管病防治知识(学术版),2021,11(28):49-51.
- [5] 马秀娟.健康教育在高血压护理中的应用效果观察[J].现代养生(下半月版),2021,21(2):50-52.
- [6] 涂玉芳.健康教育应用于老年高血压护理中的价值及对患者血压改善的评价[J].心血管病防治知识(学术版),2023,13(25):51-53.
- [7] 许玉萍.健康教育和护理干预联合应用于儿童肥胖性高血压患者的临床意义分析[J].心血管病防治知识(学术版),2023,13(17):75-77.
- [8] 黄慧君,朱美婷,蔡金菊.护理健康教育在肛肠疾病合并高血压患者中的应用价值分析[J].心血管病防治知识(学术版),2019,9(5):66-68.

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