

公共卫生护理在改善心血管病患者及心血管病高危人群 生活方式的效果观察

路甜颖

淄博市临淄区皇城中心卫生院 山东淄博

【摘要】目的 分析对于心血管病患者、心血管病高危人群采取公共卫生护理对其生活方式的影响。**方法** 选取2022年8月至2023年8月心血管病患者、心血管病高危人群78例，随机分为观察组（公共卫生护理）和对照组（常规护理）各39例，对比效果。**结果** 观察组指标评分、血压、血脂、生活质量评分均优于对照组（ $P<0.05$ ）。**结论** 公共卫生护理对于心血管病患者以及心血管病高危人群来讲可有效改善其生活方式，价值较高。

【关键词】 生活方式；公共卫生护理；心血管病高危人群；心血管病；常规护理；生活质量

【收稿日期】 2023年12月26日 **【出刊日期】** 2024年1月18日 **【DOI】** 10.12208/j.cn.20240040

Observation on the effect of public health nursing on improving the lifestyle of cardiovascular disease patients and high risk population

Tianying Lu

Zibo City Linzi District Imperial City Center Health Center, Zibo, Shandong

【Abstract】 Objective To analyze the impact of public health care on the lifestyle of patients with cardiovascular disease and people at high risk of cardiovascular disease. **Methods** 78 patients with cardiovascular disease and high-risk groups from August 2022 to August 2023 were selected, and 39 cases were randomly divided into observation group (public health care) and control group (usual care). **Results** The index score, blood pressure, blood lipid and quality of life score were better than the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Public health care can effectively improve the lifestyle of patients with cardiovascular disease and people at high risk of cardiovascular disease, with high value.

【Keywords】 Lifestyle; Public health care; High risk population for cardiovascular disease; Cardiovascular disease; Routine care; Quality of Life

心血管疾病的出现同多种因素存在关系，如高血压、动脉粥样硬化、血液粘稠、高脂血症等，在上述因素的作用下使全身组织、心脏组织出现出血性、缺血性疾病^[1]。该病对于人类的生命健康存在严重威胁，而且在中老年人群中，心血管疾病属于其中的常见类型，该病特点为死亡率、致残率、患病率均较高，全球因心血管疾病死亡的人数每年将近1500万人^[2]。

公共卫生护理属于一项护理事业，指的是为人们提供对其健康有益处的护理服务，进而将整体健康提升，预防疾病及伤害^[3]。近些年，在医疗行业中，公共卫生护理属于比较盛行的一种护理服务，本文分析公共卫生护理对于改善心血管病及高危人群生活方式的效果，如下。

1 资料和方法

1.1 临床资料

2022年8月至2023年8月，78例心血管病患者、心血管病高危人群，随机分为观察组39例，男20例，女19例，平均年龄（ 63.15 ± 0.20 ）岁；男21例，女18例，平均年龄（ 64.04 ± 0.15 ）岁，两组资料对比（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

对照组：常规护理，叮嘱患者、高危人群需要定时实施健康体检，对血脂、心率、血压、脉搏等指标变化情况及时掌握，同时将其用药、生活方面的指导工作做好。

观察组：公共卫生护理，包括：（1）建立公共

卫生护理小组。小组成员包括护理管理人员、健康管理师、全科医生,定时对小组成员实施培训工作,对护士相关护理技能进行完善,达到和患者的有效沟通,对其病情准确评估,了解其疾病风险因素、掌握其心理情绪倾向、护理要点、认知程度、心理特点等,保证实施合理的公共卫生护理工作;同时对护理人员基础护理技能定时培训,将其护理差错风险显著减少,将护理不良预后有效规避,培训完成后需要对其实施考核工作,只有在考核通过后才可实施护理工作。

(2) 构建个人档案。首选需要对患者伴随的多种风险因素进行全面的评估,对其认知程度、文化程度全面掌握,同患者、家属沟通并对患者的饮食方式、生活方式细致了解、掌握,进而建立全面的护理管理计划、个人档案。(3) 健康教育。定时举办健康知识讲座,主讲为健康管理师,通过视频播放、微信平台推广等方式方便患者、家属观看,从而将其掌握防护疾病知识、治疗知识的程度显著提高,利用多方面的指导、交流尽量使患者对于心血管疾病本身的危害性可以存在正确认知,进而将其自我管理能力显著提升,保证患者的遵医用药行为、生活方式、饮食方式良好。

(4) 心理指导。对患者鼓励、引导,让其将心中的顾虑积极地讲述出来,协助患者找到情绪有效释放的方法,告诉患者通过香薰疗法可以让身心处于愉悦状态,同时也可以将睡眠质量有效提升。同时对患者不断地鼓励,让其通过阅读正能量书籍、听音乐等方式

确保身心处于舒畅状态,告诉家属多多地关怀患者,将舒适、温馨的家庭气氛提供给患者,让患者身心舒适。(5) 用药管理。同患者交流并对其用药耐受性全面掌握,了解其用药意见,根据具体情况制定科学的用药计划,告诉家属需要定时提醒家属定时用药,利用微信平台进行管理,对于患者提出药物相关问题应该尽量做到及时解答,将用药监督、指导工作做好。

(6) 生活指导。结合患者的饮食习惯、营养指标情况制定出科学、合理的饮食计划,保证均衡的饮食营养,增加饮食中高蛋白食物的量,并且对于维生素、微量元素适当补充。对患者鼓励,让其食用菠菜、紫菜、牛肉、瘦肉等存在丰富铁的食物、蔬菜。结合患者的具体情况制定运动计划,对患者鼓励,让其适当进行有氧运动,如慢跑、打太极、快走等。

1.3 观察指标

血压(舒张压、收缩压)、血脂(总胆固醇、甘油三酯)。生活质量^[4]: SF-36 评级,分数越高表示生活质量越好。评分指标:遵医用药、合理生活方式等,分数越高表示越好。

1.4 统计学处理

SPSS18.0 分析数据, $P < 0.05$ 统计学成立。

2 结果

2.1 两组患者血脂、血压水平比较

干预前,组间对比无差异($P > 0.05$);干预后,组间对比差异显著($P < 0.05$)。见表1。

表1 两组患者血压、血脂水平对比($\bar{x} \pm s$)

分组	例数	甘油三酯		总胆固醇		收缩压		舒张压	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	39	2.50±0.81	1.29±0.15	5.49±0.88	4.30±0.28	150.79±2.30	130.29±2.05	97.15±1.48	74.39±1.05
对照组	39	2.48±0.68	1.59±0.39	5.41±0.77	4.79±0.48	151.48±2.39	135.79±2.38	87.66±1.58	77.29±1.16
t 值		0.352	5.201	0.336	4.502	0.335	5.201	0.335	5.401
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.2 两组患者生活质量评分比较

干预前:

观察组:生理功能(60.26±5.39)分、社会功能(58.59±5.06)分、躯体疼痛(57.49±5.16)分、情感职能(61.19±5.59)分。对照组:(60.19±5.16)分、(57.69±5.16)分、(57.60±5.28)分、(61.13±5.49)分。对比发现,两组生活质量评分差异较小,组间对比无统计学意义($t=0.524, 0.423, 0.541, 0.632, P > 0.05$)。

干预后:

观察组:(91.59±7.40)分、(90.16±7.77)分、(92.30±7.88)分、(90.47±7.49)分。对照组:(82.56±6.13)分、(84.29±6.35)分、(86.59±6.40)分、(85.32±6.29)分。对比可知,干预后两组患者的生活质量评分均出现明显改善,但是观察组评分改善更佳,组间对比有统计学意义($t=5.326, 4.523, 4.885, 4.526, P < 0.05$)。

2.3 两组评分指标比较

干预前:

观察组：合理生活方式（ 5.70 ± 0.49 ）分、遵医用药评分（ 6.18 ± 0.79 ）分、疾病认知度（ 6.16 ± 0.18 ）分、护理管理质量（ 6.03 ± 0.58 ）分。对照组：（ 5.79 ± 0.52 ）分、（ 6.13 ± 0.67 ）分、（ 6.30 ± 0.38 ）分、（ 5.93 ± 0.29 ）分。两组患者干预前评分相近，差异较小，组间对比无统计学差异（ $t=0.523、0.326、0.521、0.521, P>0.05$ ）。

干预后：

观察组：（ 9.02 ± 0.52 ）分、（ 9.51 ± 0.49 ）分、（ 9.62 ± 0.49 ）分、（ 9.28 ± 0.69 ）分。对照组：（ 8.36 ± 0.92 ）分、（ 8.88 ± 0.36 ）分、（ 8.57 ± 0.26 ）分、（ 8.16 ± 0.37 ）分。两组患者经过干预后评分均出现明显增加，且观察组评分增加更明显，组间对比差异显著（ $t=5.320、4.203、6.502、5.201, P<0.05$ ）。

3 讨论

近几年，随着人们生活方式、生活环境的改变，在一定程度上增加心血管病的发生率，同时出现了逐年增长的情况^[5]。心血管疾病属于一种同循环系统关系密切的疾病，如动脉粥样硬化、颈动脉疾病等，此病已经对全世界范围内人们的生命安全^[6]、身体健康产生威胁。而公共卫生护理干预属于通过利用预防护理学技能、理论，有效的应用在社区、家庭中，进而创造社会安定、人们身体健康的良好条件^[7]。利用转变医学的方式使护理人员进入社区，进而实施护理干预，从而将该类患者、高危人群其不健康的生活方式改善，进而将其生活质量有效提升^[8]。

本研究结果中，观察组各指标均优于对照组，显示公共卫生护理存在良好的干预效果。分析原因：公共卫生护理过程中首先建立了公共卫生服务管理小组，利用培训的方式使护理人员存在更强的综合能力，将工作中护理人员伴随的多种问题有效纠正^[9]。并且利用风险评估构建完备的护理管理方案、个人档案，保证临床护理所具有的有效性；同时利用定时进行健康知识讲座，通过网络平台进行教育、指导，进而将该类人群对于疾病的重视度、认知度显著提升，使其自我管理能力和健康知识得到提升、增加^[10]。此外，利用情绪安抚工作保证高危人群可以存在良好的心理状态；利用适宜的生活管理、用药管理可以保证患者生活方式、饮食方式的合理性、科学性，改善其遵医用药行为，稳定其血压水平、血脂水平，进而将控制心血管疾病患者病情的效果提升，减少高危人群发生心血管疾病的风险，进而将其生活质量有效改善。

总而言之，对于心血管病、高危人群实施公共卫生护理对于其生活方式的改善存在显著作用，同时有效

控制患者的血脂、血压水平，提升生活质量，值得应用。

参考文献

- [1] 付晗好,时晓鑫,王静,等. 郑州市某警校教育人员心血管疾病部分高危因素影响分析[J]. 河南医学高等专科学校学报,2022,34(4):463-466.
- [2] 王金霞,高彬,钱平平,等. 心血管病高危人群检出率及影响因素分析——以心血管病早期筛查试点区为例[J]. 中国社会医学杂志,2020,37(1):54-58.
- [3] 吴洵,覃玉,崔岚,等. 江苏省居民心血管病高危人群流行病学特征及其影响因素分析[J]. 中华流行病学杂志,2022, 43(1):78-84.
- [4] 周敏,郭峰,蒲勇,等. 重庆市黔江区 2016-2018 年心血管病高危人群危险因素分析及防控策略[J]. 中国保健营养,2021,31(7):37.
- [5] 毕媛,覃玉,苏健,等. 江苏省心血管病高危人群颈动脉斑块流行及影响因素分析[J]. 中华流行病学杂志,2019,40(11):1432-1438.
- [6] 曹宁,席云峰,牛丽薇,等. 内蒙古心血管病高危人群饮酒模式与健康相关生活质量的关系[J]. 中华疾病控制杂志,2022,26(4):401-405,411.
- [7] 李松涛,杨舒越,王玉琢,等. 玉环市 2014-2015 年心血管病高危人群早期筛查结果分析[J]. 中国初级卫生保健,2019,33(8):67-70.
- [8] 贾佳,赵红叶,游凯,等. 北京市顺义区 35~75 岁居民心血管病高危人群检出情况及高危预测模型建立[J]. 中国公共卫生,2022,38(4):456-460.
- [9] 刘览,孙敏英,利耀辉,等. 广州市老城区心血管病高危人群检出情况及其影响因素分析[J]. 中国公共卫生,2021, 37(6):982-985.
- [10] 潘子瑞,孙中明,文进博,等. 江苏省 22083 名心血管病高危人群健康生活方式的现状分析[J]. 中华疾病控制杂志,2021,25(8):948-954.

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