

阶段性改变模式在中老年高血压患者护理中的应用

宋乐

东南大学附属中大医院 江苏南京

【摘要】目的 探究阶段性改变模式在中老年高血压患者护理中的应用效果。**方法** 研究对象选自我院 2020 年 1 月至 2021 年 1 月期间收治的中老年高血压患者 66 例，随机分组为观察组（33 例）和对照组（33 例）。观察组采用阶段性改变模式干预，在常规模式干预基础上采前意向阶段、意向阶段、准备阶段、行动阶段及维持阶段进行护理。对照组采用常规模式干预，对患者开展健康教育，告知患者用药、饮食及运动等相关注意事项及出院后复查时间。分别于记录并分析两组患者干预后的自护能力、遵医行为及干预前、干预后 3 个月前后血压控制情况。**结果** 干预后 3 个月，观察组为（101.53 ± 11.82）分，对照组为（89.72 ± 11.24）分；观察组收缩压由（156.25 ± 1.67）mmHg 降至（125.25 ± 5.82）mmHg，对照组收缩压由（156.25 ± 1.46）mmHg 降至（133.45 ± 5.97）mmHg；观察组舒张压由（105.24 ± 1.45）mmHg 降至（85.62 ± 5.03）mmHg，对照组舒张压由（105.23 ± 1.34）mmHg 降至（90.31 ± 5.14）mmHg；观察组服药依从性 30 例（90.91%），对照组服药依从性 22 例（66.67%）；观察组运动锻炼 28 例（84.85%），对照组运动锻炼 20 例（60.61%）；观察组饮食控制 29 例（87.88%），对照组饮食控制 18 例（54.55%）；观察组定期复查 27 例（81.82%），对照组定期复查 21 例（63.64%）。两组差异均有统计学分析（ $P < 0.05$ ）。结果显示，观察组自护能力及遵医行为各项评分均明显高于对照组，观察组血压控制情况显著优于对照组。**结论** 中老年高血压患者护理中应用阶段性改变模式干预有利于改善患者的自护能力及遵医行为，提高患者的血压水平的控制。

【关键词】 阶段性改变模式；中老年高血压患者；应用效果

【收稿日期】 2023 年 7 月 7 日

【出刊日期】 2023 年 8 月 10 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20230360

Application of phased change mode in nursing care of middle-aged and elderly patients with hypertension

Le Song

Cuhk Hospital Affiliated to Southeast University, Nanjing, Jiangsu

【Abstract】Objective To explore the application effect of phased change mode in nursing care of middle-aged and elderly patients with hypertension. **Methods** Sixty-six middle-aged and elderly patients with hypertension admitted to our hospital from January 2020 to January 2021 were randomly divided into observation group (33 cases) and control group (33 cases). The observation group adopted the phased change mode intervention, and on the basis of the conventional mode intervention, pre-intention stage, intention stage, preparation stage, action stage and maintenance stage were adopted for nursing. The control group was treated with conventional intervention mode. The patients were given health education and informed of medication, diet, exercise and other matters requiring attention as well as the time of post-discharge review. The self-care ability, compliance behavior and blood pressure control before and 3 months after intervention were recorded and analyzed respectively. **Results** Three months after intervention, the score of observation group was (101.53 ± 11.82), and that of control group was (89.72 ± 11.24). Systolic blood pressure decreased from (156.25 ± 1.67) mmHg to (125.25 ± 5.82) mmHg in the observation group and from (156.25 ± 1.46) mmHg to (133.45 ± 5.97) mmHg in the control group. The diastolic blood pressure of the observation group decreased from (105.24 ± 1.45) mmHg to (85.62 ± 5.03) mmHg, and that of the control group decreased from (105.23 ± 1.34) mmHg to (90.31 ± 5.14) mmHg. There were 30 cases (90.91%) in the observation group and 22 cases (66.67%) in the control group. 28 cases

(84.85%) in the observation group and 20 cases (60.61%) in the control group were exercised. 29 cases (87.88%) in the observation group and 18 cases (54.55%) in the control group were diet controlled. 27 cases (81.82%) in the observation group and 21 cases (63.64%) in the control group were reexamined periodically. The difference between the two groups was statistically analyzed ($P < 0.05$). The results showed that the scores of self-care ability and compliance behavior in the observation group were significantly higher than those in the control group, and the blood pressure control in the observation group was significantly better than that in the control group. **Conclusion** The application of phased change mode intervention in nursing care of middle-aged and elderly patients with hypertension is beneficial to improve patients' self-care ability and compliance behavior, and improve the control of patients' blood pressure level.

【Keywords】 Phased change mode; Middle-aged and elderly patients with hypertension; Application effect

前言

高血压也称作血压升高,判断标准为收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 、舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$,多发于中老年人群,属于终身治疗疾病,治疗方式主要是通过改善生活习惯配合药物治疗控制血压稳定^[1]。长期处于高血压状态容易引发心脑血管疾病,还会对心脏、肾功能等造成损害,严重者甚至会出现血管破裂等危及生命安全的情况,对患者的身体健康和生活质量影响极大^[2]。由于高血压病程长,需要患者长期居家自行治疗护理,患者长期被疾病所扰且对健康知识的缺乏,极易产生消极情绪,导致患者治疗效果不理想^[3]。有效的护理干预可以提升患者自护能力,增强患者的遵医行为,指导患者更好地控制血压平稳。阶段性改变模式是针对患者不同阶段心理、行为等信息提供有效干预,可以确保患者全阶段的护理效果。基于此,本研究探究了阶段性改变模式在中老年高血压患者护理中的应用效果。

1 对象和方法

1.1 对象

研究对象选自我院2020年1月至2021年1月期间收治的中老年高血压患者66例,随机分组为观察组(33例,男19例,女14例,年龄45~81岁,平均年龄 55.98 ± 4.42 岁,病程1~16年,平均病程 6.02 ± 2.04 年)和对照组(33例,男17例,女16例,年龄45~80岁,平均年龄 55.42 ± 4.26 岁,病程1~15年,平均病程 5.95 ± 1.87 年),两组患者一般资料差异无统计学意义($P > 0.05$)。所有患者均自愿参与本次研究,我院伦理委员会已审核批准。

1.2 方法

对照组采用常规模式干预,观察组在对照组基础上采用阶段性改变模式干预。

(1) 常规模式干预

患者住院期间,开展健康教育,为患者讲解疾病、

药物、饮食及运动等方面的健康知识,指导患者用药时间、用药剂量及用药注意事项等,印发健康指导手册;患者出院时叮嘱患者按时用药,给予饮食、运动相关建议,告知患者复诊时间等。

(2) 阶段性改变模式干预

根据患者内心需求、当前行为及健康状态等表现分阶段提供更具针对性的干预方式,包括前意向阶段、意向阶段、准备阶段、行动阶段及维持阶段,具体如下:

①前意向阶段。此阶段患者自觉保持健康行为的意识较差,因此需要时常提醒患者不健康行为造成的影响与健康行为带来的好处,此期间可以讲述成功案例鼓励患者,缓解患者内心不良情绪,开展高血压健康知识讲座,为患者提供相关疾病知识,循序渐进帮助患者养成好习惯。

②意向阶段。此阶段患者有自我保持健康行为的意识,辅助患者计划未来3个月参与的健康行为管理。着重为其讲解不良行为带来的影响,及时纠正患者消极心态,为患者详细介绍相关健康生活方式及实施措施,与患者讨论和制定未来管理目标,增强患者治疗信心。

③准备阶段。此阶段患者具备主动获取健康知识或开始纠正不良行为,需要重视与患者合作,协助患者共同制定健康计划,鼓励家属积极参与;指出患者生活方式存在的问题,适当干预改变其行为,设定开始及目标实现日期,设定以患者喜好为主,容易坚持为原则,叮嘱家属参与支持患者,共同分析患者目标期间可能存在的障碍,为其提前建立心理防御。

④行动阶段。此阶段患者保持健康行为未超3个月,尚可按时用药,合理饮食和适量运动基本完善。需要对患者讲解用药、饮食及运动时的注意事项,并对患者前期良好表现给予适当鼓励,增强患者依从性及信心。同时加强随访,随访期间监测患者的行为改

变情况,发现患者存在不良习惯时及时提醒纠正,患者出现不良情绪时,及时给予鼓励,缓解其不良情绪。

⑤维持阶段。此阶段患者已保持健康行为超出3个月,需要预防患者松懈,叮嘱家属监督和鼓励患者,在住院期间进行一对一面授健康知识,出院后定期进行随访,1~2次/月,随访持续3个月。

1.3 观察指标

(1)采用自我护理能力测评量表评价干预前后患者自护能力,总分135分,分数越高表示自护能力越好。(2)采用自制遵医行为调查问卷对患者遵医行为进行评估,服药依从性、运动锻炼、饮食控制及定期复查。(3)对比两组患者干预前后血压变化,包括收缩压水平和舒张压水平。

1.4 统计学分析

使用SPSS20.0软件对数据进行统计学分析,使用 t 和“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料,使用 χ^2 和%表示计数资料, $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组自护能力评分

比较两组患者自护能力评分,观察组为(101.53±11.82)分,对照组为(89.72±11.24)分, $t=4.159$ 、 $P=0.001$,两组差异有统计学分析($P < 0.05$)。

2.2 对比两组遵医行为评估

比较两组患者遵医行为情况,服药依从性:观察组30例(90.91%),对照组22例(66.67%), $\chi^2=17.580$ 、 $P=0.001$;运动锻炼:观察组28例(84.85%),对照组20例(60.61%), $\chi^2=14.813$ 、 $P=0.001$;饮食控制:观察组29例(87.88%),对照组18例(54.55%), $\chi^2=27.096$ 、 $P=0.001$;定期复查:观察组27例(81.82%),对照组21例(63.64%), $\chi^2=8.332$ 、 $P=0.004$ 。两组差异均有统计学分析($P < 0.05$)。

2.3 对比两组患者血压变化

比较两组患者干预前后的血压变化,两组差异均有统计学分析($P < 0.05$)。如表1。

表1 两组患者血压改善情况($\bar{x} \pm s$)

组别	例数		收缩压(mmHg)	舒张压(mmHg)
观察组	33	干预前	156.25±1.67	105.24±1.45
		干预后	125.25±5.82	85.62±5.03
对照组	33	干预前	156.25±1.46	105.23±1.34
		干预后	133.45±5.97	90.31±5.14
t	-	-	5.650	3.746
P	-	-	0.001	0.001

3 讨论

高血压也称作血压升高,属于终身治疗疾病,治疗方式主要是通过改善生活习惯配合药物治疗控制血压稳定,需要患者长期坚持治疗^[4]。随我国老龄化进程,我国中老年高血压患者数量也随之增长,由于大部分中老年高血压患者缺乏健康管理知识,其自护能力及遵医行为较低,且自身在生活中常有不良生活行为形成习惯,难以在短时间内纠正成功,长期以此,导致患者血压控制不理想,治疗效果预后差^[5]。有效的护理措施干预,可以改善患者的自护能力及遵医行为,提升中老年高血压患者的治疗效果,协助患者纠正以往的不良行为,养成良好的生活习惯,较大程度地提升预后效果^[6]。基于此,本研究探讨了阶段性改变模式在中老年高血压患者护理中的应用。

阶段性改变模式主要是针对该阶段患者的基本信息、自护能力、遵医行为等健康管理行为制定当前的

护理干预计划,能够帮助患者循序渐进地提升自护能力及遵医行为,确保患者的预后效果^[7-8]。研究结果显示,观察组自护能力评分及遵医行为评估均明显高于对照组,表明阶段性改变模式应用于中老年高血压患者护理中,可以提高患者自护能力,改善其遵医行为。此外,观察组血压水平明显低于对照组,表明阶段性改变模式可以有效控制血压水平,保障治疗效果。

综上所述,阶段性改变模式在中老年高血压患者的应用效果显著,可以有效改善中老年高血压患者的自护能力和遵医行为,提高对血压水平的控制,进而提升患者的生活质量,具有较高的临床应用价值。

参考文献

- [1] 潘小燕,梁添玉,邢艳虹.阶段性饮食教育干预对高血压脑出血急诊手术患者术后康复及健康行为的影响观察

- [J]. 心血管病防治知识, 2021, 11(28):94-96.
- [2] 张美琼, 陈翠瑜, 钟弋云. 临床护理路径在老年高血压性脑出血术后恢复期中的应用[J]. 护理实践与研究, 2019, 16(16):28-30.
- [3] 王银银. 思维导图下的分阶段家庭访视护理对老年高血压患者遵医行为及血压控制效果的影响[J]. 黑龙江医学, 2022, 46(23):2922-2924.
- [4] 何晓庆, 徐巧林, 孙中玲. 阶段性改变模式在中老年高血压患者护理中的应用效果分析[J]. 医药前沿, 2022, 12(15): 118-120.
- [5] 林惠珍. 阶段性护理在老年 H 型高血压患者的临床应用[J]. 心血管病防治知识, 2019, 9(15):57-59.
- [6] 周祉祎, 梁苏丹, 黄锦红等. 阶段性综合护理对老年 H 型高血压患者血压控制及认知功能的影响观察[J]. 心血管病防治知识, 2020, 10(35):70-72.
- [7] 马新茹. 阶段性护理干预对老年 H 型高血压患者的影响分析[J]. 心理月刊, 2022, 17(3):173-175.
- [8] 潘月彩, 吴柳婵. 知信行模式护理干预对高血压患者自我保护能力及血压控制的影响. 饮食保健, 2020, 7(21) : 188-189.

版权声明: ©2023 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