

并发症模拟体验教育模式对原发性高血压患者自我管理行为的影响研究

黄洁玉, 毛秀彩

广西贺州市人民医院 广西贺州

【摘要】目的 探究并发症模拟体验教育模式对原发性高血压患者自我管理行为的影响。**方法** 选取我院2022年1月-2022年12月间收治的原发性高血压患者100例,随机分组为对照组(50例,进行常规护理)和观察组(50例,在常规护理的基础上,进行并发症模拟体验教育)。对比两组护理干预后的生活能力评分、并发症发生率以及病人的满意度。**结果** 观察组护理干预后的生活能力评分明显高于对照组,并发症发生率则低于对照组,病人的满意度高于对照组,差异具有统计学意义($p < 0.05$)。**结论** 并发症模拟体验教育模式对原发性高血压患者自我管理行为有显著影响,能够有效的提高病人的生活质量,降低并发症的发生率,同时提高病人的满意度,值得推广应用。

【关键词】 并发症模拟体验教育模式; 原发性高血压; 自我管理

【收稿日期】 2023年5月26日 **【出刊日期】** 2023年10月15日 **【DOI】** 10.12208/j.cn.20230494

A Study on the influence of complication simulation experience education model on self management behavior of primary hypertension patients

Jieyu Huang, Xiucui Mao

Guangxi Hezhou People's Hospital, Guangxi Hezhou

【Abstract】 Objective To explore the impact of the complication simulation experience education model on self-management behavior of patients with primary hypertension. **Methods** 100 patients with primary hypertension admitted to our hospital from January 2021 to December 2022 were randomly divided into a control group (50 cases, receiving routine care) and an observation group (50 cases, receiving complication simulation experience education on the basis of routine care). Compare the life ability scores, incidence of complications, and patient satisfaction between two groups of nursing interventions. **Results** The life ability score of the observation group after nursing intervention was significantly higher than that of the control group, while the incidence of complications was lower than that of the control group. The satisfaction of patients was higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ($p < 0.05$). **Conclusion** The complication simulation experience education model has a significant impact on the self-management behavior of patients with primary hypertension, which can effectively improve their quality of life, reduce the incidence of complications, and improve patient satisfaction. It is worth promoting and applying.

【Keywords】 Complication simulation experience education mode; essential hypertension; Self management

原发性高血压又称高血压病,指在没有使用降压药的情况下,收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$,或舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$,该疾病具有遗传性,同时受到饮食习惯、精神应激、吸烟、药物等因素的影响,肥胖、叶酸缺乏也是原发性高血压的重要诱发因素。原发性高血压起病缓慢,症状缺乏特异性,常见的症状比如头痛、头晕、疲劳等,长期的高血压会对病人的心脏、脑部、肾脏等

重要器官产生严重的影响。原发性高血压常发于老年人,大多数老年人对原发性高血压的认知不足,缺乏对并发症的认识,同时老年人味觉灵敏度下降,往往吃菜偏咸,而肾脏对水盐调节能力下降,血压对盐更敏感。摄入盐过多会使血压升高,降压药疗效降低,血压难以控制,因此加强这部分病人对原发性高血压的认识,提高其自我护理的能力显得十分重要。本研究主要分析

了并发症模拟体验教育模式对原发性高血压患者自我管理行为的影响, 具体报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选取 2022 年 1 月-2022 年 12 月之间在我院收治的原发性高血压的患者 100 例, 随机分组为对照组 (50 例, 男 26 例, 女 24 例, 59.45 ± 2.58 岁) 和观察组 (50 例, 男 29 例, 女 21 例, 59.87 ± 2.74 岁), 对比两组数据, 差异不具有统计学意义 ($p > 0.05$)。本研究中的所有患者均对本研究知情并签署知情同意书。

1.2 方法

对照组进行常规护理干预, 包括对病情的检测、健康宣教、饮食指导等; 观察组在对照组的基础上, 进行并发症模拟体验教育, 具体方法如下:

进行半个月 1 次的且连续 2 个月的并发症模拟体验活动:

(1) 冠心病症状体验: 护理人员以模拟冠心病患者背部的压迫感为手段, 使体验者亲身体会到这种不适感受。首先, 根据体验者的体型, 护理人员调整束带和背部的松紧带, 产生一种压迫感。随后, 为了模拟冠心病发作时胸部的压迫感, 护理人员将重物放入体验者的口袋中, 以使其感受到胸部被压迫的感觉。这样的模拟体验可以帮助体验者更深入地了解冠心病的症状, 提升对该疾病的认知和警惕性。

(2) 下肢动脉病变体验: 在这次体验中, 护理人员指导体验者将 2kg 的重物绑在双脚脚踝处, 并进行一段不超过 100m 的行走。通过这种实践, 体验者能够亲身感受到小腿和足部肌肉的无力和萎缩感。这样的体验有助于体验者更好地理解下肢动脉病变的症状和影响, 进而更加关注自身的身体健康状况。

(3) 视网膜病变症状体验: 为了使参与者更充分地了解视网膜病变的症状, 护理人员会根据病变的发展过程, 先戴上一副模糊的透明眼镜, 然后再换成黑点眼镜。如果参与者本身已经佩戴眼镜, 模拟眼镜将会戴在现有眼镜的上方。佩戴好眼镜后, 护理人员会引导参与者观看远处的图片或人物。通过这种方式, 参与者能够亲身感受到视网膜病变对视力的影响以及给他们带来的不便之处。

(4) 血管病变体验: 在这次体验中, 护理人员采用了佩戴手套和固定装置的方式, 使体验者能够亲身体会到高血压所引起的血管弹力和收缩力下降, 导致血流不畅并形成微血栓, 从而引起局部缺血缺氧而出

现肢体发凉的症状。一般来说, 这种症状是从肢体末端向上蔓延的。通过这种模拟体验, 可以让体验者更深入地了解血管病变的症状和影响, 从而更加关注自身的身体健康状况。

1.3 观察指标

本研究观察对比两组护理干预后的生活能力评分、并发症发生率以及病人的满意度。生活能力评分采用 Barthel 指数评分, Barthel 指数不仅可以用来评定治疗前后的功能状况, 而且可以预测治疗效果、住院时间及预后。Barthel 指数包括 10 项内容, 根据是否需要帮助及其帮助程度分为 0、5、10、15 分四个功能等级, 总分为 100 分。得分越高, 独立性越强, 依赖性越小。如果病人不能达到项目中规定的标准时, 给 0 分。60 分以上提示病人生活基本可以自理, 60~40 分者生活需要帮助, 40~20 分者生活需要很大帮助, 20 分以下者生活完全需要帮助; 满意度采用问卷调查的形式, 包括对护理工作的评价、护患关系等方面, 满分 100 分, 分数越高说明满意度越高。

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, 使用卡方和 % 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 生活能力评分对比

观察组的生活能力评分明显高于对照组, 差异具有统计学意义 ($p < 0.05$) 见表 1。

表 1 观察组和对照组的生活能力评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	生活能力评分 (分)
观察组	50	80.59 ± 5.98
对照组	50	76.25 ± 7.21
t	-	3.276
P	-	0.002

2.2 并发症发生率对比

观察组的并发症发生率 (3 例, 6%) 明显低于对照组 (10 例, 20%), 差异具有统计学意义 ($t=8.665$, $p=0.003$)。

2.3 病人满意度对比

观察组的病人满意度明显高于对照组, 差异具有统计学意义 ($p < 0.05$) 如表 2。

表2 观察组和对照组的满意度对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	满意度 (分)
观察组	50	97.06 ± 1.97
对照组	50	95.76 ± 2.02
<i>t</i>	-	3.258
<i>P</i>	-	0.002

3 讨论

原发性高血压病人大多是老年人, 这部分病人对于原发性高血压的自我控制能力不强, 主要是因为大部分病人对原发性血压不了解, 从而导致其用药依从性较差; 原发性高血压病人往往会合并其他基础疾病, 可能会导致其记忆力和认知力的减弱, 从而出现漏服药物或用药剂量错误; 原发性高血压病人需要长期服药, 但部分病人因为对高血压的危害和并发症了解不足, 有的甚至觉得症状好转之后便不需要服药, 从而对身体造成严重的危害, 引起其他的并发症; 同时原发性高血压病人还可能因为疾病产生不良情绪, 从而导致治疗和控制血压效果不佳。因此加强原发性高血压病人的自我管理控制能力是十分重要的。

并发症模拟体验教育模式是指在专业指导下, 让病人佩戴或模拟教具, 帮助病人真实直观地体验并发症的症状和危害。并发症模拟体验教育模型可以结合病人的多种感官, 增强病人对并发症的理解, 增强病人的干预意识和自我管理的能力, 提高并发症的整体干预效果。并发症模拟体验教育模式具有直观性, 在本研究中让病人亲身体会原发性高血压会带来的并发症的状态, 感受如果发生并发症会对自己的身体健康和生活带来多大的影响, 认知到并发症所带来的危害, 从而使其更全面的了解原发性高血压, 积极主动的进行原发性高血压的治疗和并发症的预防; 并且并发症模拟体验教育模式具有一定的趣味性, 不是一味的、枯燥的向病人灌输知识, 而是在模拟体验的过程中, 一步步的加强对原发性高血压并发症的理解和记忆, 从而提高病人对降低血压和自我管理的重视; 同时在并发症模拟体验教育模式中, 病人能够得到听觉、触觉等多方面的体验, 病人的参与度极高, 护理人员和病人之间能够构成一种良好的氛围, 更便于护患之间的交流。本研究也显示, 进行并发症模拟体验教育后病人的生活能力评分明显高于仅采用常规护理的病人, 说明并发症模拟体验教育能够有效的提高病人的生活能力; 进行并发

症模拟体验教育后病人的并发症发生率则低于仅采用常规护理的病人, 说明仅采用常规护理能够降低原发性高血压病人的并发症发生率; 仅采用常规护理的病病人的满意度高于仅采用常规护理的病人, 说明进行并发症模拟体验教育能够有效的提高病人的满意度, 差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。

综上所述, 并发症模拟体验教育模式对原发性高血压患者自我管理行为有显著影响, 能够有效地提高病人的生活质量, 降低并发症的发生率, 同时提高病人的满意度, 值得推广应用。

参考文献

- [1] 陈玮, 刘静, 刘丽娟, 等. 并发症模拟体验教育对缺血性脑卒中患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2021, 27(17): 100-103.
- [2] 曾玉. 糖尿病思维导图结合并发症模拟体验教育对 2 型糖尿病患者的影响[J]. 吉林医学, 2021, 42(05): 1254-1256.
- [3] 魏璐, 冯春秀, 李青青, 等. 案例反思联合模拟体验教育对首诊 2 型糖尿病患者血糖水平及自我管理行为的影响[J]. 护理实践与研究, 2021, 18(01): 57-60.
- [4] 许亚静, 孙志琴, 李小娜, 等. 并发症模拟体验对高血压前期病人自我管理行为的研究[J]. 蚌埠医学院学报, 2020, 45(12): 1724-1728.
- [5] 赵彬彬, 赵伟, 王爽. 并发症模拟体验教育在并发症患者中的效果研究[J]. 中国疗养医学, 2020, 29(10): 1052-1054.
- [6] 杨霞, 张芳, 张梦丹, 等. 并发症模拟体验教育提高糖尿病病人自我管理依从性的研究[J]. 全科护理, 2020, 18(01): 39-43.
- [7] 张东娟. 糖尿病专科护士培训中糖尿病并发症模拟体验教育模式的应用[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(82): 180-181.
- [8] 余有姣. 并发症模拟体验教育在冠心病患者中的效果研究[J]. 现代实用医学, 2019, 31(08): 1100-1101.

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