

## 全科护理在高血压患者护理中的干预方案和临床意义

帕则丽耶·阿卜来提

喀什地区第二人民医院 新疆喀什

**【摘要】目的** 探究全科护理在高血压患者护理中的干预方案和临床意义。**方法** 择取2023年2月-2024年2月在我院诊治的高血压患者中的80例作为研究目标,依照患者治疗时间顺序予以分组,常规护理的对照组(40例)、全科护理的观察组(40例),对比临床护理效果。**结果** 观察组患者心理状态评分、血压指标明显优于对照组,生活质量评分、自我行为管理评分、护理有效率更高,  $P < 0.05$ , 存在对比意义。**结论** 全科护理对高血压患者的血压有显著改善作用,为患者提供全面的支持和干预,改善患者生活质量,效果显著,在高血压的护理中有重要临床意义,建议推广应用。

**【关键词】** 全科护理; 高血压; 护理干预方案; 临床意义

**【收稿日期】** 2024年6月11日 **【出刊日期】** 2024年7月26日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240345

### Intervention scheme and clinical significance of general practice nursing in the nursing of hypertensive patients

Pazeliye Abulaiti

Kashgar Second People's Hospital Kashgar, Xinjiang

**【Abstract】Objective** To explore the intervention plan and clinical significance of general practice nursing in the nursing of patients with hypertension. **Methods** A total of 80 hypertensive patients diagnosed and treated in our hospital from February 2023 to February 2024 were selected as the study target and divided into groups according to the time order of treatment, including the control group of routine care (40 cases) and the observation group of general care (40 cases). **Results** The psychological status score and blood pressure index of the observation group were significantly better than those of the control group, and the quality of life score, self-behavior management score and nursing efficiency were higher ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** General practice nursing can significantly improve the blood pressure of patients with hypertension, provide comprehensive support and intervention for patients, improve the quality of life of patients, the effect is remarkable, and has important clinical significance in the nursing of hypertension.

**【Keywords】** General nursing; High blood pressure; Nursing intervention program; Clinical significance

高血压是一种临床常见多发的慢性疾病,排除遗传、年龄等不可控因素之外,其与激动、愤怒、紧张等多种不良情绪及精神有密切关系,同时日常饮食结构及生活方式与高血压病情也是有分不开的联系。高血压需要进行长期的对应治疗来控制血压水平,降低由于血压波动而引发的心脑血管疾病以及心、肾等多脏器器官的衰竭的发生。部分高血压患者遵医行为能力较差、生活作息不规律、饮食控制不好,导致治疗效果不理想<sup>[1]</sup>。高血压患者治疗期间给予其科学、有效、全面的护理干预非常重要<sup>[2]</sup>。本文对80例高血压患者采用全科护理与常规护理对照研究,对两组患者的心

理状态、血压指标、生活质量、自我行为管理评分、护理有效率进行对比分析,具体内容如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

研究筛选出80例高血压患者为研究对象,都于2023年2月-2024年2月进入本院治疗,按患者治疗时间顺序分为对照组和观察组(每组各40例)。观察组患者男22例,女18例;患者年龄(38-80)岁,均值(66.82±5.69)岁;病程1-19年,均值(7.74±2.57)年;对照组患者男23例,女17例;患者年龄(40-80)岁,均值(65.47±5.51)岁;病程1-20年,均值(7.35

±2.63)年;两;两组数据比较,  $p>0.05$ , 具有可比性。所有入选患者都已明确知道研究过程并签署了知情同意书。

## 1.2 方法

### 1.2.1 对照组采用常规护理。

定时测量患者的血压, 给予患者针对性健康教育, 指导患者正确用药, 告知患者相关注意事项。根据患者的实际情况安排合理饮食及合理运动<sup>[3]</sup>。

### 1.2.2 观察组采用全科护理。具体如下:

(1) 建立护理档案。为患者建立病历档案, 掌握患者家族病史、高血压病史、日常生活习惯等信息, 根据收集的资料制定个体化护理计划。

(2) 健康教育。护理人员要以和蔼可亲的态度及简单易懂的语言, 耐心与患者沟通交流, 可以借用微信平台及视频播放等形式进行宣教。为患者讲解高血压疾病的相关知识, 如高血压的诱发因素、治疗方法、药物作用、护理方法等, 使患者充分认识高血压疾病, 提高患者治疗依从性。

(3) 心理护理。由于患者因高血压带来的身体不适的困扰, 加上担心治疗预后效果, 特别容易出现抑郁、焦虑、燥怒等负面情绪, 影响血压水平的稳定。护理人员要积极主动发现患者的负性心理状态, 与其进行沟通交流, 给予患者鼓励、倾听、安慰等心理疏导, 改善患者负性心理问题, 增强治疗信心。患者平时要保持良好平稳的心理状态, 患者家属在日常生活中要避免对患者情绪造成刺激, 多给予患者陪伴和鼓励。

(4) 生活指导。日常生活中要养成健康生活习惯, 改掉不良的作息方式, 早睡早起, 不可熬夜, 注意休息, 劳逸结合, 保持良好的睡眠质量。学会使用血压计测量血压, 加强自测血压的能力<sup>[4]</sup>。

(5) 用药指导。为患者讲解降压药物种类、作用、疗效、正确服用方法及相关注意事项等, 重点对患者强调不能擅自停止药物使用或者是调整剂量。指导患者严格遵照医嘱, 正确按时、按量坚持服用药物, 告诉患者长期药物治疗对控制血压水平的重要性。

(6) 饮食护理。要明确告知患者饮食控制对血压水平及治疗效果的影响的重要性。根据患者情况, 为患

者搭配科学健康饮食, 保障各种营养均衡, 日常饮食以清淡为主, 补充适量优质蛋白质, 少吃腌制食品和钠含量过高的食物, 严格控制盐、脂肪、糖的摄入, 以低盐、低脂、低胆固醇为主, 避免引发心脑血管疾病。多摄入维生素, 多食新鲜水果、蔬菜, 多吃粗粮、豆制品, 多饮水, 有助于胃肠蠕动, 利于排泄畅通, 排便时如果过度用力可能会造成血压升高, 要避免发生便秘。不可暴饮暴食, 忌食辛辣生冷食物, 也不宜饮浓茶及咖啡<sup>[6-7]</sup>。

(7) 运动锻炼。患者在日常生活中, 加强适当的有氧运动, 如散步、打太极等, 可提高患者机体免疫力, 可选择动作缓慢的运动, 循序渐进, 每次运动量不可过大, 避免剧烈运动给身体造成损伤。同时运动还可以使患者放松心情, 保持良好稳定的情绪, 进而控制血压水平平稳。

(8) 环境及安全管理。房间环境要定期消毒、清扫, 床单被罩定时更换, 做好空气流通, 确保室内空气新鲜<sup>[8]</sup>。完善硬件设施, 做好防滑、防跌倒、防坠床等安全措施, 做好夜间照明, 地面使用防滑材料并保持清洁干燥, 风险高的位置设置灯牌警示及危险标语, 在可接触部位设置呼叫报警器, 确保环境的安全性, 为患者为营造安全、舒适的就医环境。

## 1.3 观察指标

在本次研究的过程中, 整合分析两组不同护理方案的效果, 对两组患者的心理状态评分、血压指标、生活质量评分、自我行为管理评分、护理有效率进行对比, 以此作为研究价值体现依据。

## 1.4 统计学方法

调研中所有数据资料均运用 SPSS23.0 系统实行专业分析, 当中计数数据运用 ( $\bar{x} \pm s, \%$ ) 代替, 差别比照运用  $t$ 、 $\chi^2$  检测。若比照结果  $P<0.05$ , 则说明实验价值显现。

## 2 结果

2.1 两组患者护理后的心理状态评分、血压指标比较, 见表 1

2.2 两组患者护理后的生活质量评分、自我行为管理评分比较, 见表 2

2.3 两组患者的护理有效率比较, 见表 3

表 1 两组患者护理后的心理状态评分、血压指标比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	SAS 评分 (分)	SDS 评分 (分)	收缩压 (mmHg)	舒张压 (mmHg)
观察组	40	37.25±3.47	38.09±3.61	123.68±12.23	82.25±6.77
对照组	40	50.69±3.72	51.75±3.86	136.97±11.75	97.78±5.82

表2 两组患者护理后的生活质量评分、自我行为管理评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	生活质量评分	自我行为管理评分
观察组	40	89.77±3.83	147.69±10.62
对照组	40	72.56±3.44	130.17±9.85

表3 两组患者的护理有效率比较 (n, %)

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	40	26 (65.00%)	13 (32.50%)	1 (2.50%)	39 (97.50%)
对照组	40	16 (40.00%)	14 (35.00%)	10 (25.00%)	30 (75.00%)

### 3 讨论

全科护理通过为患者提供健康教育、心理护理、生活指导、用药指导、饮食护理、运动锻炼、环境及安全管理等服务,帮助患者管理身心健康状态,纠正高血压患者的不良饮食习惯与生活方式,保持健康良好的心理状态,积极配合治疗,确保可以达到理想的控制血压水平的目的,进而提高患者的生活质量。在本次研究中,通过全科护理的观察组患者心理状态评分、血压指标明显优于对照组,生活质量评分、自我行为管理评分、护理有效率更高。

综上所述,在高血压患者的护理中,全科护理可为患者提供全面的支持和干预,有效控制患者的血压水平,提高患者生活质量,护理效果显著,在高血压患者的护理中有重要临床意义。

### 参考文献

- [1] 胡小玲,冯敏. 全科护理模式在社区高血压患者健康管理中的应用[J]. 养生大世界,2021(21):227-228.
- [2] 陈丽娜,赵世娣. 全科理念下"连续动态随访"护理新模式在老年高血压中的应用及其对患者血压指标的影响[J]. 临床与病理杂志,2020,40(12):3243-3250.
- [3] 蒲雲瑛,斯雪娇,彭斌,等. 观察全科护理模式在社区高血压患者健康管理中的应用[J]. 饮食保健,2020,7(19):13-

14.

- [4] 陈秋菊. 全科护理模式在社区高血压患者健康管理中的应用[J]. 光明中医,2019,34(22):3525-3527.
- [5] 曹蓉蓉. 全科护理干预对老年高血压合并糖尿病患者病情控制、自我效能及生活质量的影响[J]. 临床护理研究,2023,32(17):94-96,99.
- [6] 汪彩霞. 全科护理对高血压健康管理的影响与满意度评价[J]. 养生大世界,2022(24):137-138.
- [7] 吕清超,李宪,孙启东. 分析全科护理模式改善老年冠心病伴高血压患者居家护理的效果[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2023,23(55):229-232.
- [8] 路慧. 高血压患者健康管理中采用全科护理模式的效果[J]. 糖尿病天地,2023(6):264-265.

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