

以社会综合支持为基础的护理干预对社区高血压患者的影响

彭红燕

北京市丰台区宛平社区卫生服务中心中医科 北京

【摘要】目的 探究分析以社会综合支持为基础的护理干预对社区高血压患者的影响。**方法** 选取于 2020 年 1 月至 2021 年 12 月, 我院接受的高血压患者共 102 例, 作为本次研究对象。采用电脑盲选的方式, 将 102 例高血压患者随机分为对照组 (常规护理) 以及观察组 (以社会综合支持为基础的护理)。对比两组的血压指标; 心理适应情况; 以及遵医行为。**结果** 观察组优于对照组, $P < 0.05$ 。**结论** 对高血压患者采用以社会综合支持为基础的护理模式进行干预, 能够显著改善患者的遵医行为、血压指标; 以及心理适应情况, 在实际应用的过程中具有优良的效果, 值得推广与应用。

【关键词】 社会综合支持; 高血压; 血压指标; 心理适应情况; 遵医行为

【收稿日期】 2023 年 6 月 7 日 **【出刊日期】** 2023 年 7 月 10 日 **【DOI】** 10.12208/j.cn.20230354

Impact of a comprehensive social support-based care intervention on patients with hypertension in the community

Hongyan Peng

Wanping Community Health Service Center, Fengtai District, Beijing

【Abstract】Objective To explore and analyze the impact of nursing intervention based on comprehensive social support on community hypertension patients. **Methods** A total of 102 hypertensive patients admitted from January 2020 to December 2021 were selected as the subjects of this study. By using computer blind selection, 102 hypertensive patients were randomized into control group (usual care) and observation group (care based on comprehensive social support). Compare the blood pressure measures of the two groups; psychological adjustment; and medical compliance behavior. **Results** The observation is better than the control group, $P < 0.05$. **Conclusion** The intervention based on comprehensive social support can significantly improve the compliance behavior, blood pressure index and psychological adaptation, which has excellent effect in practical application process and application. It is worth promoting and applying.

【Keywords】 Comprehensive social support; Hypertension; Blood pressure index; Psychological adaptation; medical compliance behavior

高血压属于体循环动脉压提升为主要临床表现的心血管综合征, 其属于导致患者出现心脑血管疾病的主要因素之一^[1-2]。由于高血压的影响, 使得患者长期处于血压提升的状态, 患者的脑、心脏、肾脏等相关脏器均会受到不同程度的影响, 进而使其出现慢性损害或是功能障碍的情况^[3-4]。本文将探究分析以社会综合支持为基础的护理干预对社区高血压患者的影响, 详情如下所示。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取于 2020 年 1 月至 2021 年 12 月, 我院接受的高血压患者共 102 例, 作为本次研究对象。采用电脑盲选的方式, 将 102 例高血压患者随机分为对照组以及观察组。对照组患者共 51 例, 男 22 例, 女 29 例, 平均年龄为: (64.37 ± 2.01) 岁; 观察组患者共 51 例, 男 24 例, 女 27 例, 平均年龄为: (64.42 ± 1.98) 岁; 两组一般资料对比, 无明显差异, $P > 0.05$ 。

纳入标准: ①两组患者及家属均已同意参与本次研究; ②经诊断确认对照组与观察组患者均为高血压患者。

排除标准：①中途退出本次研究的患者；②沟通障碍、配合度低的患者。

1.2 方法

(1) 对照组方法

对照组采用常规护理模式进行干预：予以患者病情检测、用药指导、饮食指导等常规护理措施。

(2) 观察组方法

①组建专业的社会综合支持为基础的护理小组（社区医师、相关护理人员、社区志愿者），选取具备丰富经验的相关医护人员作为小组组长，参与护理前集中对小组内的人员进行培训、完善护理措施，规范护理流程，深入优化小组内成员的技术水平与综合素质，整体提升护理小组的质量。

②采取四位一体的管理模式对患者进行综合管理，社区医师、护理人员、社区志愿者以及患者自身为四个维度，开展具有针对型的管理。首先由相关护理人员以及志愿者对患者的病情信息以及各项资料进行收集，组建相应的患者档案，根据患者的实际情况制定出相应的管理计划。同时由护理人员深入社区组织患者开展病友交流会，在交流会中通过制作专业的小视频、详细的 PPT、发放文字性宣传手册等方式，对患者及其家属进行高血压相关知识的宣导与教育（高血压的发病因素、高血压的发展、日常控制血压的方式等），着重告知患者本人及其家属，在日常生活中的注意事项以及禁忌事项，提升患者对于相关知识的掌握率同时保障患者的安全。宣教完成后可邀请血压控制情况优良的患者进行现身说法，引导其分享优秀的自护方式，使得患者进行学习。

③由社区医师组织开展义诊活动，在义诊过程中为患者进行专业的用药指导，同时告知患者持续性监测血压的重要性，使其建立对于高血压疾病的正确认知，掌握正确的自我监测血压的技能，具备一定的自我评估能力，同时对患者进行相应的饮食指导，及时纠正其错误的饮食方式，鼓励其健康饮食，减少辛辣、生冷、刺激性强等类型食物的摄入可适当摄入富含维生素的食物，注意营养结构的搭配，通过食物加强患者体质、减少因食物而产生的刺激。

④根据患者实际情况制定出相应的运动计划，运动内容主要以有氧运动为主，如：指导患者进行功率自行车的运动，每日 1 次，每次 10-15min，结束后引导其进行慢步走的训练，时间控制为 10min 左右，康复训练结束后，协助患者进行 10min 的肌肉群拉伸训练，注意在每次训练之前引导患者进行 10-15min 的热

身运动，保障患者的安全，同时实际运动量根据患者具体情况而定。上述训练结束后，可指导患者于每日清晨采用腹式呼吸法进行深呼吸，结束后进行太极拳的运动。康复训练期间应对患者的心率进行有效的检测，确保其静息心率+20 次/min 左右。

⑤予以患者相应的心理护理，在对社区高血压患者进行干预的过程中，需要提升对于患者的交流，明确患者的心理状态，及时消除其内心焦虑、烦闷等负面情绪，指导患者进行心理放松的方式，如：播放舒缓的音乐、放松静坐、深呼吸等，充分利用患者家庭的力量，告知患者家属在在日常生活中予以患者足够的关心，进而保障患者优良的心理状态。

1.3 观察指标

对比对照组以及观察组的遵医行为；血压指标；以及心理适应情况。其中遵医行为采用评分的方式进行评定，包括：运动锻炼评分、科学饮食评分、按时用药评分，分数越高表示患者的遵医行为越好。心理适应情况采用 SCL-90 量表进行评定，包括：焦虑评分、抑郁评分、以及敌对情绪评分，分数越高表示心理适应情况越差；数据均由研究期间收集整理得出。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS17.0 软件中分析，计量资料比较采用 t 检验，并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示， $P < 0.05$ 为差异显著，有统计学意义。

2 结果

2.1 对照组以及观察组遵医行为

经护理干预后，对比分析对照组以及观察组的遵医行为，观察组明显优于对照组，其中 $(P < 0.05)$ ，差异具有统计学意义，详情如下所示：

对照组运动锻炼评分为： (86.54 ± 3.13) 分；观察组运动锻炼评分为： (95.97 ± 3.38) 分 其中 $t=13.880$ ； $P=0.001$ 。

对照组科学饮食评分为： (86.54 ± 3.13) 分；观察组科学饮食评分为： (97.99 ± 3.76) 分 其中 $t=13.501$ ； $P=0.001$ 。

对照组按时用药评分为： (90.09 ± 2.77) 分；观察组按时用药评分为： (98.64 ± 3.60) 分 其中 $t=12.591$ ； $P=0.001$ 。

2.2 对照组以及观察组血压指标

经护理干预后，对比分析对照组以及观察组的血压指标，观察组明显优于对照组，其中 $(P < 0.05)$ ，差异具有统计学意义，详情如下表 1 所示。

2.3 对照组以及观察组心理适应情况

经护理干预后,对比分析对照组以及观察组的心理适应情况,观察组明显优于对照组,其中($P < 0.05$),差异具有统计学意义,详情如下所示:

对照组焦虑评分为:(2.31 ± 0.29)分;观察组焦虑评分为:(1.76 ± 0.42)分;其中 $t=7.696$; $P=0.001$ 。

对照组抑郁评分为:(2.77 ± 0.56)分;观察组抑郁评分为:(1.48 ± 0.39)分;其中 $t=13.500$; $P=0.001$ 。

对照组敌对情绪评分为:(1.83 ± 0.45)分;观察组敌对情绪评分为:(1.06 ± 0.30)分;其中 $t=10.168$; $P=0.001$ 。

表1 对照组以及观察组血压指标 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	舒张压	收缩压
对照组	51	(85.56 ± 2.81) mmHg	(120.39 ± 5.28) mmHg
观察组	51	(78.37 ± 1.52) mmHg	(109.77 ± 5.70) mmHg
<i>t</i>	-	15.920	9.665
<i>P</i>	-	0.001	0.001

3 讨论

高血压属于常见的慢性疾病,高血压疾病自身会对患者的健康造成不同程度的影响,同时存在极大的机率使得患者出现心脑血管疾病,多数高血压患者未能正确的认识疾病的严重性,同时不具备正确对待疾病的态度,因而多数高血压患者在血压出现短期的稳定之后便放松警惕,使得其血压不能得到长期有效的控制,进而对其生活质量以及患者自身健康造成严重的影响^[5-6]。

在本次研究中,观察组采用了以社会综合支持为基础的护理模式对患者进行干预,使得患者的血压指标得到了有效的控制,分析其原因认为:主要是在对患者进行干预的过程中,充分的利用了社会综合支持,采用了四位一体的管理模式对患者进行了健康宣教,使得患者明确了遵循医嘱用药、保持优良生活习惯等方面的重要性。在心理方面:通过社区志愿者、相关护理人员、以及患者家属的力量,为患者进行了全方位的心理护理,保障了患者优良的心理状态,降低了患者在接受干预过程中的抵触情绪。相比于采用常规护理模式进行干预的对照组,观察组具有多方面的优势。

综上所述,对高血压患者采用以社会综合支持为基础的护理模式进行干预,能够显著改善患者的遵医行为、血压指标;以及心理适应情况,在实际应用的过程中具有优良的效果,值得推广与应用。

参考文献

- [1] 王宝兰.针刺联合康复训练护理对脑出血患者肢体功能及生活质量的影响[J].中国中医药现代远程教育,2022,20(24):150-152.
- [2] 彭莉普.延续护理联合中医体质辨识在高血压疾病患者中的应用效果及健康指导作用[J].黑龙江医学,2022,46(24):3040-3042.
- [3] 杨阳,魏蔷薇,张海红.基于焦点解决模式的心理护理在高血压脑出血患者中的应用效果[J].心理月刊,2022,17(23):176-178.
- [4] 郑曦.个体化延续护理对老年高血压患者血压控制及不良事件的预防效果分析[J].中国冶金工业医学杂志,2022,39(06):712-713.
- [5] 邹洪敏,王海丽.针对性护理干预措施对老年高血压患者睡眠质量的提高效果分析[J].中国医学文摘(耳鼻咽喉科学),2022,37(06):214-216.
- [6] 王玲.早期康复护理对高血压脑出血术后患者的应用效果研究[J].中国社区医师,2022,38(32):143-145.

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