

研究健康管理中心应用个性化、科学化健康教育护理的效果

吴芯冰

湖南省康复医院 湖南长沙

【摘要】目的 针对健康管理中心应用个性化、科学化健康教育护理的效果展开分析。**方法** 选取2020年1月-2023年1月期间在我院健康管理中心参与健康管理的300例高血压患者作为研究对象，采用数字区间随机法分为对照组和研究组，各150例，对照组采用常规健康教育护理，研究组给予个性化、科学化健康教育护理，比较两组患者健康教育评分、护理质量评分及焦虑自评量表(SAS)、抑郁自评量表(SDS)评分。**结果** 研究组疾病知识知晓评分、定期体检意识评分、自我健康管理评分、慢性病预防评分均显著高于对照组($P < 0.05$)；与对照组相比研究组在护患沟通、护理服务态度、服务满意度方面的评分明显更高($P < 0.05$)；研究组在SAS、SDS方面的评分均低于对照组($P < 0.05$)。**结论** 在健康管理中心应用个性化、科学化健康教育护理，有利于提高患者对健康体检知识的了解，使其意识到自我健康管理的重要性，同时对提升整体护理质量具有重要价值，值得推广与应用。

【关键词】 健康管理中心；个性化、科学化健康教育；护理质量

【收稿日期】 2023年10月26日 **【出刊日期】** 2023年11月27日 **【DOI】** 10.12208/j.cn.20230522

Research on the effectiveness of personalized and scientific health education nursing applied by the Health Management Center

Xinbing Wu

Hunan Rehabilitation Hospital, Changsha, Hunan

【Abstract】 Objective To analyze the effectiveness of personalized and scientific health education nursing applied by health management centers. **Methods** 300 hypertensive patients who participated in health management at the Health Management Center of our hospital from January 2020 to January 2023 were selected as the research subjects. They were randomly divided into a control group and a study group using a digital interval method, with 150 patients in each group. The control group received routine health education and nursing care, while the study group received personalized and scientific health education and nursing care. The health education scores, nursing quality scores, and anxiety self-assessment scale (SAS) of the two groups of patients were compared Self Rating Depression Scale (SDS) score. **Results** The disease knowledge awareness score, regular physical examination awareness score, self health management score, and chronic disease prevention score of the study group were significantly higher than those of the control group ($P < 0.05$); Compared with the control group, the research group scored significantly higher in terms of nurse patient communication, nursing service attitude, and service satisfaction ($P < 0.05$); The scores of SAS and SDS in the research group were lower than those in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of personalized and scientific health education nursing in the health management center is beneficial for improving patients' understanding of health examination knowledge, making them aware of the importance of self health management, and has important value in improving the overall quality of nursing. It is worth promoting and applying.

【Keywords】 Health Management Center; Personalized and scientific health education; Nursing quality

随着我国经济水平的迅速发展，人们生活质量明显提高，健康意识也逐渐增强，健康管理随之进入大众视野成为一门重要学科^[1]。在健康管理中需秉承“以人

为本”的护理服务理念，为体检者提供高质量的护理服务，是推动医院健康管理发展的重要途径。健康管理能够对人们健康状态进行客观衡量，使其展开针对性的

预防与治疗,对人们保持健康具有重要价值,因此健康管理中心在医疗体系中发挥着重要作用^[2]。目前,我国健康管理还处在初始发展阶段,很多方面都需要不断地进行改进,健康教育是需要优化的关键环节。本文就针对健康管理中心应用个性化、科学化健康教育护理的效果展开分析,具体报告如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本次研究对象来自 2020 年 1 月-2023 年 1 月期间在我院健康管理中心参与健康管理的 300 例患者,采用数字区间随机法分为对照组和研究组,各 150 例,对照组男 80 例,女 70 例,年龄 38-71 岁,平均年龄 56.48 ± 6.28 岁,体质指数: $21.26 \pm 26.37 \text{kg/m}^2$,平均体质指数 $24.28 \pm 0.56 \text{kg/m}^2$,病程 1-15 年,平均病程 5.24 ± 2.23 年;研究组男 76 例,女 74 例,年龄 36-72 岁,平均年龄 57.38 ± 6.41 岁,体质指数: $20.49 \pm 26.81 \text{kg/m}^2$,平均体质指数 $24.61 \pm 0.72 \text{kg/m}^2$,病程 1-16 年,平均病程 5.46 ± 2.47 年,两组患者基本资料对比 ($P > 0.05$)。纳入标准:(1)所有纳入对象均了解研究详情,自愿参与并签署同意书。(2)精神状态正常,无沟通障碍。排除标准:(1)已参与过此类型的患者。(2)不愿填写相关调查问卷者。我院伦理会了解本次研究详情,并批准开展研究。

1.2 方法

对照组采用常规健康教育护理,即主动与患者进行沟通,为患者介绍检查项目、检查流程,告知检查注意事项,根据患者检查内容指导患者合理安排体检时间。在进行静脉采血后告知患者需压迫 3min,避免渗血。体检结束后,详细观察患者各项检查数据,及时告知患者指标异常的具体情况,并建议患者进一步进行检查,以排除隐藏疾病。如果患者检查结果不太理想,需及时给予患者心理疏导,给出合理建议,帮助患者建立良好的治疗心态。为体检者发放健康手册,并指导其进行阅读,增加患者对健康知识的了解。

研究组给予个性化、科学化健康教育护理,具体如下:(1)组织健康知识讲座:定期开展健康知识讲座,为患者讲解健康管理的重要性,并针对患者自身疾病展开分析,鼓励患者之间相互沟通,分享疾病控制与治疗经验。制定疾病健康知识手册,引导患者进行阅读,针对患者提出的疑惑进行解答,提高患者对健康管理的重视度。(2)个性化健康教育:了解患者生活习惯、经济条件、受教育水平、运动习惯等,结合患者基本情况制定一对一健康宣教方案,嘱咐患者定期开展血压肝肾功

能等常规检查,女性患者需提醒定期进行妇科检查,尊重患者个体差异,让患者进一步了解自身疾病知识,在生活中养成良好的健康行为,患者需按时服用降压药物等。(3)科学化健康教育:护理人员需充分掌握患者疾病知识,在健康教育时需做到规范化、科学化,不可根据自身经验指导患者用药、饮食等。定期组织护理人员开展专业知识培训,提升护理人员专业知识储备,提升护理专业性,确保护理质量。(4)心理护理:“讳疾忌医”在很多疾病类型中普遍存在,患者通常无法以正确的心态面对自身疾病或健康问题,此时,护理人员需根据检查结果,为患者讲解疾病预后、疾病治疗、自我管理健康等知识,让患者正确认识自身疾病,以乐观的心态面对生活,并积极采取治疗措施。(5)生活指导:询问患者日常生活习惯,根据患者体检营养情况为患者制定科学化、个性化的饮食方案,告知患者食用富含维生素、膳食纤维瓜果蔬菜的优势,注意肉类与蔬菜的配比,以满足每日能量需求。嘱咐患者戒烟、戒酒、坚持锻炼、早睡早起,养成良好的健康行为。

1.3 观察指标

①比较两组体检者健康教育评分,主要从疾病知识知晓评分、定期体检意识评分、自我健康管理评分、慢性病预防评分四个方面进行分析,最高分 100 分,总分 < 60 表示未掌握,60-79 分表示掌握程度一般,80-99 分表示掌握良好,100 分表示完全掌握;②比较两组体检者护理质量评分,主要从护患沟通、护理服务态度、服务满意度三个方面进行对比,最高分为 100 分,最终得分越高则护理质量越高;③采用 SAS、SDS 评分比较两组体检者护理后情绪变化,两项评分均以 50 分为分界线,轻度 50-59 分,中度 60-69 分,重度 69 分以上。

1.4 统计学分析

使用 SPSS22.0 软件分析,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, $P < 0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 比较两组体检者健康教育评分

研究组疾病知识知晓评分、定期体检意识评分、自我健康管理评分、慢性病预防评分四个方面的评分均优于对照组 ($P < 0.05$),如表 1。

2.2 比较两组体检者护理质量评分

对照组护患沟通、护理服务态度、服务满意度评分分别为 82.19 ± 2.56 分、 83.49 ± 2.67 分、 84.81 ± 2.29 分,研究组护患沟通、护理服务态度、服务满意度评分

分别为 92.38±2.91 分、93.35±2.42 分、93.76±2.88 分, 研究组护患沟通、护理服务态度、服务满意度评分

均比对照组更高, 对比有差异为 ($t_1=32.200, P_1=0.001, t_2=33.512, P_2=0.001, t_3=29.791, P_3=0.001, P<0.05$)。

表 1 比较两组体检者健康教育评分 ($\bar{x} \pm s$ 分)

组别	例数	疾病知识知晓	定期体检意识	自我健康管理	慢性病预防
对照组	150	83.46±3.45	84.76±3.31	84.62±3.71	84.26±3.46
研究组	150	94.42±2.87	93.58±2.96	93.19±2.78	94.76±2.51
<i>t</i>	-	29.911	24.327	22.640	30.085
<i>P</i>	-	0.001	0.001	0.001	0.001

2.3 比较两组护理心理状态评分

护理后, 对照组 SAS、SDS 评分分别为 46.62±2.71 分、45.58±2.47 分, 研究组 SAS、SDS 评分分别为 39.87±2.51 分、38.85±2.32 分, 研究组 SAS、SDS 两项评分均比对照组更低, 对比有差异为 ($t_1=22.381, P_1=0.001, t_2=24.324, P_2=0.001, P<0.05$)。

3 讨论

近年来, 我国医疗技术蓬勃发展, 为了适应时代发展需要, 护理模式、护理理念也在不断进步, 人们生活质量的提高, 使得人们对护理管理水平要求更为严格^[3]。护理管理是医院管理的重要环节, 也是医疗服务质量高低的重要衡量标准^[4-5]。因此, 积极寻求一种能够合理配置医院人力资源并促进护理管理质量提高的管理模式便显得尤为重要。随着人们健康意识的不断增强, 健康管理成为社会热议话题, 健康管理中心也成为重要科室之一。通过健康管理人们可针对自身健康状况实施针对性的干预措施, 从而改善自身亚健康状态, 更有效地预防疾病, 保持身心健康^[6]。但很多参与健康管理的患者在疾病认知方面还存在误区, 因此很难正确面对自身健康问题。健康教育是解决这一问题的重要手段, 但常规健康教育比较片面, 健康宣教效果并不理想, 因此寻找更为合理、有效的健康管理模式势在必行^[7]。

科学化、个性化的健康教育护理属于现代新型护理模式, 通过对常规健康教育护理的不断优化, 能够有效加大健康教育力度^[8]。科学化、个性化健康教育护理中更加强调与患者之间沟通交流, 针对不同患者建立个性化健康教育档案, 能够让护理人员更加了解患者信息, 确保健康教育的针对性与有效性, 对提升健康管理中心整体护理质量具有重要价值。本次研究结果显示, 对照组与研究组健康教育评分、护理质量评分及 SAS、SDS 评分相比差异明显 ($P<0.05$)。充分证实, 在健康管理中心开展科学化、个性化健康教育护理临

床效果显著, 有助于帮助患者正确面对健康问题, 提升患者对自我健康管理的重视, 保持良好的治疗心态, 同时确保护理服务的专业性, 使患者更加信赖。健康宣教并非单方面的接受或输出, 是一个双向沟通的过程, 因此需加强健康宣教中的护患沟通, 了解患者需求是提升健康宣教质量的关键。

综上所述, 在健康管理中心实施科学化、个性化健康教育护理, 有助于增强患者健康管理意识, 提升健康管理中心护理质量, 具有推广与应用价值。

参考文献

- [1] 于璐. 健康管理中心对糖尿病患者应用护理健康教育的效果[J]. 中国医药指南, 2022, 20(05): 185-188.
- [2] 孙喜岩. 健康教育在体检中心健康管理中的应用及可行性分析[J]. 中国医药指南, 2019, 17(19): 297-298.
- [3] 刘吉香. 优质护理服务在健康管理中心的价值[J]. 山东医学高等专科学校学报, 2022, 44(03): 226-227.
- [4] 冯晓婷, 吴亚娅. PDCA 式健康教育模式在体检中心健康管理中的应用效果及对体检者身心健康的影响[J]. 临床医学研究与实践, 2021, 6(01): 145-147.
- [5] 沈叶萍. 健康管理中心护理健康教育的实施效果分析[J]. 中国中医药现代远程教育, 2021, 19(05): 149-151.
- [6] 孙宗芳. 健康管理中心对糖尿病患者实施护理健康教育的效果分析[J]. 糖尿病新世界, 2019, 22(20): 1-2+5.
- [7] 徐旭, 陈源萍, 刘静. 浅谈健康管理中心护理健康教育的实施效果[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2020, 8(35): 55-56.
- [8] 袁海芳. 科学化、个性化健康教育在健康管理中的应用效果[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(07): 150+153.

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