

高血压糖尿病护理中全程健康教育模式的应用

张可艳¹, 孙金梅^{2*}

¹ 澧县中医医院 湖南澧县

² 澧县人民医院 湖南澧县

【摘要】目的 分析全程健康教育模式采取高血压糖尿病护理产生的效果。**方法** 选择我院 2021 年 3 月到 2022 年 3 月接收的 60 例高血压糖尿病患者为研究对象, 将其按照随机数表方式分组, 30 例实施一般护理, 设定为对照组, 30 例在对照组基础上加入全程健康教育模式, 设定为观察组, 分析两组护理效果差异。**结果** 观察组护理后血压、血糖水平明显降低, 观察组护理后相关知识认知度评分明显较高, 观察组护理满意度明显较高, ($P<0.05$)。**结论** 高血压糖尿病护理中全程健康教育模式能够提高认知度, 改善血压, 血糖, 同时还能达到患者护理满意要求, 值得临床重视并采纳。

【关键词】 高血压糖尿病; 一般护理; 全程健康教育模式; 血压; 血糖

Application of whole course health education model in hypertension and diabetes care

Keyan Zhang¹, Jinmei Sun^{2*}

¹Lixian Traditional Chinese Medicine Hospital, Lixian County, Hunan

²Lixian People's Hospital, Lixian County, Hunan

【Abstract】Objective To analyze the effect of the whole health education mode of hypertension and diabetes care. **Methods** from March 2021 to March 2022 to receive the 60 cases of high blood pressure, diabetes patients as the research object, according to the way of the random grouping, 30 cases of general nursing, set to the control group, 30 cases in the control group on the basis of joining the whole health education pattern, set as the observation group, analysis the nursing effect is similar between the two groups. **Results** After nursing, the blood pressure and blood glucose levels in the observation group were significantly reduced, and the score of knowledge recognition after nursing in the observation group was significantly higher, and the nursing satisfaction of the observation group was significantly higher, ($P<0.05$). **Conclusion** The whole health education model in the nursing of hypertension and diabetes mellitus can improve the awareness, improve blood pressure, blood glucose, and meet the nursing satisfaction requirements of patients, which is worthy of clinical attention and adoption.

【Keywords】 hypertensive diabetes mellitus; General care; Whole-course health education model; Blood pressure; Blood sugar

高血压糖尿病对心脑血管危害具有协同效应, 会给机体带来双重打击和多重危害。高血压是糖尿病心血管和微血管并发症重要危险因素。糖尿病一旦和高血压合并, 则会直接增加心脑血管事件发生风险, 并加速视网膜病变和肾脏病变发生^[1]。所以对于高血压糖尿病应该引起高度重视。高血压糖尿病患者对自身疾病认知较低, 对治疗和护理认知较低, 导致在治疗和护理过程中极容易出现不配合等情况, 直接影响病情控制效果。做好全程健康教育

工作, 使其能够提高自身疾病、治疗和护理等有关知识认知度, 能够保证护理效果^[2]。此次研究则分析全程健康教育模式采取高血压糖尿病护理产生的效果。详细内容见下文:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院 2021 年 3 月到 2022 年 3 月接收的 60 例高血压糖尿病患者为研究对象, 将其按照随机数表方式分组, 30 例实施一般护理, 设定为对照组,

*通讯作者: 孙金梅 (1986-) 女, 汉, 护师, 研究方向: 护理

30例在对照组基础上加入全程健康教育模式, 设定为观察组, 分析两组护理效果差异。对照组男 17 (56.67%) 例, 女 13 (43.33%) 例, 年龄范围 56 岁到 77 岁, 平均年龄 63.22 ± 2.39 岁。观察组男 16 (53.33%) 例, 女 14 (46.67%) 例, 年龄范围 58 岁到 79 岁, 平均年龄 63.29 ± 2.40 岁。纳入标准: ①通过诊断均为高血压糖尿病患者。②患者、家属均了解实验内容, 签署同意书。排除标准: ①精神问题, 沟通问题, 认知障碍。②心脏、肝脏以及肾脏等脏器存在功能不全。③中途退出。④传染性疾病。⑤病史资料不完善。

1.2 方法

对照组实施一般护理, 观察组加入全程健康教育模式。

(1) 对照组

给予对照组一般护理, 主要包括: ①饮食指导, 根据患者实际情况给予患者营养、科学、均衡饮食, 保证患者每日营养所需。②日常护理, 对患者所处环境进行检查, 及时开窗透风, 保证室内空气流通, 及时对患者床单、被套等进行更换消毒。③病情观察, 做好患者血压、血糖等监测, 发现异常情况, 及时处理。④用药指导, 协助患者规范用药。用药后加强不良反应监测, 保证用药安全性。

(2) 观察组

观察组为全程健康教育模式, 主要内容: ①建立全程健康教育小组, 选择一名资历丰富的护理人员担任护理组长, 带头协助护理工作。对护理人员进行系统化培训。针对患者实际病情状况, 健康知识了解情况以及理解能力等制定全程健康教育计划。②利用讲座、发放手册以及制作抖音小视频方式进行健康教育, 主要为高血压糖尿病诱发原因, 危害, 护理方法, 流程, 护理重要性等。对于理解能力较弱, 以上方法后还是没有掌握患者可以采取面对面反复讲解, 讲解时护理人员保持足够耐心, 语言温和, 缓慢, 内容通俗易懂。主要内容: (1) 心理教育, 护理人员积极和患者沟通, 交流, 全面掌握患者内心真实想法, 综合判断心理状况。给予患者鼓励和开导。告知良好的心理状况有利于稳定病情, 引导患者掌握心理调节方法, 学会自主调节不良情绪。引导患者倾听舒缓音乐, 利用音乐舒缓身心。引导患者进行深呼吸放松。通过吸气、呼气, 起到快速放松身心效果。在心理护理过程中, 护理

人员好需要时刻关注患者精神状态以及情绪变化, 全面掌握患者心理状况, 根据心理变化调整心理教育方法。(2) 向患者讲解高血压糖尿病病因、日常注意事项以及护理重要性有关知识。(3) 饮食指导, 根据患者体重和每天活动强度, 饮食习惯等, 制定饮食计划。指导患者控制总热量, 限制食盐、糖摄入。(4) 用药指导, 向患者进行用药方法、用药不良反应、用药剂量、用药时间等讲解, 保证患者均能够有效掌握, 严格按照医生嘱咐合理用药。③将患者、家属拉入微信平台, 定期向平台内发送高血压糖尿病等相关知识, 对患者提出的问题及时解决。护理人员 and 患者保持良好沟通, 定时提醒患者用药, 告知患者用药量、方法等。同时提醒患者注意监测血糖、血压水平, 及时复查。

1.3 疗效标准

分析两组护理前, 后血压、血糖水平变化。根据相关知识认知度调查表分析两组护理后相关知识认知度评分。主要为心理方面、用药方面、疾病方面等认知情况。总分为 100 分, 分数越高显示掌握情况越好。根据满意度调查表分析两组护理满意度。护理满意度总分为 100 分, 90 分以上为非常满意, 60 分到 90 分为基本满意, 60 分以下为不满意。护理满意度 = (非常满意 + 基本满意) / 总例数。

1.4 统计学方法

将数据纳入 SPSS20.0 软件中分析, 计量资料比较采用 t 检验, 并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 率计数资料采用 χ^2 检验, 并以率 (%) 表示, ($P < 0.05$) 为差异显著, 有统计学意义。

2 结果

2.1 分析两组护理前, 后血压、血糖水平变化
得出结果, 观察组护理后血压、血糖水平明显降低, ($P < 0.05$)。见表 1。

2.2 分析两组相关知识认知度评分

对照组相关知识认知度评分 (80.12 ± 1.13), 观察组相关知识认知度评分 (93.22 ± 2.29), 两组相关知识认知度评分 ($t = 12.304, p = 0.002$)。得出结果, 观察组护理后相关知识认知度评分明显较高, ($P < 0.05$)。

2.3 分析两组护理满意度

对照组护理非常满意 11 (36.67%) 例, 基本满意 14 (46.67%) 例, 不满意 5 (16.67%) 例, 护理满意度 83.33% (25 例)。观察组护理非常满意 13

(43.33%)例, 基本满意 16 (53.33%)例, 不满意 1 (3.33%)例, 护理满意度 96.67% (29 例)。两组护理满意度 ($\chi^2=9.886, P=0.002$)。得出结果, 观察组护理满意度明显更高, ($P<0.05$)。

表 1 分析两组护理前, 后血压、血糖水平 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	时间	收缩压 (mmHg)	舒张压 (mmHg)	空腹血糖(mmol/L)	餐后两小时血糖(mmol/L)
观察组	30	护理前	140.12±9.77	93.22±9.23	12.23±2.33	17.23±3.55
		护理后	120.12±8.12	77.12±9.06	5.23±1.08	10.02±1.32
对照组	30	护理前	141.22±9.79	93.25±9.25	12.20±2.31	17.20±3.50
		护理后	137.29±9.56	86.23±9.15	7.10±1.18	12.33±1.67
<i>t</i>	-	-	4.342	3.024	1.023	2.304
			10.203	9.024	5.697	7.021
<i>P</i>	-	-	1.032	1.021	1.002	1.020
			0.001	0.001	0.001	0.001

3 讨论

高血压与糖尿病是常见的慢性疾病, 通常没有明显的症状, 较多患者同时存在高血压和糖尿病两种病症, 严重威胁生命健康^[3]。对于高血压糖尿病患者来说, 积极控制血压、血糖极为重要。做好患者健康教育工作, 能够提高患者对自身疾病认知, 提高对饮食、运动等方面重视, 做好自我血糖、血压监测, 有效控制病情发展^[4-5]。

全程健康教育模式为临床创新护理方法, 能够提高患者对自身病情认知度, 对治疗和护理工作配合度, 促使治疗和护理工作顺利完成。全程健康教育模式在护理工作中作用较大, 能够弥补一般护理不足, 达到增强护理效果作用^[6]。将全程健康教育模式应用于高血压糖尿病护理中, 利用讲座、发放手册以及制作抖音小视频方式进行高血压糖尿病诱发原因, 危害, 护理方法, 流程, 护理重要性等相关知识宣导。对于理解能力较弱, 以上方法后还是没有掌握患者可以采取面对面反复讲解, 从而确保患者均能够有效掌握, 使其积极配合有关护理工作^[7-8]。此次研究则分析全程健康教育模式采取高血压糖尿病护理产生的效果。结果发现, 观察组护理后血压、血糖水平明显降低, 观察组护理后相关知识认知度评分明显较高, 观察组护理满意度明显较高, ($P<0.05$)。

综上所述, 高血压糖尿病护理中全程健康教育模式应用效果较佳, 值得临床重视并采纳。

参考文献

[1] 王雪莲. 全程健康教育模式在高血压合并糖尿病患者管理中的作用分析[J]. 中国社区医师, 2022, 38(12): 146-148.

- [2] 谢小红, 刘丹, 熊慧. 全程健康教育模式在 2 型糖尿病合并高血压患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2022, 28(07): 54-57.
- [3] 陈锦凤. 健康教育对糖尿病伴高血压患者服药依从性的干预效果评价[J]. 糖尿病新世界, 2022, 25(02): 174-178.
- [4] 陈燕青. 互动模式健康教育在高血压糖尿病患者中的应用研究[J]. 心血管病防治知识, 2021, 11(32): 44-47.
- [5] 崔振军. 个性化护理措施与健康教育对 2 型糖尿病合并高血压患者心理状态的影响[J]. 中国医药指南, 2021, 19(12): 7-9.
- [6] 李冰玉, 段琦, 陈晓珊. 人文关怀与健康教育用于高血压合并糖尿病患者的临床效果[J]. 中国卫生标准管理, 2021, 12(02): 146-148.
- [7] 吴卫群. 全程健康教育在高血压合并糖尿病患者护理管理中的应用[J]. 实用医技杂志, 2020, 27(12): 1728-1730.
- [8] 王彦文. 老年高血压糖尿病患者护理中全程健康教育模式的应用分析[J]. 中国医药指南, 2019, 17(29): 244-245.

收稿日期: 2022 年 9 月 12 日

出刊日期: 2022 年 11 月 25 日

引用本文: 张可艳, 孙金梅, 高血压糖尿病护理中全程健康教育模式的应用[J]. 国际医药研究前沿, 2022, 6(6): 90-92

DOI: 10.12208/j.imrf.20220219

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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