

高血压患者的社区护理干预

张艳芬

昆明市官渡区六甲街道社区卫生服务中心 云南昆明 650228

【摘要】目的 通过采用社区护理干预的方式,对高血压患者进行应用效果的研究。**方法** 通过选取我社区2019年1月到2019年12月的高血压患者。其人数为100例,患者的年龄在45岁到65岁。将全部患者的各项参数进行对比,结果无显著差异。给与全部患者进行社区护理干预。**结果** 护理前的收缩压为 156.83 ± 12.34 ,护理前的舒张压为 96.76 ± 10.24 。通过对比无一般差异。护理后的收缩压为 136.83 ± 12.34 ,护理后的收缩压为 86.85 ± 10.35 。护理后的收缩压和舒张压的比值都优于护理前。**结论** 采用干预护理的方式对于当前高血压患者的效果提升来说具有一定的作用。

【关键词】 护理干预;高血压;社区管理**【中图分类号】** R473.5**【文献标识码】** A**【文章编号】** 2095-9753 (2020) 09-152-02

高血压作为常见慢性病之一,发病群体多为老年群体,同时致残率较高对于患者的身体健康来说具有一定的影响。近年来受生活水平的影响,高血压患者相比之前有了明显增长^[1]。高血压患者在临床治疗中病情得到了改善,但由于没有采用延续性护理的方式,因此对于患者治疗的恢复效果不高。现阶段人们对于治疗效果的要求逐渐提升,社区管理干预作为一种较为良好的方式,其应用较为广泛。本文通过在社区护理方式中应用健康档案方式,随后进行整体分析。

1 资料与方法

1.1 一般资料

通过选取我院2019年1月到2019年12月的高血压患者。其人数为100例,其患者的平均年龄为 (58.74 ± 1.2) 岁,通过对比患者的各项参数,其均无显著差异。

1.2 方法

首先对患者建立电子健康档案,通过对患者的身高体重以及相关情况和生活运动等习惯进行记录,随后对其患者的手术室以及相关病史进行了解,为以后的工作打下基础。当患者出现疑问,可以通过电子档案管理平台展开互动,实现及时的问题交流。第二,对患者的尿常规以及相关血压水平进行检查,通过对其基础上进行记录,从而开展个性化的护理。通过对患者进行健康知识讲座,随后进行宣传资料的发放,通过对用药进行相关指导以及健康知识进行宣传,同时对患者进行相关血压情况的监测,并对其复诊进行指导^[2]。

通过和家庭医生进行签约,实行社区慢性规范管理。第一,在这一个月期间没有到本社区进行就诊的患者进行电话随访,对原因进行了解^[3]。同时对患者的药物剩余量进行记录随后对患者进行评估,对于没有遵循医嘱用药的患者,需要进行复诊。通过对患者的血压情况进行详细记录,并对其讲解血压较高或较低时候的危害。通过和患者家属进行沟通,提高家属认知程度,在对患者进行监督的基础上,保证患者的用药习惯良好。第三,通过不定期的进行小组活动,让患者直接进行交流沟通,从而促进医患之间的感情。第四,对于患者的饮食来说,通过对患者饮食指导的培训,使患者认清血压食物的糖分高低以及进食顺序对于血压的影响。随后,通过选用有氧运动的方式,例如游泳太极拳等,根据患者的适应情况进行运动的延长,同时应该有家人陪同以此来防止低血压的发生^[4]。

在日常社区护理过程中,应注意以下几点:第一,密切

关注患者的血压水平。通过应用尿检的方式以此来掌握患者的整体情况,护士对患者使用的各种降糖药物的作用都需熟知,以此来和患者进行交流,家属信赖和联系。通过监测患者整体情况并和患者的积极配合,并对患者口服降糖药物进行及时叮嘱,避免患者发生血压不稳定情况。注重对胰岛素患者的皮肤消毒隔离工作,在每次用药后的血压水平进行及时记录,也应定期进行尿检。护士人员应进行仔细讲解要求,通过强调用药重要性,提升患者服药依从性,以便于进行出院后护理。第二,督促戒烟。社区护理人员应对具有长期吸烟历史的老年高血压患者,耐心讲解相关危害,并给予鼓励增加患者信心。可对老年高血压患者使用一种厌恶疗法,对于患者的一些吸烟行为选取刺激方法,使得患者开始厌恶吸烟。或者使用家庭疗法,让患者的家属做好督导工作,帮助患者彻底戒烟。第三,口腔皮肤护理。在目前来说老年高血压自身抵抗力相比之前具有一定下降,在皮肤粘膜水肿的情况下,通过长期应用抗生素及胰岛素将会导致菌群失调,并加重患者的口腔溃疡情况,严重者将会造成出血,因此患者应根据病情以及口腔黏膜的变化协助做好相关护理。在增加患者舒适感的情况下,通过观察患者皮肤的颜色以及温度湿度和水肿程度下,指导患者进行运动锻炼,通过对卧床患者进行协助翻身,防止发生压疮。第四,通过对患者的血压情况进行详细记录,并对其讲解血压较高或较低时候的危害。和社区患者家属进行沟通,在对患者进行监督的基础上,保证患者的用药习惯良好。通过不定期的进行小组活动,促进医患感情。第五,进行饮食干预。通过对患者的实际情况进行了解,随后根据不同的患者进行不同护理方案的设定,在对患者饮食结构进行调整和优化后,促进患者营养的补充,以此来达到治疗的目的。患者医嘱的实施效果。通过进行健康教育,随后使患者明白其用药的意义,随后对患者的病情变化进行调整。

2 结果

2.1 护理前的收缩压为 156.83 ± 12.34 ,护理前的舒张压为 96.76 ± 10.24 。通过对比无一般差异。护理后的收缩压为 136.83 ± 12.34 ,护理后的收缩压为 86.85 ± 10.35 。护理后的收缩压和舒张压的比值都优于护理前。

表1: 治疗前和治疗后护理前后血压情况比值分析

组别	例数	收缩压	舒张压
护理前	100	156.83 ± 12.34	96.76 ± 10.24
护理后	100	136.83 ± 12.34	86.85 ± 10.35

2.2 通过对治疗前和治疗后护理后的生活质量进行评分,其中治疗后的睡眠、健康以及认知状况都优于治疗前。

表 2: 治疗前和治疗后护理后生活质量状况评分对比

组别	例数	睡眠状况	健康状况	认知状况
治疗后	25	88.76±3.2	91.21±5.4	88.74±2.1
治疗前	25	71.32±2.4	71.24±4.3	76.54±3.2

3 讨论

随着生活水平的不断提高以及人们的生活压力不断的加大,人们病发高血压疾病的概率越来越高。根据国内外相关报道相关统计,国外高血压者抑郁发生率为 23%,我国患者发病率也较高。所以说,当前阶段各医院在提升高血压治疗水平的同时也越发重视护理工作的重要性。社区护理管理是在日常生活中进行相关管理,能够对高血压患者进行日常宣教并进行健康教育。帮助患者树立低盐、低脂饮食的意识。通过患者对护理人员的各项护理参数进行评价,包含护理态度、护理效果、整体护理环境。

社区护理理念是在开展一切护理工作时都将患者生命安

全与身心健康需求作为核心,相比过去应用的常规护理方法而言其越发关注患者身心的舒适度,对于改善患者的相关负面情况状态具有重要作用。

综上所述,在高血压社区管理中采用社区护理干预的方式,能够有效控制患者血压水平,提升患者生活质量水平。

参考文献:

- [1] 吕秋焕.社区健康教育对于老年高血压病人群的血压控制、生活质量以及自我管理行为的影响与分析[J].中国卫生产业,2017,14(01):69-70+74.
- [2] 李雪云,林红霞,麦绍.社区健康教育对高血压病人治疗依从性的影响[J].齐齐哈尔医学院学报,2009,30(01):96-97.
- [3] 赵娜,崔文香,崔香淑.社区健康教育对高血压患者知、信、行效果评价的 Meta 分析[J].延边大学医学学报,2014,37(04):283-287.
- [4] 曾丕兰,黎耀辉,陈双双.社区健康教育主导的高血压管理模式效果[J].中国初级卫生保健,2013,27(05):27-28.

(上接第 150 页)

人工晶体植入手术治疗,创伤较小,治疗效果较好。但是患者对手术的耐受性较差。使用舒适护理,可以改善舒适度,减少并发症发生率。

本文中选取 90 例使用超声乳化吸除以及人工晶体植入手术的高龄白内障患者,使用舒适护理的患者的舒适度明显高于使用常规护理的患者,并且患者对护理人员的服务态度,护患沟通,业务水平,健康教育,及时满意需要,总分等满意度评分较高,并发症发生率较低。

综上,在白内障患者中使用舒适护理,有利于改善舒适度,提高护理满意度,减少并发症发生率。

参考文献:

- [1] 宋琛.舒适护理在白内障患者超声乳化吸除及人工

晶体植入术中的应用[J].中国实用医药,2018,13(01):187-188.

[2] 陈海斌,李秀妹,李思.舒适护理在白内障患者超声乳化吸除及人工晶体植入术中的应用[J].中外医学研究,2017,15(28):109-110.

[3] 吴娟.舒适护理在白内障患者超声乳化吸除及人工晶体植入术中的应用[J].临床医药文献电子杂志,2017,4(32):6227+6230.

[4] 李追.舒适护理在白内障患者超声乳化吸除及人工晶体植入术中的应用[J].中外医疗,2014,33(20):176-177+180.

[5] 孙冬云.舒适护理在白内障患者超声乳化吸除及人工晶体植入术中的应用[J].实用临床医药杂志,2012,16(14):81-83.

表 3: 两组中护理满意度评分的情况

组别	例数	服务态度	业务水平	护患沟通	及时满意需要	健康教育	总分
实验组	45	17.32±2.28	17.66±2.38	17.22±2.86	18.25±1.55	18.58±1.25	90.08±5.37
对照组	45	13.62±2.62	12.27±3.42	13.25±2.85	14.78±2.65	12.21±3.28	66.67±5.29
T 值		7.688	7.629	7.576	7.188	7.156	8.659
P 值		< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

(上接第 151 页)

3 讨论

骨质疏松为一类全身性骨骼疾病。该疾病的发生不但会造成患者腰背酸痛,另外也会加大脊柱变形以及骨折发生风险,进而令病患生活无法自理,日常活动能力受到限制。其增加了肺部感染以及压疮发生风险,对病患的生存质量造成影响^[2]。

中医认为:“肾主骨,生髓”,肾虚实质主要在于下丘脑-垂体-性腺轴功能出现异常。肾虚则阳气推动不利,血气无法正常运行。淤积在脏腑以及脉管之中,损耗阳气。就此形成恶性循环。

对患者实施中医疼痛护理,能够取得满意效果。此法能够降低患者疼痛水平,提升护理满意度,改善心理状态。

在开展实际中医疼痛护理过程中,利用红外线的照射可令腰背位置血管保持扩张状态,循环畅通。后使用中药包热敷,能

够有效促进淋巴血液循环,取得行血、散瘀、止痛的效果^[3]。

本组实验研究结果证实:为观察组受试者实施中医护理干预,有助于提升临床治疗效果。可在根本上改善病患腰背疼痛之症状。为患者实施必要性情志护理以及健康知识宣教,可以缓解受试者内心不良情绪,加强患者治疗疾病的依从度。在此同时结合病患自身情况,为其拟定与之相关的功能训练计划,可积极缓解腰背疼痛感,有助于提升生活品质。

参考文献:

- [1] 薛付玲.疼痛护理方案对老年女性骨质疏松腰背疼痛患者的影响分析[J].首都食品与医药,2019,26(21):186.
- [2] 杨芳,段蔚琨,席莹.心理干预联合综合康复护理对老年骨质疏松性骨折患者术后疼痛及生活质量的影响[J].贵州医药,2019,43(09):1489-1490.
- [3] 孙光菊.疼痛护理方案对老年女性骨质疏松患者护理效果观察[J].中国社区医师,2019,35(26):140-141.