

家庭血压监测与早期持续整体护理在妊娠期高血压管理中的重要性探讨

舒枚平

湘乡市人民医院 湖南湘潭 411400

【摘要】目的 探究妊娠期高血压为其予以家庭血压监测与早期持续整体护理的情况。**方法** 时间节选 2023.9-2024.8 区间段,提取 62 名孕产妇,将其划分为小组,其中对照组予以常规护理,观察组在对照组之上予以家庭血压监测+早期持续整体,将实验中数值汇总并分析。**结果** 护理后,观察组血压稳定, $P<0.05$ 。**结论** 妊娠期高血压病人在实施管理期间,为其予以家庭血压监测联合早期持续整体护理干预后,病人的血压逐步稳定,保证母婴安全。

【关键词】 家庭血压监测; 早期持续整体护理; 妊娠期高血压

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 1000-8039 (2025) 05-110-02

妊娠期高血压属于妊娠期常见的合并症一种,会威胁到母婴安全,是妊娠期重点关注的症状之一^[1]。在妊娠期会对产妇实施管理,控制血压波动,其中家庭血压监测可针对妊娠期高血压疾病的出现进行监督,然后联合早期持续整体护理,可以在监测期间对病人的饮食、情绪、状态等均进行管理,在早期控制孕妇血压波动,降低妊娠期高血压出现风险,保证母婴安全^[2]。为探究护理效果,临床行如下报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

实验中:时间 2023.9-2024.8,提取 62 名孕产妇,将其划分为小组,对照组:31 名, (34.70 ± 4.58) 岁。观察组:31 名, (34.29 ± 5.20) 岁,数值对比, $P>0.05$,可行比较分析。

纳入标准:均为首次妊娠的女性;无其他严重性妊娠合并症;孕妇了解实验并自愿参与。

排除标准:存在乙肝等疾病;存在精神类疾病;存在凝血功能障碍等疾病。

1.2 方法

对照组:常规护理。护理期间对孕妇的血压进行检验,并且告知孕妇妊娠期高血压的风险,然后在社区中定期组织学习,对孕妇的饮食、生活、用药等进行管理,稳定孕妇的血压。

观察组:家庭血压监测+早期连续性整体护理。(1)在临床中为病人实施护理期间,结合孕妇的情况,以及临床各项资料文献等,为孕妇制定出针对性的护理方案。在实施期间会在孕早期第一次开始产检,到分娩结束之后这一阶段,均为病人予以该护理。然后在临床中设置微信群,让孕妇以及家属进入群组中,通过群组与孕妇、家属进行沟通。(2)在群组中为孕妇分享线上学习链接,让孕妇可以进入到线上,对妊娠期高血压疾病的知识进行学习,了解疾病出现的危害性,以及讲述胎动计数监测、饮食、用药等指导工作的内容,并结合孕妇的情况,为其制定相应日程规划。(3)对存在高危风险的孕妇划分小组为其实施管理,每组人数控制在 8-12 左右,然后护理人员组织孕妇进行学习。然后为孕妇提供上臂式家用自动电子血压计,在家庭中可以随时记录自身的血压。血压监测的时间一般在坐立、休息之后的 5 分钟之后,一般测量 2-3 次。如果孕妇服用药物,则这时血压不稳定,则可以在餐前以及餐后检验,并记录血压的情况。将血压检测的数值定时上传到群组中,如孕妇的血压检测不良,则要

监测孕妇 24 小时动态血压。(4)护理人员要结合孕妇的生活、工作等情况,为其制定日程计划,保证孕妇的饮食、作息、生活逐步规律,降低对血压的影响。如在早上七点左右测量血压后起床洗漱,然后检验自身空腹体重,在进食早餐之后可以开始每天的工作。在午休期间可以适当倾听音乐以及午睡休息,在结束之后测量血压继续工作,在回到家后晚餐后的 30 分钟监测血压,血压如果正常,则可以进行适当的步行、瑜伽、体操等,微微出汗最为适宜,如果血压高则可以进行放松锻炼。(5)在饮食中应告知孕妇降低甜食、高盐、高脂等食物,多食用蛋白质、维生素等,保证少食多餐,每天的热量控制在 $150\text{kJ}/(\text{kg} \cdot \text{h})$,保证每餐定时定点。如果孕妇出现饥饿感,则可以适当进食,但是要对其营养进行管控。(6)在晚间要保证孕妇的睡眠充足,每天休息要不低于 10h,在休息期间可以采用左侧卧位,可以降低对子宫以及血管的压迫。然后在睡前可以泡脚、喝牛奶等,促进孕妇睡眠。(7)定期在群组中与孕妇的情况进行交流,了解孕妇的饮食、休息、血压等数值,并评估孕妇的心理状态,如果孕妇的情绪、睡眠不佳要与之进行沟通,了解情况出现的原因,并针对性为其实施疏导,必要时可以插入心理科进行干预。(8)如果产妇用药,则告知药物的使用方式与剂量,让孕妇按医嘱用药,保证用药的安全以及有效,避免出现错服、滥服等现象。

1.3 观察指标

经血压监测仪记录病人血压情况;经问卷调查记录产妇产前孕周与分娩方式。

1.4 统计学分析

经 SPSS24.0 软件描述资料, $(\bar{x} \pm s)$ 表示分值, t 核查, $(n\%)$ 表示数值, χ^2 核查,数值对比,若数值差异大则 $P<0.05$ 。

2 结果

统计病人分娩后血压指标,观察组血压水平稳定, $P<0.05$,如表 1 所示。

表 1: 病人分娩后血压指标 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	收缩压 (mmHg)	舒张压 (mmHg)
观察组	31	132.17 ± 4.62	80.26 ± 4.12
对照组	31	140.28 ± 4.15	87.55 ± 4.36
t		7.2710	6.7663
P		0.0000	0.0000

(下转第 113 页)

均衡摄入营养物质,提高机体免疫力,同时,护理人员引导患者讲述自己的疑虑、困扰等等,而倾诉可以帮助患者保持健康心态,舒缓情绪,护理人员可以据此获取信息,给予针对性解决方案,减少情绪对护理与治疗的负面影响,同时,指导患者进行股四头肌等长收缩训练、踝泵运动等功能锻炼,能够促进下肢血液循环,有助于骨折愈合和康复^[9-10]。文中,患者只需扫描二维码,即可轻松获取围术期所需的宣教内容,不仅可以提升患者认知水平,也可以增强其治疗信心与依从性。积极向上的标语、节日祝福、关怀,有助于提高整体的治疗体验;通过音乐疗法,非药物性的疼痛管理方法,激活脑干区域,刺激多巴胺释放,从而产生镇痛效果,安全有效。因此,试验组疼痛感评分、并发症发生率均低于对照组。证实基于循证理论构建叙事护理应用价值,康复效果更好。

综上所述,在下肢骨折手术患者护理中应用基于循证理论构建叙事护理方法效果突出。

参考文献:

- [1] 王华,郭利利,陈曦,等.基于叙事护理理论的心理干预在突发创伤下肢骨折患者中的应用研究[J].广州医药,2024,55(12):1495-1499,1505.
- [2] 王丽珺,程丽丽.叙事护理干预联合功能锻炼对儿童肱骨髁上骨折术后恐惧症的干预效果[J].神经损伤与功能重建,2024,19(10):615-616,620.
- [3] 鲍冬梅,李鑫丹,于慧芳.损伤控制理念结合循证疼

痛分级护理干预对骨盆骨折急诊微创手术患者自我护理能力的影响[J].国际护理学杂志,2024,43(10):1800-1804.

[4] 蔡宝裕,张晶,王先丽.叙事护理干预对急诊多发肋骨骨折伴气胸患者心理状态和睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(1):198-200.

[5] 刘敏,米芳,邱美蓉,等.叙事护理干预对多发肋骨骨折伴血气胸患者心理状态和睡眠质量的影响分析[J].中华灾害救援医学,2024,11(7):870-872.

[6] 刘素珍,郑琪.行经皮椎体成形术后的胸腰椎压缩性骨折患者护理期间采用叙事护理的效果[J].黑龙江中医药,2024,53(02):358-360.

[7] 高佳,王艳波,张卓琼,等.叙事护理干预对创伤性骨折患者创伤后成长的影响[J].心理月刊,2023,18(22):183-185.

[8] 熊环,张坡,韩业梅.个性化叙事护理对行经皮椎体成形术老年患者围术期的影响[J].心理月刊,2023,18(19):171-173.

[9] 蔡宝裕,张晶,王先丽.叙事护理干预对急诊多发肋骨骨折伴气胸患者心理状态和睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2023,10(01):198-200.

[10] 游露.对行经皮椎体成形术后的胸腰椎压缩性骨折患者实施叙事护理的效果研讨[J].医学食疗与健康,2022,20(01):162-163+179.

(上接第 110 页)

3 讨论

妊娠期高血压属于妊娠高发疾病,在妊娠期间孕妇的血压会处于增高的状态,会威胁母婴安全,因此需对孕妇的血压进行管理。在临床中会针对孕妇的饮食、药物等进行管控,但是个体差异性较大,尤其在家庭中因生活、工作等影响,对血压监督并不完善,因此需为孕妇予以更为系统的护理^[3]。

家庭血压监测是针对孕妇在医院之外为其实施管理,可以密切监督孕妇的血压,降低不良结局的出现,但是单一的血压监测效果还有待提高,因此在实施监测期间,会联合早期连续性整体护理干预,可针对孕妇孕期到分娩之后,均能实施干预,控制孕妇血压波动,保证母婴安全^[4]。本次实验中,经护理后,观察组血压稳定, $P<0.05$ 。分析原因,在实施管理期间会结合孕妇的身体情况,为其制定出护理方案,为孕妇佩戴血压监测仪,记录孕妇的动态血压,并结合血压数值为孕妇不断调节饮食、用药、运动、生活中。在经联合护理后可降低妊娠高血压的风险,因护理人员会对孕妇的情绪进行观察,使其情绪稳定降低心理负担,并且为孕妇提供

充足的睡眠,进而可以孕妇的身体状态稳定,降低血压的波动。同时会针对孕妇的饮食进行管理,降低高油、高脂、高盐等食物的摄入,进而使血压数值稳定,同时,在生活中还会告知孕妇适当运动,避免高血压的风险,保证母婴安全。

综上所述,妊娠期高血压孕妇接受家庭血压监测的同时,为其予以早期连续性整体护理,可以令孕妇血压稳定,保证母婴安全。

参考文献:

- [1] 周芸,胡文星,章桂荣,等.家庭血压监测联合早期连续性整体护理对妊娠期高血压患者的影响[J].当代护士,2023,30(9):62-67.
- [2] 薛薇薇.整体护理对妊娠期高血压产妇的影响研究[J].妇幼护理,2024,4(8):1838-1840.
- [3] 张盈盈.对妊娠期高血压药物治疗孕妇进行整体护理的效果探究[J].家庭药师,2023,16(2):160-162.
- [4] 陆芳芳,张婷.整体护理对妊娠期高血压疾病产妇剖宫产围手术期深静脉血栓形成的干预效果[J].妇幼护理,2023,3(12):2826-2829.

(上接第 111 页)

3 讨论

综上所述,综合性围术期护理可提高椎体成形术老年性骨质疏松性脊柱压缩性骨折患者的手术恢复效果,显著缓解患者的术后疼痛,并减少并发症发生。

参考文献:

- [1] 陈冠廷,王华凡,崔向科.经皮椎体成形术和经皮椎体后凸成形术治疗骨质疏松性椎体压缩骨折的疗效[J].中国实用医刊,2023,40(3):74-75.
- [2] 王淑芳,易春芬,王爱华.椎体成形术治疗椎体骨质

疏松压缩骨折患者的围手术期护理[J].湖北中医杂志,2023,35(3):59-60.

[3] 彭靖皎.经皮椎体成形术治疗骨质疏松性椎体压缩性骨折的术后护理效果观察[J].中国医药科学,2023,13(18):8-9.

[4] 秋平.经皮椎体成形术治疗老年性骨质疏松性脊柱压缩性骨折的护理[J].中国社区医师(医学专业),2024,24(31):309.

[5] 田金萍.经皮椎体成形术治疗骨质疏松性椎体压缩性骨折的护理研究[J].中国医药导报,2023,20(11):136-137.