

微信平台在高血压患者自我管理行为中的应用研究

高峰

安徽医科大学附属宿州医院(宿州市立医院)神经内科三病区 安徽宿州 234000

摘要:目的:探讨微信平台在提高高血压患者自我管理行为中的效果。方法:将68例高血压患者随机分为对照组以及干预组。对照组患者在出院后接受普通的社区管理,而干预组患者接受医院组织的微信平台高血压管理方式。结果:经过3个月的微信平台高血压患者自我管理之后,干预组患者的按时用药、监测血压、健康饮食、合理锻炼、保持良好作息并且控制好情绪方面都显著优于对照组,且干预组的收缩压以及舒张压都显著低于对照组。结论:微信平台能够较好的提升高血压患者家中自我管理行为,并控制血压。

关键词:微信平台;高血压患者;自我管理

高血压,又称为血压升高,是血管在持续性的受到较高压力时而出现的一种疾病。据世界卫生组织统计,2008年,高血压至少导致了45%的心脏病死亡以及51%的脑卒中死亡。此外,高血压还可加重肾衰、残疾、早死亡等疾病的负担。2015年,我国高血压的患病率更是达到了27.9%,带来了沉重的经济负担以及社会负担^[1]。因此,在对确诊高血压的患者进行严格的健康管理,对降低高血压并发症发生率、疾病死亡率以及减轻疾病负担都及其重要。寻找一个好的方式促进患者的良好自我管理是一个重要途径。我院借助于微信平台促进确诊的成年高血压患者自我健康管理行为取得了较好临床效果,先报告如下:

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

纳入本院2019年1月-2020年1月间收治的高血压患者

表1 患者人口学信息

组别	对照组	干预组	t 值	P 值
年龄(岁)	57.79±7.10	58.06±8.33	0.141	0.294
性别			0.269	0.604
男	24 (70.6%)	22 (64.7%)		
女	10 (29.4%)	12 (35.5%)		
高血压分级			0.060	0.806
I 级	19 (55.9%)	20 (58.8%)		
II 级	15 (44.1%)	14 (41.2%)		
病程(年)	18.68±5.12	19.38±5.98	0.523	0.603

1.2 研究方法

对照组的护理干预措施主要以社区服务为主,包括对高血压疾病的知识宣传,运动指导、饮食指导、血压测量服务等。

1.3 高血压患者自我管理行为测评量表(Hypertension Patients SelfManagement Behavior Rating Scale, HPSMBRS)

本次研究中对高血压患者的自我管理行为评价采用国内学者于2012年编制的高血压患者自我管理行为测评量表进行评价^[3]。该量表一共包括33个条目,可划分为6个维度,分别为病情监测、用药管理、运动管理、情绪管理、饮食管理、工作与休息管理。所有条目均采用Likert 5级评分法

68例为研究对象,并将患者随机分为对照组以及观察组,每组34人。对照组患者平均年龄(57.79±7.10)岁,干预组患者平均年龄(58.06±8.33)岁;对照组患者包括男性24人,女性10人,干预组男性22人,女性12人;对照组中高血压分级I级者19人,II级者15人,干预组I级者20,II级者14人;对照组患者平均病程(18.68±5.12)年,干预组患者平均病程(19.38±5.98)年。两组间所有资料差异均图统计学意义(P>0.05),结果详见表1。纳入标准:所有研究对象均符合《中国高血压防治指南》(2018年修订版)^[2]中的高血压诊断标准;患者能够熟练使用微信或者能够在家属帮助下及时获得微信中的重要信息;对本研究知情且签署知情同意书。排除标准:合并其他急慢性病者;已出现脑卒中等严重并发症者;合并精神疾病或无法正常交流者。

进行评分,分别为:1分-5分分别为从不-总是,程度递增,总得分33-165分,得分越高则代表患者的自我管理行为依从性越好。该量表的Cronbach's α 系数为0.91,在国内具有较好的适用性。

1.4 患者随访血压检测

所有患者在干预三个月后,提醒患者入院进行随访,测量患者血压。若不能入院接受随访者,则要求患者在家中自行检测并报告血压测量数据。

1.5 统计方法

本研究中对所有的定量数据采用均数±标准差表示,对照组以及干预组间的均数比较采用t检验;定性资料则采用

百分比描述,组间率的比较采用卡方检验。本次研究以 $P < 0.05$ 定义为差异有统计学意义。

2 研究结果

2.1 患者自我管理行为依从性比较

两组患者各维度自我管理行为得分结果见表 2。结果显

示干预组患者病情监测、用药管理、运动管理、情绪管理、饮食管理以及工作与休息管理的 6 个维度得分均显著高于对照组,差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。对照组个维度总分为 (113.11 ± 19.02) 分,显著低于干预组的 (126.60 ± 18.94) 分,差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。

表 2 患者自我管理行为各条目得分

项目	对照组	干预组	t 值	P 值
病情监测	12.11 ± 3.99	14.98 ± 4.23	2.680	0.009
用药管理	15.11 ± 6.32	17.05 ± 4.96	2.578	0.012
运动管理	9.99 ± 2.69	11.03 ± 3.59	2.555	0.013
情绪管理	24.36 ± 6.42	27.54 ± 6.25	2.711	0.009
饮食管理	33.56 ± 7.23	37.64 ± 5.99	3.364	0.001
工作与休息管理	17.98 ± 3.89	18.36 ± 4.23	0.865	0.390
总分	113.11 ± 19.02	126.60 ± 18.94	2.773	0.007

2.2 两组患者干预后血压测量结果比较

表 3 为两组患者经 3 个月的干预后,入院随访测量的血压结果。结果显示对照组患者收缩压为 (145.68 ± 10.76) mmHg,显著高于干预组的血压 (138.23 ± 8.69) mmHg,差异

有统计学意义 ($P < 0.05$)。对照组患者舒张压平均为 (89.15 ± 6.13) mmHg,显著高于干预组 (87.97 ± 6.27) mmHg,差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。

表 3 患者血压测量结果比较

项目	对照组	干预组	t 值	P 值
收缩压 (mmHg)	145.68 ± 10.76	137.23 ± 8.69	3.136	0.003
舒张压 (mmHg)	89.15 ± 6.13	87.97 ± 6.27	2.777	0.007

3 讨论

微信平台作为我国目前最为普及的社交软件,用于高血压患者的线上管理无疑是最好的手段。微信平台已被应用于各个临床科室的健康宣教当中。通过微信平台,患者可以接受视频、图片、语音以及文字等各种方式的信息,总有易被患者接受的一种方式。患者之间可以通过微信进行交流,并且还能随时与护士进行沟通,一些常见问题都能够及时的得到解决,且极为方便^[4]。护士同样也可以通过微信群对患者的监督,提醒患者按时服药、定期监测,帮助提高患者的自我管理行为。患者之间通过微信进行交流,在管理疾病的同时也增加了患者的乐趣。朱清艳等研究同时也发现借助于微信平台的健康管理方式,突破了时间以及空间的限制,使得对患者的健康教育更加便捷^[5]。

因此,微信平台是一种方便易操作,且有效的提高高血压患者自我管理行为的平台。

参考文献

- [1]薛娇.微信平台远程管理模式对社区老年高血压病患者自我管理行为的干预效果研究[J].中国卫生产业,2020,17(11):46-48+51.
- [2]《中国高血压防治指南》修订委员会.中国高血压防治指南2018年修订版[J].心脑血管病防治,2019,019(001):1-44.
- [3]张可,张庆华,梁冰,等.乌鲁木齐市社区高血压患者自我管理行为现状及影响因素分析[J].中华现代护理杂志,2019,25(23):2941-2946.
- [4]杨秋碧,张桂玉,黄娇女.基于微信平台的健康宣教对社区老年原发性高血压患者自我管理能力及遵医行为的影响[J].现代医院,2021,21(03):453-455.
- [5]朱清艳,吕鹏,王睿,等.微信互动管理平台社区高血压自我管理模式的建立与评价[J].上海医药,2021,42(02):47-50.