

# 健康教育在高血压护理中应用的分析与研究

吴楠

华中阜外医院高血压科, 河南 中牟 451400

**摘要:** 目的 研究健康教育在高血压护理中应用。方法 选取本院 64 例高血压患者开展研究, 标本纳入时间为 2019 年 01 月-2020 年 01 月, 随机分为参照组和观察组, 各 32 例。分别实行常规护理和健康教育, 对比护理成效。结果 观察组的血压水平优于参照组, 且和参照组相比, 观察组护理满意度相对较高, 差异均具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。结论 在对高血压患者所进行护理中, 将健康教育能够改善患者的血压水平, 提高患者对护理干预的满意度。

**关键词:** 健康教育; 高血压; 应用

**[Abstract]** Objective To study the application of health education in hypertension nursing. Methods 64 hypertension patients in our hospital were selected to carry out the study. The sample was included from January 2019 to January 2020, and randomly divided into reference group and observation group, 32 cases each. Carry out routine nursing and health education respectively, compare nursing effect. Results The blood pressure level of the observation group was better than that of the reference group, and compared with the reference group, the nursing satisfaction of the observation group was relatively high, and the difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ). Conclusion Health education can improve blood pressure level in patients with hypertension. high patient satisfaction with nursing intervention.

**[Keywords]** Health education; hypertension; application

高血压是一种非常常见的心血管系统疾病, 并且最近几年人们饮食习惯以及生活方式所产生的改变, 患病人数越来越多。患者在临床中主要表现为血压持续升高, 如果不及时采取措施对患者进行治疗, 则很容易使患者产生冠心病、心脏病以及肾功能障碍等状况。并且因为高血压患者的病程时间相对较长, 大部分的患者都无法接受长时间治疗, 所以对其实行合理的护理干预是非常关键的<sup>[1]</sup>。本文的主要目标就是研究健康教育在高血压护理中应用的分析与研究, 现报道如下。

## 1 资料和方法

### 1.1 一般资料

选取本院 64 例高血压患者开展研究, 标本纳入时间为 2019 年 01 月-2020 年 01 月, 随机分为参照组和观察组, 各 32 例。参照组男、女患者各 20 例和 12 例, 平均年龄为( 56.11 ± 5.30 ) 岁, 观察组男、女患者各 18 例和 14 例; 平均年龄为 ( 56.25 ± 5.16 ) 岁。两组基线资料对比无统计学意义 ( $P > 0.05$ ), 具有可比性。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 参照组

本组实行常规护理。主要是对患者的各种生命体征进行密切监测, 指导其用药。

#### 1.2.2 观察组

本组实行健康教育。①健康宣教。为患者讲解和疾病有关的知识, 主要是对疾病的危险因素、特征、并发症等进行讲解, 使患者可以对自身疾病有所了解, 提高其治疗依从性, 进而使其更好地接受治疗。②用药指导。因为患者的病程时间相对较长, 所以在进行治疗的过程中很容易产生不合理用药的状况。对此, 护理人员应该为患者讲解合理用药的方式, 告知患者药物的剂量、用药时间以及相关注意事项等, 引导患者按时服药。③生活方式教育。对患者的饮食结构、不良生活习惯以及运动训练等进行健康教育, 保持充足的睡眠, 对体重进行合理控制, 纠正不良生活以及饮食习惯、控制血压水平, 进而防止对患者的病情带来不利影响。

### 1.3 观察指标

对比两组患者的血压水平状况, 并且对两组患者的护理满意度进行详细记录。

### 1.4 统计学分析

通过 SPSS21.0 软件统计分析数据, 血压水平及满意度等计量资料使用 ( $X^2 \pm s$ ) 表示, 并开展  $t$  检验; 如果统计值  $P$  值小于 0.05, 则表示差异存在统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组血压水平及满意度比较

观察组血压水平及满意度优于参照组且差异显著 ( $P < 0.05$ )。详见表 1。

表 1 两组血压水平及满意度比较 [ $n (X^2 \pm s)$ ]

组别	例数	收缩压(mmHg)	舒张压(mmHg)	满意度(分)
参照组	32	128.60±11.32	84.90±11.78	79.12±4.39
观察组	32	113.49±9.60	70.03±9.33	94.45±3.28
$t$		5.758	5.579	15.824
$P$		0.000	0.000	0.000

## 3 讨论

在人口老龄化以及人们生活水平不断提高的背景下, 高血压的发病率越来越高, 并且最近几年其逐渐朝着年轻化的趋势发展。对于高血压患者来说, 因为其缺少对疾病的认识和了解, 所以发病率较高并且治疗效果不够显著。在对患者进行治疗的过程中, 应该强化对其所实行的护理服务, 这样一来不但能够提高患者对自身疾病的认识和了解, 还可以进一步降低发病率。

实行健康教育的主要目标就是对疾病进行一定的预防, 提高生活质量, 保障身体健康, 并且良好的健康宣教能够对人们的不良生活行为以及习惯进行改善。因此, 在对患者实行健康教育的过程中, 应该强化患者对健康教育的重视, 进而提高护理效果<sup>[2]</sup>。本次研究结果显示, 观察组的血压水平优于参照组, 且和参照组相比, 观察组护理满意度相对较高, 差异均具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。这表明在对高血压患者所进行护理中, 将康教育能够改善患者的血压水平, 提高患者对护理干预的满意度。

综上所述, 在对高血压患者所进行的护理中实行健康教育, 其效果非常显著, 可以优化患者的血压水平。

### 参考文献

[1] 纪德珍. 社区健康教育在高血压护理中的应用效果分析[J]. 中国校医, 2019, 33(3): 503-504.  
 [2] 李昌会, 叶敏. 健康教育在高血压护理中的应用效果观察[J]. 健康之路, 2018, 23(4): 120-121.  
 [3] 赵淑琴. 程序化健康教育在高血压护理工作中的应用[J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 45(85): 204-205.  
 [4] 陈蕊. 观察在老年高血压患者护理中应用健康教育的效果[J]. 中西医结合心血管病, 2019, 45(25): 303-304.  
 [5] 葛俊. 中老年高血压护理中程序化健康教育的运用体会[J]. 家庭医药. 就医选药, 2018, 12(11): 112-113.