

定期随访护理在健康体检高血压患者中的应用及对舒张压、收缩压水平的影响

赵 婧

北部战区总医院和平院区 辽宁 沈阳 110000

【摘要】目的：探究定期随访护理应用于健康体检高血压患者中的效果，并分析其对舒张压、收缩压水平的积极影响。方法：健康体检高血压患者筛选于2024年2月—2025年2月期间，以符合研究要求的82例患者在数字表随机下设定为两组，即：对照组（41例，施以常规护理）、研究组（41例，施以定期随访护理），对比效果。结果：护理前血压水平、健康知识掌握度、自护能力、生活质量等指标分析无数据差异 $P>0.05$ ；护理后数据均有改善，且研究组的各项值相较参照组均有更佳水平 $P<0.05$ 。总满意度的计算以研究组97.56%显著高于参照组85.37% $P<0.05$ 。结论：定期随访护理的应用可积极改善健康体检高血压患者的舒张压及收缩压水平，并提高其健康知识掌握度以及自护能力，从而促进整体预后质量提升。

【关键词】：定期随访护理；健康体检；高血压；舒张压；收缩压；自护能力

DOI:10.12417/2705-098X.26.16.096

高血压作为全球最常见的慢性病之一，其防控已成为公共卫生领域的重要课题^[1]。健康体检作为早期筛查的主要途径，检出率逐年上升但后续管理存在明显缺口，因此还需辅以有效的后续干预指导，以保证患者血压状况的积极改善^[2]。基于此，研究分析以82例健康体检高血压患者，来探讨定期随访护理模式在此人群中的血压控制效果，为完善健康管理闭环提供循证依据。

1 资料与方法

1.1 一般资料

健康体检高血压患者筛选于2024年2月—2025年2月期间，以符合研究要求的82例患者在数字表随机下设定为两组，即：对照组、研究组，各41例。组别详情：对照组中，男性选录21例，女性选录20例；年龄区间在40-75岁，均值（57.59±2.16）岁；体质量记录在18.74—28.36kg/m²，均值（23.55±1.52）kg/m²；文化程度中，计有专科以上学历8例，计有高中学历16例，计有初中及以下学历17例。研究组中，男性选录22例，女性选录19例；年龄区间在41-74岁，均值（57.47±2.22）岁；体质量记录在18.55—28.43kg/m²，均值（23.49±1.37）kg/m²；文化程度中，计有专科以上学历10例，计有高中学历18例，计有初中及以下学历13例。组间各项自然信息对比无差异性 $P>0.05$ ，存在可比性。

纳入标准：①经专业检查首次确诊的原发性高血压；②签署知情同意书且具备完全民事行为能力；③年龄限定为80周岁以内群体。

排除标准：①存在恶性肿瘤或心肝肾等靶器官严重病变者；②有相关遗传疾病史或药物过敏体质者；③认知功能异常或精神疾病者。

1.2 方法

对照组施以常规护理，即：展开常规的健康知识宣教，并讲解血压控制的重要性以及日常注意事项，同时叮嘱患者遵医嘱用药，定期进行检查。

研究组施以定期随访护理，即：（1）建立动态监测机制。通过门诊复诊、远程问诊及家庭自测相结合的方式，形成血压监测网络，医护人员需指导患者正确使用电子血压计，建立个人血压档案，尤其关注晨峰血压和夜间血压波动。（2）开展阶梯式健康教育。依据患者的文化程度和理解能力，分层级进行疾病知识普及。内容包括高血压发病机理、靶器官损害预防、药物依从性重要性等，运用情景模拟、视频演示等多元教学方式。（3）个性化用药督导。基于患者具体病情和药物代谢特点，制定差异化给药方案，可借助用药记录卡、智能药盒等技术手段，重点解决老年患者漏服、错服问题，定期评估药物不良反应。（4）生活方式干预。依据患者状况来定制低钠高钾膳食方案，并设计适宜的有氧运动计划，同步开展戒烟限酒专项辅导。（5）心理支持。运用标准化量表来筛查患者的心理状况，对存在明显焦虑、抑郁症状患者开展认知行为治疗，同时组建病友互助小组，通过成功案例分享缓解疾病恐惧，增强治疗信心。（6）建立多学科协作机制。由心血管医师牵头，联合营养科、康复科、心理科组建多学科协作团队。每季度进行综合评估，结合血压控制情况动态调整干预策略，对难治性高血压及时启动转诊流程。

1.3 观察指标

血压水平：护理操作前后分别展开选取患者的血压水平测定，具体包括指标：舒张压、收缩压。

健康知识掌握度、自护能力：护理前后分别展开患者的健康知识掌握度以及自护能力系统评估，前者以自制高血压健康

知识调查问卷进行,涉及诊断标准、高危因素、治疗方法、注意事项等,总分为0-100分,分值越高,提示健康知识掌握度越佳;后者以高血压患者自我管理行为测评量表进行,维度涉及饮食、用药、情绪、运动、病情监测、工作与休息管理等维度,总分33—165分,分值越高,表明自护能力水平有更高表现。

生活质量:护理前后以SF-36量表系统分析选取患者的日常生活质量水平,维度涉及生理、心理等方面,总分0-100分,分值越高,生活水平越高。

满意度:以自拟问卷系统评估临床护理满意度状况,在0-10分体系下设定指标为:不满意、尚满意、满意,值分别为0-4分、5-7分、8-10分,总满意度=(满意数+尚满意数)/n*100%。

1.4 统计学分析

数据用spss25.0处理,计数资料:n(%)代表, χ^2 检验,计量资料:($\bar{x} \pm s$)代表,t检验。于统计学维度描述有差异:P<0.05。

2 结果

2.1 血压水平

护理前组间数据无差异P>0.05;护理后,指标均有改善,且研究组值更低P<0.05,见表1。

表1 血压水平对比(n=41, $\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	研究组	对照组	t	P
收缩压	护理前	149.36±6.98	149.27±6.57	0.060
	护理后	134.29±6.28	141.25±6.32	5.002
舒张压	护理前	95.15±3.86	95.39±3.69	0.288
	护理后	81.74±3.26	90.46±3.31	12.018

2.2 健康知识掌握度、自护能力

护理前组间数据无差异P>0.05;护理后,数据均有改善,且研究组值更高P<0.05,见表2。

表2 健康知识掌握度、自护能力对比(n=41, $\bar{x} \pm s$, 分)

组别	研究组	对照组	t	P
健康知识掌握度	护理前	60.34±4.25	60.28±4.36	0.063
	护理后	89.13±5.49	75.24±5.38	11.571
自护能力	护理前	60.82±3.66	60.76±3.57	0.075
	护理后	114.66±5.21	88.86±5.38	22.058

2.3 生活质量

护理前组间数据无差异P>0.05;护理后,数据均有提升,

且研究组值更高P<0.05,见表3。

表3 生活质量对比(n=41, $\bar{x} \pm s$, 分)

组别	研究组	对照组	t	P
护理前	60.38±3.44	60.45±3.51	0.091	0.928
护理后	76.84±3.56	86.99±3.74	12.587	0.000
t	21.290	33.132	--	--
P	0.000	0.000	--	--

2.4 满意度

研究组满意度更高P<0.05,见表4。

表4 满意度对比[n(%)]

组别	研究组	对照组	X ²	P
n	41	41	--	--
不满意	1	6	--	--
尚满意	19	16	--	--
满意	21	19	--	--
总满意度	(40)97.56%	(35)85.37%	3.905	0.048

3 讨论

高血压的发生涉及多重因素,包括遗传易感性、血管内皮功能障碍、肾素-血管紧张素系统活性异常以及交感神经系统过度兴奋等^[3]。长期血压升高可导致靶器官损害,典型表现为头痛、眩晕、耳鸣等症状,但有相当比例的患者在早期并无明显自觉症状,这正是通过体检筛查发现高血压的重要意义所在^[4]。若血压控制不佳,可引发心脑血管事件、肾脏功能损害及视网膜病变等一系列严重并发症,严重影响患者生活质量并增加社会经济负担。

常规体检护理仅停留在疾病筛查层面,缺乏后续系统性的健康管理措施,对于体检发现的高血压患者而言,单纯的体检报告解读远不能满足其长期健康管理需求,且此种碎片化的护理服务容易导致患者依从性下降,血压控制效果波动明显^[5]。而系统护理干预能够填补这一空白,通过建立持续的健康监护体系,帮助患者正确认知疾病风险,培养科学的自我管理能力的^[6]。其中随访护理作为系统化、结构化的延续性护理模式,其核心在于建立医患间稳定的沟通渠道和长期的健康伙伴关系。在健康体检的高血压患者中运用可通过多种实施途径,如定期的电话回访、门诊复诊安排、居家血压监测指导以及线上健康咨询等,形成全方位的健康管理网络^[7]。研究显示:血压水平、健康知识掌握度、自护能力、生活质量、满意度等指标均以研究组的数据水平更佳P<0.0,说明实施定期的随访护理后,健

康体检高血压患者的舒张压和收缩压水平均可获得显著改善,这种改善不仅体现在数值下降方面,更表现为血压波动的稳定性增强。其作用机制包括:持续的用药监督提高治疗规范性、定期的健康教育强化患者自我管理意识、及时的问题解答消除

治疗误区。

总之,在健康体检高血压患者中应用定期随访护理效果显著,尤其对舒张压、收缩压水平具有积极影响,可为其提供连续、动态的健康监护。

参考文献:

- [1] 尹祥芳,鲁慧,潘传凤,等.以微信为平台的健康追踪护理在体检高血压患者中的应用效果分析[J].中国社区医师,2025,41(2):135-137.
- [2] 朱志英.护理干预及定期随访对健康体检人群中高血压患者血压控制效果的影响研究[J].科技与健康,2024,3(10):73-76.
- [3] 袁娟娟,苏祁红.定期随访护理对健康体检高血压患者血压控制效果的影响[J].中国医药科学,2021,11(10):114-117.
- [4] 刘桂芳,王莉莉.综合护理干预在健康体检高血压患者中的应用价值[J].中外医药研究,2022,1(16):97-99.
- [5] 韦翠玉.定期随访护理用于健康体检高血压患者中的干预效果[J].医药卫生,2025,000(1):149-152.
- [6] 黄雯虹.定期随访护理在健康体检高血压患者中的应用[J].中国医药指南,2023,21(35):139-141.
- [7] 何娴,杨丽娴.建立健康行为的随访护理在高血压患者中的应用[J].西藏医药,2025,46(6):127-129.