

# 乡镇卫生院高血压的预防及康复治疗措施应用研究

温国良

汀祖镇中心卫生院 湖北 鄂州 436000

**【摘要】**目的：探究乡镇卫生院高血压的预防及康复治疗措施的应用效果。方法：在本院2023年3月~2024年3月收治的高血压患者选取64例，将患者分为研究组（n=32）和对照组（n=32）。对照组行常规药物治疗，研究组在此基础上，辅以预防及康复治疗措施，对比治疗效果。结果：研究组患者的治疗总有效率（93.75%）明显优于对照组（75.00%），高血压患者的身体状况得到有效改善， $P<0.05$ 。经过治疗后研究组患者自我管理各项指标均明显优于对照组，对比差异明显， $P<0.05$ 。两组患者在疾病控制、治疗工作中的体验存在较大差异，研究组患者的治疗满意度（90.62%）远高于对照组（71.88%）， $P<0.05$ ，差异具有统计学意义。结论：在对高血压患者实施治疗的过程中，通过在药物治疗基础上应用预防及康复治疗措施的形式能够进一步做好对治疗效果的保障，确保患者的身体状况能够得到有效调整，持续推动患者身体素质的有效提高。

**【关键词】**：乡镇卫生院；高血压；疾病预防；康复治疗

DOI:10.12417/2811-051X.25.09.071

## 前言

高血压患者的身体状况相对较差，我国乡镇地区中老年人数量和占比较高，导致当地高血压疾病发病率长期处于较高的水平。为更好对高血压患者身体状况的有效调整，有必要采取具有较强针对性的预防及康复治疗措施为高血压患者身体状况的有效改善提供有力支持。本文就乡镇卫生院高血压的预防及康复治疗措施应用效果进行研究，具体内容报告如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 资料

在本院收治的高血压患者选取64例，将患者分为研究组和对照组。研究组男19例，女13例，平均（61.32±1.77）岁；对照组男14例，女18例，平均（62.62±2.01）岁，所有患者年龄均在45-78岁区间内，患者均无重大历史疾病，基本资料对比无明显差异， $P>0.05$ 。在研究开始前，安排专人针对高血压常规药物治疗方法及预防、康复治疗措施进行详细讲解，确保患者对研究内容有充分认识且给出肯定答复后，再将患者纳入研究中。

纳入标准：（1）符合高血压疾病诊断标准。（2）病程1~5年。（3）患者资料完整。（4）具有正常沟通交流能力排除标准：（1）主动拒绝参与研究。（2）患者部分资料不全。（3）患者对高血压治疗方案存在显著抵触情绪。

### 1.2 方法

为保证研究结果具有较强的参考价值，需要保证两组患者使用的药物均为同一企业生产的同类药物，保证变量的唯一性，以免其他因素影响到最终的研究结果<sup>[1]</sup>。对照组行常规药物治疗，选用卡托普利药物，12.5mg/次，2次/d。在用药过程中，医护人员需要做好对患者用药后具体表现的全面监督检查，重点针对患者的血压变化情况进行测量，严格按照医嘱要求来实施治疗护理措施<sup>[2]</sup>。研究组在常规药物治疗基础上，应

用预防及康复治疗措施。在用药方面与对照组保持一致，确保药物在实际治疗过程中能够发挥出其应有的治疗效果。尤其需要注意需要关注患者在疾病治疗过程中的典型症状变化，通过做好高血压预防与康复治疗，加强对患者疾病治疗过程的治疗护理管理，分别从生活习惯、血压监测、饮食习惯、运动恢复、健康知识宣教等方面提供相应的支持<sup>[3]</sup>。

（1）生活习惯。戒烟戒酒，保证充足的睡眠，帮助患者将身体调整到最佳状态，如果患者体重过大应及时采取有效的控制措施，通过适当增加运动量和控制饮食等手段，保证体重问题给患者身体造成的压力能够得到有效改善。以养成良好生活习惯，在日常生活中做好自我管理的形式，可以有效促进高血压患者身体状况的进一步改善，确保高血压患者能够具有较强的身体抵抗力，借此做好对患者身体健康状况的保障。

（2）血压监测。在药物治疗和良好的治疗护理管理措施支持下，患者血压波动情况能够得到一定的控制，适时的血压监测能够有效明确患者当前的身体状况。同时，科学有效的血压检测，也能拥有保证可以在第一时间发现患者身体存在的异常情况，在发现问题的第一时间做好处理，以免患者的血压出现波动较大的问题。为始终保证血压监测的及时性，并针对患者血压的具体变化做好分析，患者、患者家属都需要掌握一定的血压监测、读数能力，帮助高血压患者克服日常生活中可能遇到的困境。

（3）饮食习惯。强调饮食方案安排的科学性、合理性，科学配置蛋白质、维生素、膳食纤维等重要营养元素，保证患者营养摄入全面，改善患者身体素质，尤其注意需要控制钠盐、脂肪及其他刺激性食物摄入<sup>[4]</sup>。良好、稳定的营养补充是高血压患者长期保持健康身体状况的重要基础，为保证患者能够从日常的饮食中获取到充足的营养成分，以免影响到患者身体状况，必须重视饮食方案中不同食材的合理搭配，一方面需要保证饮食方案中的食材搭配不会出现明显冲突，另一方面饮食

方案必须具有较强的可控性，以免因为摄入过量的食物或摄入存在搭配冲突的食物导致患者的身体状态出现问题，影响到高血压疾病的控制效果。

(4) 运动恢复。在患者身体机能得到有效恢复后，需要通过适量运动的形式促进患者身体恢复，提升患者身体机能，有效降低高血压给患者身体带来的负面影响。高血压疾病患者主要为中老年人，在运动方面进入老年后依旧有较强运动能力和身体素质的人相对较少。基于对情况的思考，可以通过调整运动方式，采用散步、跳广场舞等较为常见的运动方式，让患者能够参与到集体活动中。相对合理的运动强度、运动量对患者身体状态的改善有极为关键的作用，可以在一定程度上帮助患者做好对高血压疾病的控制。

(5) 健康知识宣教。做好对患者及家属的健康知识宣教，向患者及家属明确高血压的常见症状以及可能造成的影响，指导患者及患者家属正确测量患者血压<sup>[5]</sup>。患者和患者家属需要对高血压疾病有更加充分的认识，才能在日常生活中做好对疾病的有效控制，患者家属也能够更加准确地理解患者的诉求，以免因为对患者行为、生活习惯的不理解，影响到患者的身体恢复和病情控制效果。在健康知识宣教方面，可以将该项工作融入与患者、患者家属的日常沟通交流中，并通过发放宣传手册的形式，保证患者、患者家属在居家控制疾病时依旧能够借助宣传手册中提供的方法和知识，做好对患者的有效保护<sup>[6]</sup>。

### 1.3 观察指标

(1) 患者高血压疾病治疗效果：包括显效、有效、无效三项指标。通过分析患者的血压监测结果、了解患者的身体感受完成对患者高血压疾病治疗效果的评估。

(2) 患者自我管理能力：包括自我血压监测、日常活动、饮食管理、医疗服务四项内容。通过 ESCA 完成对高血压患者自我管理能力的评估，并做好对评估结果的记录和对比。

(3) 患者治疗满意度：包括非常满意、满意、不满意三项指标。通过医院自制的治疗满意度调查问卷，了解高血压患者对治疗过程具体体验的评价，并完成对调查问卷的收集整理。

### 1.4 统计学方法

SPSS22.0 软件处理，t、X<sup>2</sup> 值检验，P<0.05 差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比治疗效果

根据表 1 可知，两组患者的治疗效果差异显著，研究组患者的治疗总有效率（93.75%）明显优于对照组（75.00%），高血压患者的身体状况得到了有效改善，P<0.05。

表 1 患者治疗效果对比表[n(%)]

分组	n	显效	有效	无效	总有效率
试验组	32	24	5	2	29 (93.75)
对照组	32	16	8	8	24 (75.00)
t	--	--	--	--	8.4643
P	--	--	--	--	<0.05

### 2.2 对比自我管理能力的

根据表 2 可知，经过治疗后研究组患者自我管理能力的各项指标均明显优于对照组，对比差异明显，P<0.05。

表 2 患者自我管理能力的对比表[ (  $\bar{x} \pm s$  ) ，分]

分组	n	自我血压检测	日常活动	饮食管理	医疗服务
试验组	32	21.4±1.6	20.7±1.5	22.4±1.2	23.3±1.5
对照组	32	10.4±3.6	12.8±3.2	9.6±2.4	10.9±3.4
t	--	14.8241	13.6287	22.4875	15.4421
P	--	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

### 2.3 对比治疗满意度的

根据表 3 可知，两组患者在疾病控制、治疗工作中的体验存在较大差异，研究组患者的治疗满意度（90.62%）远高于对照组（71.88%），P<0.05。

表 3 患者治疗满意度对比表[n(%)]

分组	n	非常满意	满意	不满意	总有效率
试验组	32	25 (78.12)	4 (12.50)	3 (9.38)	29 (90.62)
对照组	32	12 (37.50)	11 (34.38)	9 (28.19)	23 (71.88)
t	--	--	--	--	8.4643
P	--	--	--	--	<0.05

## 3 讨论

高血压患者在疾病控制方面不仅需要重视药物治疗，而且需要通过预防及康复治疗措施等与生活相关的重要疾病防治手段改善身体状况，高度重视高血压患者对疾病发病情况、病情发展影响等方面内容的认识，从而让患者在疾病控制过程中能够主动做好配合。乡镇卫生院在对高血压患者实施治疗的过程中，需要充分考虑到卫生院的基础治疗、护理条件，合理兼顾患者身体状况和日常生活需求，借此有效提升高血压预防及康复措施的实效性，帮助患者实现有效的健康管理，促进患者身体状况的进一步改善，让患者能够以良好的身体状况重新回到正常生活中。

研究组患者的治疗总有效率(93.75%)明显优于对照组(75.00%)。由于研究组采用的治疗方案具有较强的综合性,在药物治疗的基础上添加了预防、康复治疗措施,能够更加全面的做好对患者疾病的有效控制,促进患者身体健康状况的恢复,从而有效提升了高血压的治疗总有效率<sup>[7]</sup>。通过更加系统化的预防和康复治疗计划,可以顺利实现对疾病反复情况的控制,维护好患者的相对稳定的身体健康状况。经过治疗后,研究组患者自我管理能力强于对照组。通过预防、康复治疗等方面措施,患者对高血压疾病及相关治疗、控制方案有更加全面的了解,可以在疾病治疗、控制过程中始终保持良好的心态,以更加积极的情绪接受治疗,患者在整个过程中的主动性能够得到更好的保障。在该情况下,患者能够形成更加健康的生活习惯,树立正确的疾病控制意识,避免患者因为思想观念方面

的问题,出现不愿意主动配合疾病治疗、控制措施的情况,从而在疾病最佳治疗时期实现对疾病的有效控制<sup>[8]</sup>。研究组患者的治疗满意度(90.62%)远高于对照组(71.88%)。研究组的高血压治疗控制方案不仅考虑到疾病治疗、控制需要使用的药物,而且高度重视患者在该阶段可能出现的身心异常,保证患者在各个方面的合理诉求都能得到有效满足,加上目前我国高血压疾病药物治疗方案较为成熟,在成熟药物治疗方案的支持下,通过密切关注患者合理诉求,能够更加顺利地做好对患者高血压疾病治疗、控制效果的保障。

综上所述,在对高血压患者实施治疗方案的过程中,通过在药物治疗的基础上采用预防及康复治疗措施的形式,能够进一步改善高血压治疗效果,借此实现对高血压患者身体健康状况的保障,有效降低高血压疾病对患者身体造成的负担。

### 参考文献:

- [1] 许吉璐,孙显东.高血压的运动康复治疗进展[J].河北医药,2024,46(06):907-913.
- [2] 王万振,王延超.临床康复治疗高血压脑卒中的效果研究[J].中国城乡企业卫生,2024,39(02):139-141.
- [3] 管文超.预防保健与康复护理对老年高血压患者的作用[J].名医,2023,(14):84-86.
- [4] 曹婷婷,颜慰安.早期综合康复治疗对高血压性脑梗死或脑出血偏瘫患者日常生活能力的影响[J].中西医结合心血管病电子杂志,2023,11(04):58-61.
- [5] 许春红,王玉峰,左晶晶,等.运动康复治疗对中青年高血压患者血压及心肺功能的影响[J].吉林医学,2022,43(10):2814-2818.
- [6] 徐艳.预防保健联合康复护理在老年高血压患者中的应用效果分析[J].医药前沿,2021,11(30):161-162.
- [7] 闫珂慧.老年高血压患者的预防保健及康复护理分析[J].中国卫生标准管理,2020,11(09):144-146.
- [8] 徐东晓,王润,童素梅,等.1例原发性高血压患者心脏康复和二级预防的护理管理[J].中西医结合护理(中英文),2020,6(05):239-244.