

- 族医学院学报,2012,34(6):805-806.
- [2] 张启新. 糖尿病健康教育研究进展(综述)[J]. 继续医学教育,2012,26(3):59.
- [3] 韦华,李天资,梁焯,等. 布洛陀壮族与汉族2型糖尿病及代谢综合症患病分析[J]. 中国公共卫生,2011,27(9):1183-1184.
- [4] 叶任高,陆再英. 内科学[M]. 6版. 北京:人民卫生出版社,2004:797.
- [5] 鞠昌萍,孙子林,金晖,等. 糖尿病自我管理培训指导网络的构建及初期运用效果评价[J]. 中国糖尿病杂志,2007,15(10):615-616.
- [6] 陈伯铃,叶红,唐华,等. 健康教育及健康促进立法的必要性与路径选择研究[J]. 健康教育与健康促进,2010,5(3):230-232.
- [7] 周玉梅. 谈谈对社区糖尿病病人的健康教育[J]. 中国中医药咨讯,2011,3(8):420-422.
- [8] 蒋红玉. 老年糖尿病患者的社区护理体会[J]. 右江民族医学院学报,2010,32(3):447-448.
- [9] 何筱莹,李梅忠,阮佩珊,等. 互动模式健康教育在改善糖尿病患者遵医行为中的应用研究[J]. 中国全科医学,2010,13(13):1450-1452.

收稿日期:2014-04-16;修回日期:2014-05-07

## 社区老年高血压患者服药遵从行为及干预

田玻瑜

(广西百色市右江区百城社区卫生服务中心,广西 百色 533000 E-mail:mml173@sina.com)

关键词:高血压;社区卫生服务;自我遵嘱服药

中图分类号:R544.1

文献标识码:A

文章编号:1001-5817(2014)03-0473-02

doi:10.3969/j.issn.1001-5817.2014.03.086

随着我国社区卫生服务的建立和开展,高血压作为威胁人类健康的主要杀手,在经过医院的系统治疗,出院后的健康教育和治疗都是在社区服务中心中完成的<sup>[1]</sup>。高血压患者需要遵医按时、足量、长期服药才能使血压得到有效地控制,据调查我国现有高血压病患者约为2亿,由于大部分服药依从性较差,仅6.1%患者血压得到良好控制<sup>[2]</sup>。本研究通过调查了解本社区100例老年高血压患者的服药遵从行为,并采取系列措施进行干预,取得良好效果,现报告如下。

### 1 对象与方法

1.1 对象 2013年6月~2013年12月本社区老年高血压患者100例,其中男52例,女48例;年龄60~85岁,平均(67.9±5.2)岁;病程2~21年,平均(7.0±4.5)年;文化程度:初中及以下64例,初中以上36例;所有患者均符合《中国高血压防治指南》的高血压诊断标准<sup>[3]</sup>。入组标准:意识清晰、能进行言语沟通、生活能基本自理、居住在本社区≥6个月、服药时间≥1年、知情自愿参与的年龄≥60岁、无心肝肾等其它严重并发症的老年患者。排除标准:有精神、认知、言语等障碍及合并其它严重疾病,继发性高血压,参加本干预之前已接受类似的研究,非自愿参与本研究者。

### 1.2 干预方法

1.2.1 调查工具 由医生和护士共同组成社区干预小组,对入选的患者建档立案后,采用胡文郁等<sup>[4]</sup>发展而来的服药遵从行为量表对患者进行服药剂量、种类和次数的遵医行为测评。该量表包含“常忘记服药”、“因为某些原因更改服药时间”、“因为某些原因自行停止服药”、“因为某些原因自行减少服药次数”、“因为某些原因自行减少服药剂量”、“因为某些原因自行服用非医院购买的药物”、“服用中药或采用其他民俗疗法来治疗高血压或并发症”、“您会服用同一位医生(或同一所医院或诊所)指定的药物”、“您会按同一位医生(或同一所医院或诊所)指定时间服药”、“您会按同一医生(或同一所医院或诊所)指定剂量服药”10个条目,采用5级评分法,其中每天都这样给5分、每星期5~6d给4分、每星期3~4d给3分、每星期1~2d给2分、从来没有这样=1分,得分越高,表示服药遵从行为越好。

1.2.2 干预方式 ①访谈:根据测评结果在干预第1周对患者进行一对一深度访谈,共3次,初次访谈60min,第2、3次访

谈分别为30min。②集体教育:干预第2周在访谈后召集所有患者参加高血压知识讲座,以后每月1次,每次60min。③患者座谈会:干预1个月后举行老年高血压患者座谈会,邀请患高血压多年并能良好控制血压水平的患者现身说教,鼓励患者间进行服药经验交流和心得体会。以后每月1次,地点可选择本服务中心或社区居委会内。④个体化随访:社区医生和护士根据患者病情状况、档案资料对患者进行面对面的回诊随访或家访。⑤电话随访:每1个月进行一次电话随访。

### 1.2.3 干预内容

①心理调适:高血压是难以治愈的终身性疾病,患者受疾病的影响常表现出紧张、焦虑、抑郁、悲观厌世、偏执等负性心理。因此在随访、与患者交流过程中注意评估其心理状况,了解其负性心理产生的原因并针对该原因耐心进行开导,利用语言沟通技巧安抚其情绪,同时告知不良情绪在高血压发生、发展中的作用,指导并教会自我情绪调适和控制、放松技巧和情绪转移方法,尽量保持心情愉悦,避免不良情绪的发生。②血压监测:家庭自测血压在评估血压水平、评价降压效果、提高服药依从性等方面具有独特的优势<sup>[5]</sup>。通过口头讲解、现场示范、实际操作练习等方法培训患者及其家属正确测量血压方法和注意事项,直至患者或家属能正确掌握测量血压的方法。制定自我血压监测记录登记本,详细根据日期、时间、血压,回访或家访时检查并根据血压情况指导其调整测量间期和频率。③运动和饮食干预:根据患者的身体状况和病情特点制定足量蛋白质、低盐、低脂、低胆固醇、低热量、富含纤维素、维生素的饮食处方和时间、频率、强度、进度、形式适宜的运动处方,并督促患者认真执行。④加强社会家庭支持系统建设:在对患者进行干预的同时应重视社会和患者家属在其中所能发挥的作用,家属的提醒、支持和关心,以及社区内举办的各种保健活动和健康知识宣教都对患者服药遵从行为产生影响。

1.3 效果评价 观察比较患者干预前后服药遵从行为评分和血压水平变化。

1.4 统计学方法 采用SPSS 15.0统计软件进行数据处理,计量资料以( $\bar{x} \pm s$ )表示,两组比较采用配对 $t$ 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

### 2 结果

干预后患者服药遵从行为评分较干预前得到显著提高,收缩压和舒张压平均值均低于干预前,干预前后比较差异有统计

学意义( $P < 0.01$ ),见表1。

表1 干预前后患者服药遵从行为和血压的比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

时间	n	服药遵从行为 (分)	血压(kPa)	
			收缩压	舒张压
干预前	100	2.18±0.92	22.40±1.68	13.33±1.39
干预后	100	4.53±0.67	18.64±1.45	10.21±1.13
t		9.45	12.63	10.78
P		<0.01	<0.01	<0.01

### 3 讨论

尽管高血压患病人数日益增多,但高血压患者对坚持遵医服药仍未给予重视,由于多方面因素的影响使很多患者不及时服药、擅自更改服药剂量、漏服、停药等,引起血压稳定性控制差,从而导致高血压脑出血等并发症的发生。社区医疗服务是我国未来医疗卫生发展的趋势,高血压作为慢性终身性疾病,需要回归社区,如果没有社区医疗服务机构的监督和指导,常出现很多服药问题,因此社区医疗干预非常重要。为提高本社区内老年高血压患者的服药遵从性,我服务中心成立高血压社区干预小组,从对患者的初次访谈资料分析中发现其服药遵从性差的原因在于对高血压相关知识的缺乏、健康意识淡薄、经服药后自我感觉药效不佳而自行停药、认为身体已经老化无需服药、对于治疗呈消极心理、缺乏社会家庭的支持等方面,为此

我服务中心通过访谈、集体教育、患者座谈会、个体化随访和电话随访等方式,从患者的心理、运动、饮食等方面教育指导,积极加强患者的社会家庭支持系统建设等多方面、多角度的干预措施,增强了患者对疾病的认识,同时采取有效监督手段使患者能遵医服药。从表1可见,干预后患者服药遵从行为评分较干预前得到显著提高,收缩压和舒张压平均值均低于干预前,干预前后比较差异有统计学意义( $P < 0.01$ )。提示社区干预能提高老年患者的服药遵从行为,有利于控制患者的血压水平。

### 参考文献:

- [1] 陈汝纯. 家庭访视护理在社区高血压患者健康教育中的应用[J]. 右江民族医学院学报, 2011, 33(4): 578-579.
- [2] 黄连欣, 黄凤形, 吴红英, 等. 家庭随访对壮族高血压患者遵医行为的影响[J]. 广西医学, 2013, 35(6): 774-775.
- [3] 中国高血压防治指南修订委员会. 中国高血压防治指南2010[J]. 中华心血管杂志, 2011, 39(7): 579-615.
- [4] 胡文郁, 戴玉慈, 于博芮, 等. 老年高血压患者服药遵从行为及其影响因素之研究[J]. 慈济医学, 1999, 11(3): 227-235.
- [5] 沈月秀, 张慧峰, 陈芸, 等. 家庭自我血压监测对社区高血压患者服药依从性的影响[J]. 中国农村卫生事业管理, 2011, 31(8): 876-877.

收稿日期: 2014-03-07

## 社区健康教育对出院高血压患者遵医行为的影响

曾小丽, 李玉梅, 庄文燕, 郭盛

(广东省深圳龙岗中心医院, 广东 深圳 518116 E-mail: zengxiaolid@163.com)

**摘要:** **目的** 探讨社区健康教育对出院高血压患者遵医行为的影响。**方法** 将70例高血压患者随机分为研究组与对照组, 每组各35例, 研究组患者进行系统的健康教育, 对照组不施加任何健康教育措施。6个月后对两组患者遵医率及血压控制达标率进行比较。**结果** 研究组患者遵医率及血压达标率明显高于对照组, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。**结论** 对出院高血压病患者实施社区健康教育及跟踪随访, 有助于强化高血压患者的遵医行为和提高血压达标率。

**关键词:** 社区健康教育; 高血压; 遵医行为

**中图分类号:** R193

**文献标识码:** A

**文章编号:** 1001-5817(2014)03-0474-02

doi:10.3969/j.issn.1001-5817.2014.03.087

高血压是临床常见的慢性疾病, 是目前公认的心脑血管疾病最重要危险因素。血压控制不良可引起心脑血管各种并发症, 坚持服用药物是高血压治疗成功的关键。许多人对血压的控制效果并不理想, 出现这种现象的主要原因是具有程度不等的 not按照医嘱执行的行为<sup>[1]</sup>。高血压教育作为高血压防治的一项基本内容已被国内外指南所推荐<sup>[2]</sup>。本研究对出院后的70例高血压患者进行遵医行为跟踪调查及社区健康教育干预研究。现报告如下:

### 1 资料和方法

1.1 一般资料 我社区选择2012年2月~2013年2月间在健康中心建档的高血压患者, 选择70例作为研究对象, 其中38例为男性, 32例为女性; 年龄在25~78岁之间, 平均为(47.3±4.2)岁; 所选的患者未见有严重的高血压相关并发症, 具有自理能力, 意识清晰, 能够进行健康教育训练; 将所选的70例患者随机分为两组, 比较两组患者的性别、年龄等基本信息, 差异无统计学意义( $P > 0.05$ ), 均衡具有可比性。

1.2 方法 本研究采用自行设计的调查表, 内容包括定期运动及复查情况、饮食控制情况、服药情况、自我监测情况和运动疗法情况。通过信访的方式对所选的70例高血压患者发放问

卷, 共发放70份问卷, 全部收回, 经过审查结果均真实有效; 将所选的70例患者随机分为两组, 对照组不施加任何健康教育措施, 研究组患者进行系统的健康教育。两组患者在住院期间均接受了简单的健康教育, 对饮食、药物以及运动有了初步的认知。健康教育的具体方法为: ①建立患者随访档案。向患者发放指导手册, 其中包括具体的服药时间、方法、剂量、注意事项以及药物的不良反应, 嘱咐患者注意运动、饮食、心理、休息以及控制体重的要求; ②依据老年人容易忘记服药的特点, 为其设计3种不同的药杯, 代表早中晚口服的药物, 每天晚上将第2d需要服用的药物摆放好, 以免漏服; ③运用患者复诊的时间与患者交流, 对其遵医情况进行了解, 并根据情况实施有针对性的教育方法, 对患者的心理状态进行分析, 如对用药上存在疑问, 可与药师进行探讨; ④对于无法按时复诊的患者要进行电话跟踪随访, 对其原因进行了解, 请资历较高的医师或者主任亲自与患者沟通; ⑤从患者出院后的第1个月末开始每个月对患者进行1次上门随访, 对患者的遵医行为进行记录, 同时解决患者存在的问题, 实施有针对性帮助和指导工作。

1.3 评价指标 6个月统计两组患者定期复查、饮食控制、正确服药、自我监测、血压达标、运动疗法情况, 计算各项指标的百分率。