

我院 87 例经社区护理干预冠心病患者的效果观察

凌金香^{1,2}, 覃小旭¹, 刘春谊^{1,3}

- (1. 广西壮族自治区民族医院, 广西 南宁 530001;
2. 广西壮族自治区民族医院相思湖卫生服务中心, 广西 南宁 530001;
3. 广西壮族自治区民族医院秀湖社区卫生服务中心, 广西 南宁 530001)

摘要:目的 观察冠心病患者经医院规范化治疗后转入社区或居家治疗, 经社区护理干预, 观察患者治疗的依从性、心血管事件重复发生率及冠心病高危因素控制率等方面的效果观察, 为以后冠心病社区护理提供参考和借鉴。方法 选取经医院规范化治疗出院后转回社区的冠心病患者共 87 例为研究对象, 在社区卫生服务中心采用建档立卡, 采用专人管理定期随访、护理与宣教, 随访 2 年。对比干预前后用药依从性、心血管事件再次入院率及冠心病高危因素控制情况。结果 经过 2 年的管理, 患者在用药依从性方面有所提高, 高血压、高血脂、高血糖、超重等各项诱发冠心病高危因素得到缓解。结论 通过社区护理的管理和干预, 能显著提高冠心病患者药物治疗的依从性, 冠心病高危因素得到有效控制。

关键词:冠心病; 社区护理; 干预

中图分类号: R541.4 **文献标识码:** C **文章编号:** 1001-5817(2018)06-0624-02
doi: 10.3969/j.issn.1001-5817.2018.06.031

随着我国人民整体生活质量的提高, 平均寿命也随之得到提高, 但随之社会进入老龄化, 冠心病等心脑血管发病率也不断地提高。近年来的研究表明不发达国家冠心病死亡率呈持续上升趋势^[1], Huang 等^[2]报道通过社区护理有效干预可降低冠心病的危险因素, 可以有效减少冠心病患者心脏事件的再次发生率、从而降低病死率。本研究以 2016 年广西壮族自治区民族医院秀湖社区卫生服务中心、相思湖卫生服务中心建档立卡的经医院规范化治疗的 87 例冠心病患者, 建立居家保健服务团队, 采用专人管理定期随访、护理与宣教, 随访 2 年, 探讨本管理模式下, 患者在用药依从性、冠心病高危因素和再次发病率的情况。以期为社会服务中心护理人员提供冠心病社区管理科学依据和便于操作的管理模式, 现将结果报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 入选 2016 年以前从医院经规范化治疗的冠心病患者并转至广西壮族自治区民族医院秀湖社区、相思湖社区居家治疗的冠心病患者共 87 例。基本情况如下: 年龄 53~85 岁, 男性 78 例(89.66%), 女性 9 例(10.34%), 体重超重 39 例(44.83%), 吸烟人数 19 例(21.84%), 高血脂患者 44 例(50.57%), 高血压患者 78 例(89.66%), 糖尿病患者 28 例(32.18%), 有冠心病家族史 31 例(35.63%)。

1.2 入选标准 ①年龄介于 18~90 周岁之间; ②既往在医院诊断为冠心病住院并经规范化治疗后在我社区居家治疗的患者; ③在秀湖卫生服务中心、相思湖卫生服务中心建档立健康档案卡; ④生活基本可以自理, 无脑卒中病史、自身免疫性疾病、严重呼吸系统疾病、恶性肿瘤等。

1.3 方法

1.3.1 社区护士培训 定期对社区入户和信息管理护士进行冠心病诊治、护理知识等技能集中统一培训, 专科医生带队深入社区指导示范, 跟踪考核等。

1.3.2 患者随访管理

1.3.2.1 健康与教育管理 对管理组患者管理, 每月记录患者血压、血脂与血糖等情况, 并进行患者自行药物治疗的监督与指导。每季度开展一次健康教育讲座与交流, 使病人对冠心病的临床表现及其危害、如何预防及药物治疗等有进一步的认识。通过上门服务进行一对一宣教、日常门诊随访等形式, 定期对建立健康卡的冠心病患者进行危险因素的评估、科学合理的生活方式指导和监督, 同时也对患者家属进行宣教, 使患者的生活方式科学化及冠心病高危因素的控制得到落实。

1.3.2.2 饮食、生活习惯管理 科学的饮食和生活习惯对冠心病患者的病情控制十分重要。因此, 要管理

基金项目:广西壮族自治区卫生和计划生育委员会自筹经费科研课题(Z20170298)

第一作者简介:凌金香(1971-), 女, 主管护师, 研究方向: 心内科护理、社区卫生服务的护理模式与预后, E-mail: 343738623@qq.com

患者的膳食和生活习惯。科学的饮食习惯应为:①摄入低脂肪、低胆固醇食物,能增加血管弹性、防止冠心病病情的恶化和再次发病;②低钠盐饮食,我国特别是北方的人群的钠盐摄入量均明显高于世界卫生组织推荐的每日应少于6g的标准,钠摄入过多容易引发高血压进而引起冠心病;③清淡的饮食增加蔬菜等粗纤维的摄入比例,戒烟限酒,禁忌暴饮暴食,控制体重,控制总热量的摄入,保证睡眠^[3]。合理安排饮食保持良好的生活习惯,对冠心病患者病情平稳、保持身体的健康意义重大。

1.3.2.3 运动干预指导管理 合理的运动是提高冠心病病人身体机能的有效途径,但冠心病病人要避免竞争性较强的文娱活动,要注意运动的时间、节奏和运动的强度,注意保持平和和心情状态。运动的方式主要是以有氧运动为主,注意运动的环境,保持运动场所空气新鲜,适当的运动有利于提高心肌的修复,促进侧支血管循环形成^[4]。运动过程中出现身体的异常变化,如意识、头部感官、心律、视力等情况的变化,应立即停止运动,情况严重者及时就医。

1.3.2.4 心理护理管理 冠心病患者多数因病程较长有焦虑、抑郁的情况。心理疏导有利于降低患者心理压力,我们主要的干预方式:①倾听患者诉说,了解患者的心理、家庭生活状况,缓解病人的心理压力,使患者保持积极乐观的生活态度;②与患者家属交流,了解其对病人病情的知晓情况,提供居家患者护理知识和护理要点及患者的心理疏导,有利于和睦的家庭关系,给患者一个更加舒适的居家保健环境^[5]。

1.3.3 随访时间 本观察组所有患者均于2016年1月起开始随访,至2017年12月结束,当随访期满、复发或发生死亡事件即终止。随访方式主要通过上门随访或门诊随访。对照主要是收集所有入组病人在建立健康档案前一年没有经过社区指导与监护的各项对比指标情况。

1.3.4 统计学方法 数据用SPSS 16.0软件处理,计数资料采用频数(n)和率(%)表示,采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

经社区家庭护士入户护理干预与社区健康教育对入组的87例冠心病患者,其用药依从性得到显著提高($P < 0.001$);心血管事件导致再次住院率下降,但是差异无统计学意义($P > 0.05$);冠心病高危因素得到很好的控制,主要表现在血压控制在合理范围、血脂控制在合理范围(11.97~18.62 kPa)等方面与管理前相比,人数明显提高,吸烟人数明显减少,差异有统计学意义($P < 0.05$),但是体重超重人数降低不明显,血糖控制在合理范围(空腹血糖 ≤ 6.1 mmol/L,餐后2h血糖 ≤ 7.8 mmol/L)人数增加不明显。见表1。

表1 管理前后观察项目的比较 ($n, \%$)

观察项目	管理前 ($n=87$)	管理后 ($n=87$)	χ^2	P
用药治疗依从性	36(41.38)	81(93.10)	52.834	<0.001
心血管事件再次入院	3(3.45)	1(1.15)	0.256	0.613
冠心病高危因素控制				
血压控制在合理范围	67(77.01)	79(90.81)	6.129	0.013
血脂控制在合理范围	63(72.41)	81(93.10)	13.050	<0.001
体重超重人数	39(44.83)	35(40.23)	0.376	0.540
吸烟人数	19(21.84)	8(9.20)	5.305	0.021
血糖控制在合理范围	85(97.70)	86(98.85)	0.000	1.000

3 小结

冠心病是一临床常见的慢性疾病,具有发病率高的特点,由于该病的致病高危因素多常见,病人家属容易忽略,导致该病有致死率高、发病迅速等特点。治疗依从性对病人高危因素的控制、预防诱发因子、延长患者生命起着至关重要的作用^[6]。医院、社区、居家共同的管理模式,能更好地利用医院、社区及家庭的特点和优势,对有限的医疗资源进行合理利用同时能缓解患者负担,能增加医院与社区及患者三方之间的联系和交流,以提高冠心病的诊断率、治疗率和控制率,使冠心病的致死率得到有效的降低。

通过对在社区卫生服务中心建档立卡,定期派出医疗护理人员对患者进行身体检查,督促患者及其家属保持正确的治疗依从性程序和健康的心理生活方式。通过社区护理的管理和干预,能显著提高冠心病患者药物治疗的依从性,冠心病高危因素得到有效控制。医院、社区和居家保健治疗共同管理疾病,发挥各自的优势和特点,是我国在当下越来越严重的老年化社会慢性病管理的趋势。

参考文献:

- [1] Zhao D, Liu J, Wang M, et al. Epidemiology of cardiovascular disease in China: current features and implications [J]. Nat Rev Cardiol, [2018-11-22]. doi:10.1038/s41569-018-0119-4.
- [2] Huang YJ, Parry M, Zeng Y, et al. Examination of a Nurse-led Community-based Education and Coaching Intervention for Coronary Heart Disease High-risk Individuals in China [J]. Asian Nurs Res, 2017, 11(3):187-193.
- [3] 郑连雪, 秦元梅, 刘姝, 等. 综合护理干预对冠心病心衰患者生活质量及心理状态的影响 [J]. 中国老年保健医学, 2018, 16(5):133-135.
- [4] 郝艳龙, 张雅玲, 郝文亨. 黎族老年冠心病运动处方的应用研究 [J]. 科学中国人, 2014(8):29-30.
- [5] 张晋. 试析冠心病患者焦虑和抑郁状况调查及心理护理 [J]. 中国实用医药, 2014, 9(23):234.
- [6] 曹艳梅. 分析心理护理与健康教育对冠心病心绞痛患者的临床治疗效果影响 [J]. 中国医药指南, 2018, 16(28):231.

收稿日期:2018-10-19;修回日期:2018-11-30