

17(1):82-84

[12]赵鹏,徐九峰,赵凤龙.三维人体解剖软件在骨科教学中的应用[J].继续医学教育,2017;31(10):33-34

[13]何小艳,张蔚,刘静,等.探讨三维解剖软件在妇产科CPPT教学中的应用[J].中国继续医学教育,2016;8(32):25-27

## 动态血压监测在健康体检中筛查高血压的应用分析

石新芳<sup>1</sup>,董双华<sup>2</sup>

(1.内蒙古医科大学附属医院 体检中心,内蒙古 呼和浩特 010050;2.内蒙古医科大学附属医院 老年病科)

**关键词:**动态血压监测;高血压;筛查;依从性

**中图分类号:** R195

**文献标识码:** B

**文章编号:** 2095-512X(2021)S1-0059-03

目前,我国人群高血压的发病率在中青年人群中呈逐年上升趋势,《中国心血管病报告2016》指出,年龄>18岁居民高血压患病率约25.2%<sup>[1]</sup>,因其发病隐匿性强,往往发病初期得不到有效管理与控制,高血压引发的诸多并发症对这一群体的身心健康造成了极大的危害。因此,健康体检对高血压初筛后的管理尤为重要,为了能够进一步明确这一群体血压实际水平以及血压的波动情况,我院采取使用无创动态血压监测(ambulatory blood pressure monitoring, ABPM)对患者进行延续性血压管理。现就我院体检中心筛查高血压过程中动态血压监测使用的认知情况进行分析。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选择我院2019-03~2021-03期间体检中心筛查出的血压初诊患者,血压在收缩压(SBP)135~155mmHg或舒张压(SBP)85~110mmHg之间,随机分为对照组和观察组。对照组150例,其中男性78人,女性72人,年龄40~56岁,平均年龄47.5岁;观察组150例,其中男性83人,女性67人,年龄40~55岁,平均年龄46.8岁,病程均在1~3年之间。两组患者在年龄结构、性别组成、沟通能力、高血压严重程度、基础疾病方面无显著性差异( $P>0.05$ )。

#### 1.2 认知干预

以上两组患者均给予常规体检流程引导,观察组在常规引导基础上对观察组一对一进行动态血

压监测的宣讲与健康促进。内容如下:(1)护理人员首先要科普一下患者对血压认知的常识,讲解诊室测量血压的局限性,诊室的一次血压测量并不能客观反映24h血压的波动状态;(2)ABPM可有效的避免白大衣性高血压和发现隐匿性高血压(MH);(3)对于初次诊断血压升高的患者使用动态血压监测可以指导用药,采取正确的降压措施;(4)24h ABPM对治疗中的高血压可监测昼夜、休息、运动等各种状态的血压,观察治疗效果是否达标,降低高血压对靶器官的损害,降低发生心脑血管疾病的风险。

#### 1.3 生活方式干预

合理膳食、控制体重、运动、健康的生活方式等非药物治疗在控制血压方面至关重要。坚持低盐饮食,盐的摄入量要限制在世界卫生组织(WHO)提倡的5g/天以下,多吃蔬菜,保持大便通畅,选择适宜的有氧运动方式,戒烟限酒,规律休息,保持良好的生活习惯。

#### 1.4 动态血压监测方法

选取康泰医学系统(秦皇岛)股份有限公司型号CMS06C便携式全自动动态血压监测仪对受试者进行24h动态血压监测,12cm×22cm袖带常规消毒,患者上臂围垫清洁纱布,袖带下缘与肘窝相隔2~3cm固定;监测时间设定为早8AM~10PM每隔30min自动测量一次,晚10PM~8AM每隔60min自动测量一次,告知避免剧烈活动,测量时手臂肌肉放松,夜间睡眠时勿压测试的手臂,确保监测的有效率和准确率。

**作者简介:**石新芳(1970-),女,内蒙古医科大学附属医院体检中心主管护师。

**通讯作者:**董双华,副主任护师,硕士研究生导师,E-mail: dongshuanghua@163.com 内蒙古医科大学附属医院老年病科,010050

### 1.5 统计学方法

数据采用SPSS 22.0统计软件进行分析,计量资料用 $\bar{x} \pm s$ 表示,计数资料用百分率表示,检验水准为 $\alpha=0.05$ ,结果以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

## 2 结果及分析

### 2.1 两组护理健康促进干预前情况比较

两组患者对动态血压监测的意义均不知晓,主动接受动态血压监测方面比较无显著性差异( $P > 0.05$ )(见表1、2)。

表1 两组血压情况、体重指数、对动态血压监测的认知、依从性情况比较[( $\bar{x} \pm s$ ), (n, %)]

组别	n	SBP(mmHg)	DBP(mmHg)	BMI(kg/m <sup>2</sup> )	对动态血压的认知	主动接受血压监测行为
观察组	150	143.5 ± 4.6	88.6 ± 4.7	26.8 ± 3.6	0(0)	19(12.7)
对照组	150	142.7 ± 4.4	87.1 ± 5.2	27.1 ± 3.3	0(0)	21(14)
P		> 0.05	> 0.05	> 0.05	0.05	> 0.05

表2 初筛后进行健康促进干预30天内受试者动态血压监测结果(n, %)

性别	n	夜间高血压	白大衣性高血压	收缩、舒张压均高	单纯收缩压高	单纯舒张压高
男	77	17(41.6)	12(15.6)	23(29.9)	15(19.5)	14(18.2)
女	65	11(16.9)	14(21.5)	19(29.2)	16(24.6)	17(26.2)

### 2.2 护理健康促进干预后复检情况

通过护理人员健康宣教与健康促进,患者对动

态血压监测的认知与主动在体检中接受此项检查的依从性大幅度提高(见表3)。

表3 两组随访3年,每年主动复查动态血压依从性情况比较(n, %)

组别	n	第一年	第二年	第三年
观察组	150	142(94)	102(68)	72(48)
对照组	150	19(12.7)	15(10)	17(11.3)
P		< 0.05	< 0.05	< 0.05

## 3 讨论

ABPM通过连续监测血压昼夜水平,更能够客观地反映血压实际水平以及血压整体波动状,ABPM近年来虽然临床上应用,但在体检中普及率并不高。目前在血压测量这一领域,应用最广泛的是无创袖带式血压监测<sup>[2]</sup>,调查发现我国高血压总体达标率仍低于10%,国外研究发现约30%诊室血压达标的患者ABPM并不达标,国内尚缺乏这方面的研究<sup>[3]</sup>。为了更好地进行患者血压管理,评估患者血压整体水平,诊断白大衣性高血压和隐匿性高血压,使用24h ABPM是理想手段<sup>[4]</sup>。在欧美等地,ABPM已纳入临床管理路径的金标准。而在ABPM基本应用于三甲医院,基层的应用几近空白<sup>[5]</sup>。

白大衣性高血压及隐匿性高血压是影响心血

管事件发生的重要因素<sup>[6]</sup>, ABPM在健康体检的意义在于可有效的避免白大衣性高血压和发现隐匿性高血压(MH)。对于初次诊断血压升高的患者进行动态血压监测的健康教育与促进,提高接受检查的认知度与依从性,明确诊断,正确治疗,指导调整服药时间<sup>[7]</sup>,避免造成漏诊或盲目用药有极大的帮助。高血压的发生发展是一个慢性衍变过程,延续的血压管理,定期实施ABPM准确的反映患者的血压状况及波动,为心功能评定,心脑血管疾病的危险因素等提供了更可靠的证据。因此对于ABPM应用到社区的慢病管理当中和健康体检中有重要意义。

虽然ABPM在诊治高血压的过程中,能够客观提供更准确的数据,使高血压的防治更为有效,但在实际工作中却不被广泛接受,本文总结了如下原

因:(1)首先患者早期并无症状,对高血压的发病过程缺乏了解;觉得没有必要花费太长的时间对血压的变化做一系列的监测;(2)对ABPM的临床意义缺乏认知,ABPM相对要收取费用、需要昼夜测量周期、对睡眠的影响等会产生一些心理压力,因此在许多患者中并不被接受;(3)袖带问题,有待于厂家能够设计出更科学合理的舒适袖带,适合不同患者使用;(4)医务工作者也有加强学习提高自身对ABPM的了解,才能加大健康宣教的力度,使动态血压监测被更多的人认知,并且愿意配合。

目前我国人群中,高血压患者在不断增加,因此高血压防治工作更加艰巨。期待更多学者介入这一领域的研究,希望通过各方面的努力,普及人群对24h ABPM的认识常识,更希望24h ABPM能够在基层医院、社区及体检中心做为常规体检项目进行高血压筛查。随着科学的不断进步,希望能够研

发出测量更精准、更便携、更加智能合理的动态血压监测仪,ABPM更能广泛的被人接纳。

### 参考文献

- [1]胡盛寿.中国心血管病报告[R].北京:国家心血管病中心.2016
- [2]王继光.24h动态监测:适用人群及临床意义[J].中国高血压杂志,2014;22(7):614-615
- [3]姚涛,董岩,李占杰,等.老年高血压患者诊室和动态血压达标情况分析[J].中国高血压杂志,2015;23(12):1445-1150
- [4]中华医学会心血管病分会高血压学组.清晨学压临床管理中国专家指导建议[J].中华心血管病杂志,2014;42(9):724-725
- [5]朱鼎良.上海闵行区莘庄社区高血压信息化综合管理的实践和探索[J].中华高血压杂志,2017;25(8):722-724
- [6]纪田田,魏芳,王娟,等.老年隐性高血压及白大衣性高血压对血管弹性及内皮功能的影响[J].中华老年心脑血管病杂志,2018;20(1):4-7
- [7]张毅,柳志红.动态血压监测在高血压中的应用现状与问题[J].心血管病学进展,2019;40(6):848-852

## 病例引导式教学方法在外科护理学临床实习教学中的应用

乌吉斯古楞<sup>1</sup>,西磊<sup>2</sup>,孟庆兰<sup>1</sup>

(1.内蒙古医科大学附属医院 预防保健部,内蒙古 呼和浩特 010050;2.内蒙古呼和浩特市儿童福利院)

**关键词:**病例引导式教学;外科护理学;临床实习教学

**中图分类号:**R739.42

**文献标识码:**B

**文章编号:**2095-512X(2021)S1-0061-03

在新课改的大背景下,各行各业的教师开始致力于课堂教学的改革,为建构“师生互动”的课堂教学寻找新的出路,改革的重点在于转变以讲授为主的传统教学方式,强调教师的主导作用,倡导学生的主体地位,要求学生成为课堂的新主人,从而进一步调动学生的积极性,打造轻松活跃的课堂教学氛围。医学专业的实习生,在实习之前,在学校对基础知识已经进行了系统的学习,但是由于课程安排比较紧密,时间有限,再就是医学技术在需要基础知识的同时,更需要实际操作,好多知识都是在课本中无法学到的,所以临床实习阶段的教学方法对于医学生学习和积累临床知识和技能有重要意义。科学的临床实习教学方法使医学实习生受益良多。对于护理专业的临床实习,特别是外科护

理,患者病情急重、变化快,这就要求护理人员必须拥有较高的专业素质和工作能力<sup>[1]</sup>。由于护理专业实习生在基础知识、基本技能、应急处理等方面存在不足,那么如何做好护理专业实习生的带教、提高其临床工作能力,如何保障护理操作的安全性,是临床带教老师的必须认真思考和面对的问题。通过引导式教学方法来进行教学,教师能够在逐步引导学生深入了解疾病的症状和相应的护理措施的同时,强化课堂所学的基础知识和基本技能,进而探究护理基本操作和疾病发病机理的联系,做到举一反三,融会贯通。

### 1 研究对象与方法

**作者简介:**乌吉斯古楞(1986-),女,内蒙古医科大学附属医院预防保健部主管护师。

**通讯作者:**孟庆兰,主任护师,E-mail:nmgmengqinglan@163.com 内蒙古医科大学附属医院预防保健部,010050