

前瞻性风险意识护理干预在妊娠期高血压患者中的效果及对自护能力的影响分析

吴 红

宁南县妇幼保健院 四川凉山彝族自治州

【摘要】目的 分析妊娠期高血压患者中应用前瞻性风险意识护理对自护能力的影响。**方法** 将 2025 年 1 月-2025 年 12 月本院妊娠期高血压患者 86 例纳入研究, 随机数字表法, 分为参照组(传统护理, 43 例)、研究组(前瞻性风险意识护理+传统护理, 43 例), 对比两组血压水平、自护能力。**结果** 研究组干预后血压水平低于参照组($P<0.05$); 研究组干预后自护能力评分高于参照组($P<0.05$)。**结论** 前瞻性风险意识护理可有效改善血压水平, 提高患者的自护能力。

【关键词】 妊娠期高血压; 前瞻性风险意识护理; 血压; 自护能力

【收稿日期】 2026 年 5 月 16 日

【出刊日期】 2026 年 6 月 17 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20260344

Analysis of the effect of prospective risk awareness nursing intervention on self-care ability in patients with gestational hypertension

Hong Wu

Ningnan County Maternal and Child Health Hospital, Liangshan Yi Autonomous Prefecture, Sichuan

【Abstract】Objective To analyze the impact of prospective risk awareness nursing on self-care ability in patients with gestational hypertension. **Methods** A total of 86 patients with gestational hypertension admitted to our hospital from January 2025 to December 2025 were included in the study. They were randomly divided into a refer to group (conventional nursing, 43 cases) and a study group (prospective risk awareness nursing + conventional nursing, 43 cases) using a random number table. The blood pressure levels and self-care ability scores of the two groups were compared. **Results** The blood pressure levels of the study group after intervention were below those of the refer to group ($P < 0.05$); the self-care ability scores of the study group after intervention were above those of the refer to group ($P < 0.05$). **Conclusion** Prospective risk awareness nursing can effectively improve blood pressure levels and enhance patients' self-care ability.

【Keywords】 Gestational hypertension; Prospective risk awareness nursing; Blood pressure; Self-care ability

妊娠期高血压是妊娠期特有的高发并发症, 以血压升高、蛋白尿、水肿为主要临床表现, 严重时可诱发子痫、胎盘早剥、胎儿宫内窘迫等不良事件, 威胁孕产妇身体健康^[1]。传统护理多以被动执行医嘱、基础体征监测为主, 缺乏对疾病潜在风险的预判与针对性干预, 难以满足患者长期血压管控与自护能力提升的需求。前瞻性风险意识护理以“风险预判、提前干预、全程管控”为核心, 通过识别妊娠期高血压疾病进展的高危因素, 提前制定针对性护理措施, 引导患者主动参与疾病管理^[2]。这种护理模式贴合妊娠期高血压患者长期管理的临床需求, 弥补传统护理的不足, 可有效保障妊娠期高血压患者妊娠期间安全, 改善母婴预后^[3]。基于此,

本研究以妊娠期高血压患者为对象, 分析前瞻性风险意识护理对患者血压及自护能力的影响。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将 2025 年 1 月-2025 年 12 月本院妊娠期高血压患者 86 例纳入研究, 随机数字表法, 分为两组(各 43 例)。参照组年龄 22~34 (28.35±3.87) 岁, 孕周 25~34 (29.58±2.84) 周, 经产妇 18 例、初产妇 25 例; 研究组年龄 22~35 (28.52±3.24) 岁, 孕周 26~34 (29.42±2.76) 周, 经产妇 16 例、初产妇 27 例。两组基线资料对比, 无显著性差异 ($P>0.05$), 具可比意义。本研究方案已通过我院伦理委员会审批, 所有参与患者均知情同意。

1.2 纳排标准

纳入标准：①经检查后确诊妊娠期高血压^[4]；②临床病历记录无隐瞒；③皆为单胎妊娠；④精神状态良好，可无障碍交流。

排除标准：①存在妊娠期其他严重合并症；②精神类病患，沟通存碍；③伴有严重肿瘤病症；④合并严重肝肾相关功能异常。

1.3 方法

参照组行传统护理，入院后完善相关检查，监测血压、胎心、胎动等基础指标；遵医嘱指导患者用药、卧床休息；开展基础疾病知识宣教，告知饮食、作息注意事项；定期进行健康随访，解答患者基础疑问。

研究组在上述前提下开展前瞻性风险意识护理，具体如下：（1）前瞻性风险评估。患者入院后，护理人员结合孕周、血压水平、既往妊娠史、基础身体状况等，全面评估妊娠期高血压进展风险、子痫发生风险、胎儿不良预后风险，建立个性化风险档案，明确高危干预要点，制定分级护理预案。（2）风险意识健康教育。摒弃传统单向宣教模式，采用图文讲解、案例分析、视频演示等方式，向患者及家属讲解妊娠期高血压的发病机制、血压波动的危险因素、潜在并发症危害，重点强调主动自护对血压管控的重要性，提升患者风险防范意识，使其主动配合护理干预。（3）前瞻性血压管控护理。根据患者血压波动规律，制定个性化监测方案，高危患者每4小时监测1次血压，低危患者每日早晚各监测1次，记录血压变化趋势，提前预判血压升高风险；指导患者保持左侧卧位，减轻子宫对血管压迫，改善胎盘血供；严格把控饮食钠盐摄入，每日食盐摄入

量≤5g，增加优质蛋白、维生素及钙元素摄入，规避高油、高盐饮食诱发血压升高的风险。（4）自护能力专项指导：教会患者自行监测血压、数胎动的正确方法，叮嘱患者每日记录血压值、胎动次数，发现异常及时告知医护人员；指导患者合理安排休息与活动，避免劳累、情绪激动等诱发血压波动的因素；开展用药自护指导，告知降压药物服用剂量、时间及注意事项，杜绝漏服、擅自停药行为，提升患者用药依从性与自我管理能力。

（5）心理前瞻性干预。护理人员提前预判患者心理问题，主动与患者沟通，倾听其诉求，给予心理疏导与安抚，分享成功案例缓解其心理压力，保持患者情绪稳定。

1.4 观察指标

①血压水平：干预前、后，行血压计检测舒张压、收缩压水平。

②自护能力：干预前、后，采用自我护理能力测定量表（Exercise of Self-Care Agency Scale, ESCA）评估，总分172分，分值与自护能力成正比。

1.5 统计学方法

SPSS26.0统计软件，计量资料（ $\bar{x} \pm s$ ）表示、 t 检验，计数资料[n（%）]表示、 χ^2 检验， $P < 0.05$ ，显示有统计意义。

2 结果

2.1 两组血压水平对比

研究组干预后血压水平低于参照组（ $P < 0.05$ ），见表1。

2.2 两组自护能力对比

研究组干预后自护能力评分高于参照组（ $P < 0.05$ ），见表2。

表1 两组血压水平对比（ $\bar{x} \pm s$, mmHg）

组别	舒张压		收缩压	
	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组（n=43）	100.07±5.74	80.15±4.56*	150.25±8.54	119.76±7.52*
参照组（n=43）	100.55±5.86	83.86±5.68*	150.78±8.73	123.92±8.25*
t	0.384	3.340	0.285	2.444
P	0.702	0.001	0.777	0.017

注：与同组干预前对比，* $P < 0.05$ 。

表2 两组自护能力评分对比（ $\bar{x} \pm s$, 分）

组别	干预前	干预后	t	P
研究组（n=43）	84.56±9.72	126.18±10.23	19.340	<0.001
参照组（n=43）	84.02±9.46	139.51±11.48	24.461	<0.001
t	0.261	5.685		
P	0.795	<0.001		

3 讨论

妊娠期高血压作为妊娠期特有性疾病,其病理核心为全身小血管痉挛、血管内皮损伤,导致血压异常升高^[5]。若血压长期管控不佳,会持续损害母体心、脑、肾等脏器功能,同时影响胎盘血液循环,造成胎儿宫内生长受限、窘迫等不良结局^[6]。传统护理侧重基础体征监测与被动宣教,缺乏对疾病风险的前瞻性预判,难以引导患者形成主动自护意识,导致血压管控效果有限。前瞻性风险意识护理干预通过提前识别疾病风险、针对性开展干预与自护指导,有效管控血压水平^[7]。

本研究结果显示,研究组干预后血压水平低于参照组($P<0.05$)。分析可知,前瞻性风险意识护理通过早期风险评估精准识别患者血压波动的高危因素,提前制定针对性管控措施。个性化血压监测方案可实时掌握患者血压变化趋势,及时发现血压升高前兆,快速采取干预措施,避免血压持续攀升^[8];通过饮食、体位、情绪等多维度前瞻性干预,从源头规避钠盐摄入过多、血管受压、不良情绪等诱发血压升高的因素,配合规范用药指导,保证降压药物发挥最佳效果,实现血压的平稳管控。

研究分析发现,研究组干预后自护能力评分高于参照组($P<0.05$)。分析原因可知,传统护理仅简单告知患者疾病相关知识,未开展系统的自护技能培训,患者难以掌握血压监测、胎动计数、用药管理等核心自护技能,自护责任感与自我概念薄弱。而前瞻性风险意识护理以提升患者主动自护能力为目标,通过风险意识宣教让患者深刻认识到自我管理对疾病防控的重要性,激发其自护责任感^[9];另外,通过专项技能培训,教会患者正确的自我监测、用药、饮食管理方法,丰富其健康知识储备,强化自我护理技能;同时,全程心理干预缓解患者不良情绪,使其更积极地参与自护管理^[10]。患者自护能力提升后,可主动规避血压波动风险,长期坚持健康管理行为,进一步巩固血压管控效果,形成良性循环。

综上,前瞻性风险意识护理干预可有效降低患者收缩压与舒张压水平,全面增强患者自护能力,降低疾病相关风险。

参考文献

- [1] 刘瑞利,崔献梅,李丽,等. 预见性护理在预防妊娠期高血压产妇产后出血中的应用[J]. 护理研究, 2025, 39(24): 4196-4201.
- [2] 许丽珊,方野,杨云梅. 认知行为护理模式对妊娠期高血压患者血压水平、自我管理能力和妊娠结局的影响[J]. 心血管病防治知识, 2025, 15(18): 111-114.
- [3] 匡津津,胡丹玲. 预见性运动干预对妊娠期高血压病孕妇血压控制血液流变学及母婴结局的影响[J]. 基层医学论坛, 2025, 29(06): 80-83.
- [4] 中华医学会妇产科学分会妊娠期高血压疾病学组. 妊娠期高血压疾病诊治指南(2020)[J]. 中华妇产科杂志, 2020, 55(4): 227-238.
- [5] 陶艳,陈芳. 伴侣互动支持干预模式对妊娠期高血压初产妇心理状态及应对方式的影响[J]. 基层医学论坛, 2024, 28(19): 124-127.
- [6] 王婕,王梦甜,虞项. 专病管理护理门诊模式在妊娠期高血压疾病孕妇中的应用效果[J]. 医药前沿, 2024, 14(18): 102-104.
- [7] 李焕媚,唐倩. 基于产后出血风险评估的预防性护理对妊娠期高血压病人母婴结局的影响[J]. 全科护理, 2024, 22(10): 1898-1900.
- [8] 葛志红,杨凤萍. 助产士一对一导乐陪伴分娩模式对妊娠期高血压无痛分娩产妇心理弹性和满意度及分娩结局的影响[J]. 医药前沿, 2024, 14(08): 111-113.
- [9] 张苏明. 前瞻性护理联合降压认知护理对妊娠期高血压患者血压负性情绪及妊娠结局的影响[J]. 山西医药杂志, 2024, 53(03): 233-236.
- [10] 黄利敏,黄漫丰. 5G护理管家模式在妊娠期高血压疾病患者管理中的应用[J]. 临床护理杂志, 2025, 24(01): 52-55.

版权声明: ©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS