

原发性高血压在社区进行全科治疗的应用效果研究

阮文奕, 沈飞扬*

奉贤区青村镇社区卫生服务中心 上海

【摘要】目的 分析社区全科治疗的开展对原发性高血压的应用价值。**方法** 将 2024 年 1 月-2025 年 1 月本社区原发性高血压 100 例作为研究对象, 并以电脑随机抽取的形式进行分组, 均分至研究组及参照组, 并分别给予社区全科治疗及常规药物治疗。观察区别治疗效果, 统计两组患者血压指标、生活质量评分、治疗依从性各项研究数据, 并利用统计学 SPSS30.0 处理分析, 判定两组差异。**结果** 统计研究结果, 数据见, 血压指标对比, 收缩压、舒张压均体现研究组低于参照组; 生活质量评分见研究组高于参照组; 治疗依从性统计研究组比参照组高; 两组数据对比, 均见明显差异 ($P < 0.05$), 且研究组优于参照组。**结论** 社区全科治疗的开展, 可提高原发性高血压患者治疗效果, 可有效控制血压, 促使生活质量提高, 增强治疗依从性, 效果理想, 具有推广应用价值。

【关键词】 原发性高血压; 社区; 全科治疗; 血压控制

【收稿日期】 2025 年 6 月 24 日

【出刊日期】 2025 年 7 月 28 日

【DOI】 10.12208/j.ijcr.20250361

Study on the application effect of general treatment for primary hypertension in the community

Wenyi Ruan, Feiyang Shen*

Qingcun Town Community Health Service Center, Fengxian District, Shanghai

【Abstract】Objective To analyze the application value of community general practice treatment for primary hypertension. **Methods** 100 cases of primary hypertension in our community from January 2024 to January 2025 were selected as the research subjects and randomly divided into two groups using a computer. They were evenly divided into the study group and the reference group, and received community general treatment and conventional drug treatment, respectively. Observe the differential treatment effects, collect research data on blood pressure indicators, quality of life scores, and treatment compliance between two groups of patients, and use statistical SPSS 30.0 to analyze and determine the differences between the two groups. **Result** the statistical research results show that the blood pressure indicators in the study group were lower than those in the reference group in terms of both systolic and diastolic blood pressure; The quality of life score showed that the research group was higher than the reference group; The statistical study group showed higher treatment compliance than the reference group; The comparison of the two sets of data showed significant differences ($P < 0.05$), and the study group was superior to the reference group. **Conclusion** The implementation of community general treatment can improve the treatment effect of patients with primary hypertension, effectively control blood pressure, promote quality of life improvement, enhance treatment compliance, achieve ideal results, and have the value of promotion and application.

【Keywords】 Primary hypertension; Community; General treatment; Blood pressure

原发性高血压是常见的慢性心血管疾病, 在高血压患者中占比超 95%^[1]。其发病与遗传、环境、生活方式等多因素相关, 如长期高盐饮食、缺乏运动、精神紧张等。血压长期控制不佳, 易引发心、脑、肾等重要脏器并发症, 像冠心病、脑卒中、肾功能衰竭等, 严重威胁患者生命健康与生活质量。多数高血压患者在社区

接受治疗与管理^[2]。但传统门诊治疗模式, 对患者的生活方式干预、健康教育及长期随访管理存在局限, 患者治疗依从性欠佳, 血压控制效果不理想^[3]。全科治疗强调以患者为中心, 提供综合、连续、个性化医疗服务, 涵盖疾病预防、诊断、治疗、康复及健康管理等, 对原发性高血压患者治疗与管理具有重要意义^[4]。本研究分

*通讯作者: 沈飞扬

析社区全科治疗的开展对原发性高血压的应用价值, 具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

将 2024 年 1 月-2025 年 1 月本社区原发性高血压 100 例作为研究对象, 并以电脑随机抽取的形式进行分组。患者资料显示, 研究组: 男性 28 例、女性 22 例, 年龄 45-75 岁, 均值 (60.35 ± 2.48) 岁; 参照组: 男性 27 例、女性 23 例, 年龄 46-76 岁, 均值 (61.28 ± 2.27) 岁; 统计学对所有研究资料中数据分析后显示 $P > 0.05$, 故具备分组条件。

1.2 方法

参照组: 常规药物治疗, 根据患者血压水平和个体情况, 选择合适降压药物, 如硝苯地平、厄贝沙坦等, 遵医嘱按时按量服药, 定期门诊复诊, 监测血压^[5]。

研究组: 实施全科治疗。① 建立健康档案与分级管理: 为患者建立详细健康档案, 记录基本信息、病史、血压监测数据等。根据高血压危险分层, 将患者分为低危、中危、高危。低危患者每 3 个月随访 1 次, 中危患者每 2 个月随访 1 次, 高危患者每月随访 1 次。随访时评估血压控制、药物不良反应、生活方式等, 调整治疗方案。② 健康教育: 定期开展高血压知识讲座, 内容包括高血压病因、症状、危害、治疗方法、生活方式干预等。发放健康宣传手册, 利用社区宣传栏、微信公众号推送高血压防治知识。为患者制定个性化健康教育计划, 如针对文化程度低患者, 用通俗易懂语言讲解; 对老年患者, 重点强调按时服药、定期监测血压重

要性。③ 生活方式干预: 饮食上, 指导患者遵循低盐、低脂、低糖、高纤维原则, 每日食盐摄入量 $< 6g$, 减少动物脂肪和胆固醇摄入, 多吃蔬菜水果、全谷物, 控制体重。运动方面, 根据患者身体状况和兴趣爱好, 制定运动计划, 如每周至少 150 分钟中等强度有氧运动 (快走、慢跑、游泳、太极拳等), 运动强度循序渐进。作息上, 提醒患者规律作息, 保证每晚 7 - 8 小时睡眠, 避免熬夜和过度劳累。心理干预也很重要, 关注患者心理状态, 对焦虑、抑郁患者进行心理疏导, 鼓励参加社交活动, 保持心情舒畅。④ 血压监测与药物管理: 教会患者及家属正确使用血压计, 定期在家测量血压并记录。建议患者每天早晚各测 1 次血压, 测量前休息 5 - 10 分钟。社区医生定期上门或电话随访, 了解血压测量情况, 根据血压波动调整药物剂量和种类。同时, 监督患者按时服药, 提高治疗依从性^[6]。

1.3 判定标准

观察区别治疗效果, 统计两组患者血压指标 (收缩压、舒张压)、生活质量评分 (GQOLI - 74 评估躯体功能、心理功能、社会功能、物质生活状态各项评分)、治疗依从性各项研究数据, 并利用统计学 SPSS30.0 处理分析, 判定两组差异。

1.4 统计学方法

利用 χ^2 对计数资料 (n%) 进行检验; 利用 t 对计量 ($\bar{x} \pm s$) 检验。文中所体现的数据均借用 SPSS30.0 数据包深入处理, 若显示 $P < 0.05$, 说明了有意义, 若无意义时, 则会显示出 P 值超过 0.05。

2 结果

表 1 对比两组患者治疗前后血压指标 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	收缩压 (mmHg)		舒张压 (mmHg)	
		治疗前	治疗后	治疗前	治疗后
研究组	50	157.15 \pm 10.35	132.25 \pm 5.27	96.23 \pm 6.28	82.63 \pm 4.47
参照组	50	157.28 \pm 0.19	146.63 \pm 5.21	96.36 \pm 6.07	88.93 \pm 4.28
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 对比两组患者生活质量评分 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活状态
研究组	50	79.13 \pm 2.40	79.50 \pm 2.70	78.12 \pm 2.33	79.58 \pm 2.62
参照组	50	63.70 \pm 2.41	61.62 \pm 2.21	62.25 \pm 2.36	61.09 \pm 2.19
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

表 3 对比两组患者治疗依从性 [(n) %]

组别	例数	完全依从	一般依从	不依从	总有效率
研究组	50	30 (60.00%)	18 (36.00%)	2 (4.00%)	48 (96.00%)
参照组	50	18 (36.00%)	18 (36.00%)	14 (28.00%)	36 (72.00%)
P					<0.05

3 讨论

原发性高血压是病因不明的血压升高, 收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ 和(或)舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$, 需非同日三次测量确认^[7]。常与遗传、环境、生活方式相关, 可引发心脑肾等靶器官损害, 是临床常见慢性病, 需长期治疗与管理。社区作为患者日常活动和医疗服务获取的主要场所, 在高血压防控中作用关键^[8]。社区全科治疗是社区全科医生为个人、家庭及社区提供的综合医疗服务, 涵盖预防、诊断、治疗、康复、健康管理等, 以常见病、多发病诊治为主, 注重整体健康维护, 协调专科转诊, 实现连续、全面的基层医疗照顾^[9]。

本次研究结果显示, 统计研究结果, 数据见, 血压指标对比, 收缩压、舒张压均体现研究组低于参照组; 生活质量评分见研究组高于参照组; 治疗依从性统计研究组比参照组高; 两组数据对比, 均见明显差异($P < 0.05$), 且研究组优于参照组。

在血压控制方面, 全科治疗通过分级管理, 密切监测患者血压, 及时调整治疗方案; 生活方式干预从饮食、运动、作息、心理等多方面入手, 减少高血压危险因素, 辅助降压; 定期健康教育增强患者对高血压认知, 提高自我管理意识和能力, 有效控制血压。

生活质量上, 全科治疗不仅控制血压, 还关注患者心理、社会功能和物质生活状态。通过心理疏导减轻患者心理负担, 鼓励社交活动改善社会功能, 指导健康生活方式提高躯体功能, 从而提升生活质量^[10]。

治疗依从性上, 全科医生与患者建立长期信任关系, 定期随访监督, 强化健康教育, 使患者认识到按时服药重要性, 提高治疗依从性。

综上所述, 社区全科治疗的开展, 可提高原发性高血压患者治疗效果, 可有效控制血压, 促使生活质量提高, 增强治疗依从性, 效果理想, 具有推广应用价值。

参考文献

- [1] 张建城. 原发性高血压在社区进行全科治疗的效果分析[J]. 健康之友, 2023(23):72-74.
- [2] 袁艳莉. 原发性高血压在社区进行全科治疗的效果分析[J]. 家庭医药·就医选药, 2021(1):256-257.
- [3] 陆慧敏, 杨帆. 原发性高血压在社区进行全科治疗的效果观察[J]. 特别健康, 2021(33):45.
- [4] 谢艳霞. 社区全科治疗对原发性高血压患者的治疗效果[J]. 健康管理, 2020(34):166.
- [5] 郝士伟, 路长安, 罗金兵. 原发性高血压在社区进行全科治疗的疗效探究[J]. 中国社区医师, 2021, 37(14):43-44.
- [6] 王静. 难治性高血压在社区进行全科治疗的疗效分析[J]. 黑龙江中医药, 2023, 52(4):114-115.
- [7] 成玲剑. 原发性高血压患者在社区接受全科治疗的临床研究[J]. 中国社区医师, 2020, 36(36):16-17.
- [8] 陈永胜, 梁凤香. 社区全科医生对高血压病实施综合干预治疗的效果分析[J]. 养生保健指南, 2021(16):149.
- [9] 王仕春. 原发性高血压在社区进行全科治疗临床效果[J]. 养生大世界, 2021(1):291-292.
- [10] 王怀于. 原发性高血压在社区进行全科治疗的临床研究[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(30):58.

版权声明: ©2025 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