

社区护理学

第六章社区慢性病病人的护理与管理

 主讲老师：XXX





知识目标



识记

1. 能说出慢性病的概念和危险因素。
2. 能说出高血压的诊断标准和分类。
3. 能说出糖尿病诊断标准和分类。

理解

1. 能阐述慢性病的特点和危险因素。
2. 能阐述高血压的危险因素。
3. 能说明高血压、糖尿病的社区管理流程与随访监测。
4. 能举例说明糖尿病的健康指导。
5. 能举例说明糖尿病的社区管理要点。

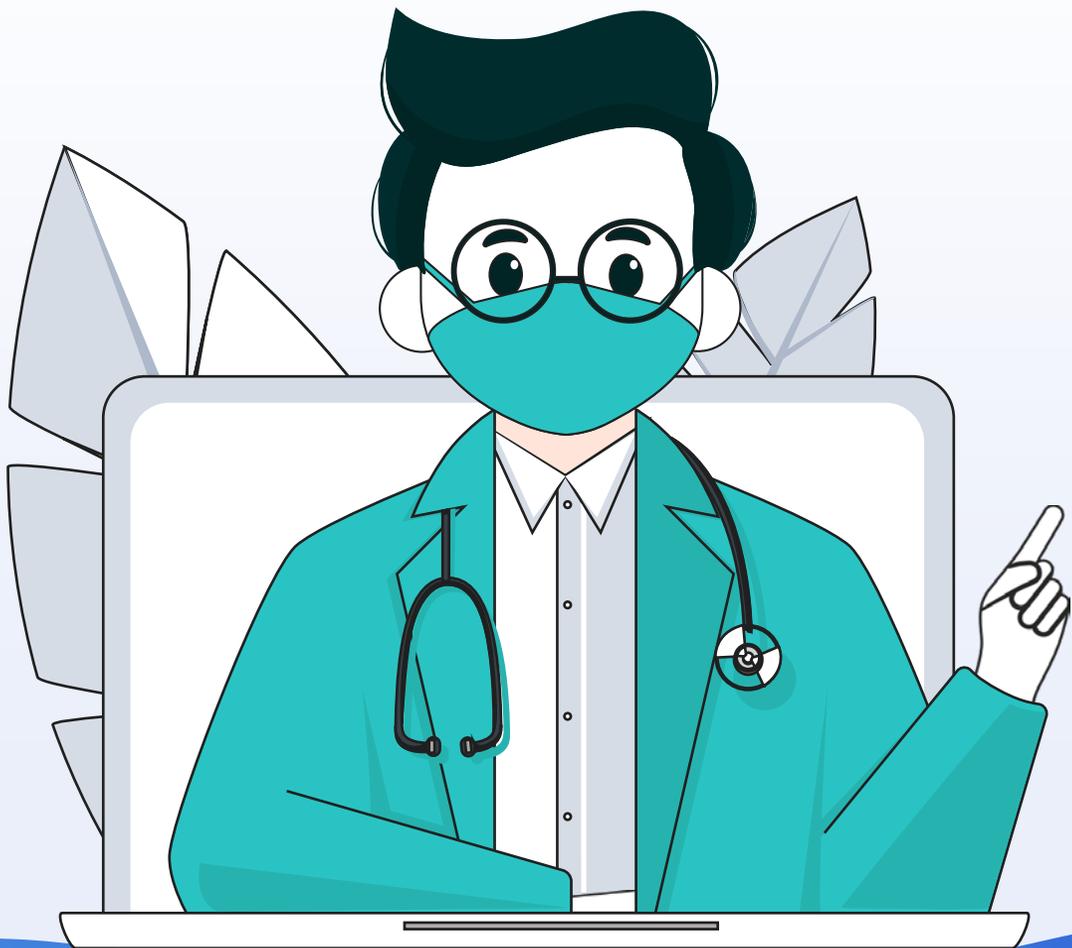


《社区护理学》

第一节概述

目录

C A T A L O G



01

慢性病的概念及其特点

02

慢性病的分类及危险因素





一、概述



(一) 概念

01

- 突发公共事件是指在一定的区域内，突然发生规模较大、对社会产生广泛负面影响、对生命和财产构成严重威胁的重大事件。
- 分为以下四类:①自然灾害；②事故灾难；③公共卫生事件；④社会安全事件。

02

- 突发公共卫生事件是指突然发生，造成或者可能造成社会公众健康严重损害的重大传染病疫情、群体性不明原因疾病、重大食物和职业中毒以及其他严重影响公众健康的事件。



一、慢性病的概念及其特点



01

概念

卫生部于2011年颁布的《全国慢性病预防控制工作规范(试行)》中指出，慢性病是慢性非传染性疾病(NCD)的简称，是对一类起病隐匿、病程长且病情迁延不愈、非传染性、病因复杂或病因未完全确认的疾病的概括性总称。

02

特点

- 1.发病隐匿、潜伏期长
- 2.病因复杂、病程长
- 3.具有不可逆转的病理变化而不易治愈，但可以预防
- 4.需要长期的治疗和护理



二、慢性病的分类及危险因素



(一)分类

按影响程度分类



01

致命性慢性病

02

可能威胁生命的
慢性病

03

非致命性慢性病



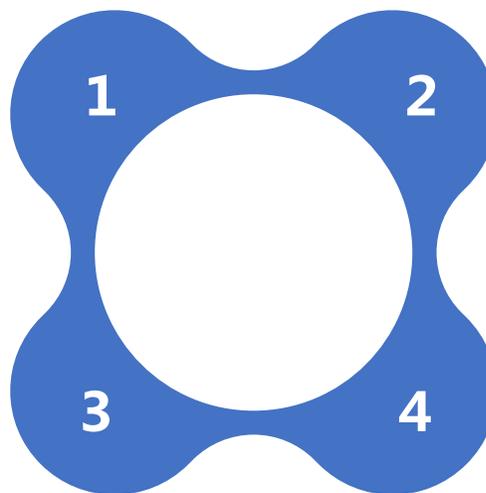
二、慢性病的分类及危险因素



(二)危险因素

不良的生活方式：常见的不良生活方式主要包括不合理膳食、缺乏身体活动和使用烟草。

精神心理因素。



自然环境和社会环境。

个人的遗传和生物以及家庭因素。



黔西南民族职业技术学院
SOUTHWEST GUIZHOU VOCATIONAL & TECHNICAL COLLEGE FOR NATIONALITIES



《社区护理学》

第二节慢性病的社区管理



一、慢性病社区管理的概念、工作任务及管理模式



(二)危险因素

社区慢性病管理的概念

社区慢性病管理是以社区为单位，以社区内影响人群健康的发病率较高的慢性病病人和高危人群为工作对象，通过社区卫生服务人员采取有计划的指导和干预，从而降低疾病的发病率、致残率和死亡率，提高治愈率的健康管理方法。





二、慢性病的管理原则和策略



(一)慢性病的管理原则

A

1. 坚持统筹协调

B

2. 坚持共建共享

C

3. 坚持预防为主

D

4. 坚持分类指导

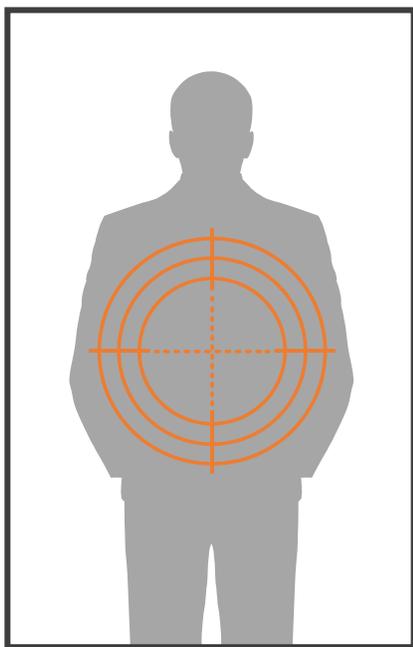




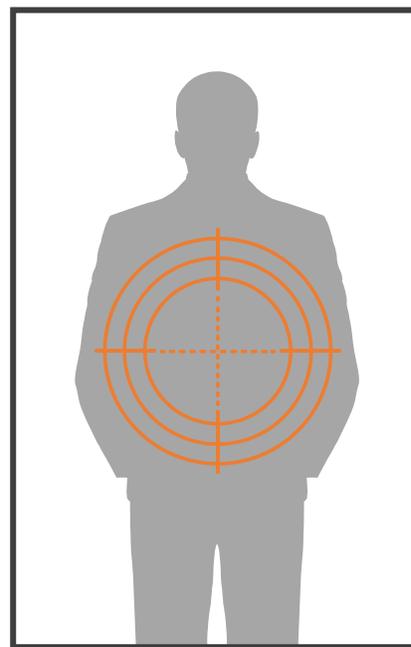
二、慢性病的管理原则和策略



(二)慢性病的管理策略



- 加强健康教育，提升全民健康素质。
- 实施早诊早治，降低高危人群发病风险。
- 强化规范诊疗，提高治疗效果。
- 促进医防协同，实现全流程健康管理。



- 完善保障政策，切实减轻群众就医负担。
- 控制危险因素，营造健康支持性环境。
- 统筹社会资源，创新驱动健康服务业发展。
- 增强科技支撑，促进监测评价和研发创新。



黔西南民族职业技术学院
SOUTHWEST GUIZHOU VOCATIONAL & TECHNICAL COLLEGE FOR NATIONALITIES



《社区护理学》

第三节常见慢性病病人的 社区护理与管理



一、高血压病人的社区护理与管理



(一)高血压概述



高血压是多种心、脑血管疾病的重要病因和危险因素。

1999发布的《高血压治疗指南》中高血压的诊断标准为:未服用抗高血压药的情况下,收缩压 $\geq 140\text{mmHg}$ (18.7kPa)和(或)舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ (12.0kPa)。



一、高血压病人的社区护理与管理



(二)高血压病的危险因素

01

与遗传有关的危险因素：
包括种族、家族史、年龄、性别等因素。

02

与环境有关的危险因素：
包括超重和肥胖、不良生活方式及饮食习惯、地理区域和社会-心理因素。



一、高血压病人的社区护理与管理



(三)高血压病的诊断与评估

1. 高血压的诊断

2. 高血压病人的心血管危险分层

(1) 血压水平分级: 高血压确诊后可以按血压增高水平分为1、2、3级。血压水平分级(见表6-1)。

表6-1 血压水平的定义和分级

| 级别 | 收缩压(mmHg) | | 舒张压(mmHg) |
|-----------|-----------|------|-----------|
| 正常血压 | <120 | 和 | <80 |
| 高值血压 | 120~139 | 和(或) | 80~89 |
| 高血压 | ≥140 | 和(或) | ≥90 |
| 1级高血压(轻度) | 140~159 | 和(或) | 90~99 |
| 2级高血压(中度) | 160~179 | 和(或) | 100~109 |
| 3级高血压(重度) | ≥180 | 和(或) | ≥110 |
| 单纯收缩期高血压 | ≥140 | 和 | <90 |



一、高血压病人的社区护理与管理



(三)高血压病的诊断与评估

2.高血压病人的心血管危险分层

(2)影响预后的因素



①心血管的危险因素包括年龄 ≥ 55 岁、吸烟、糖耐量受损和(或)空腹血糖受损、血脂异常、早发心血管病家族史、腹型肥胖、血同型半胱氨酸升高。



②靶器官损害包括左心室肥厚、颈动脉内膜增厚或斑块、肾功能受损。



③伴随临床疾患包括脑血管病、心脏疾病、肾脏疾病、周围血管病、视网膜病变、糖尿病。



一、高血压病人的社区护理与管理



(三)高血压病的诊断与评估

2.高血压病人的心血管危险分层

(3)高血压病人的心血管危险分层

高血压的心血管危险水平分层

| 危险因素 和其他病史 | 高血压分级 | | |
|---------------|-------|-----|-----|
| | 1级 | 2级 | 3级 |
| 无危险因素 | 低危 | 中危 | 高危 |
| 1~2个危险因素 | 中危 | 中危 | 极高危 |
| ≥3个危险因素 | 高危 | 高危 | 极高危 |
| 靶器官损害 | 高危 | 高危 | 极高危 |
| 并存临床情况 | 极高危 | 极高危 | 极高危 |

(4)排除继发性高血压

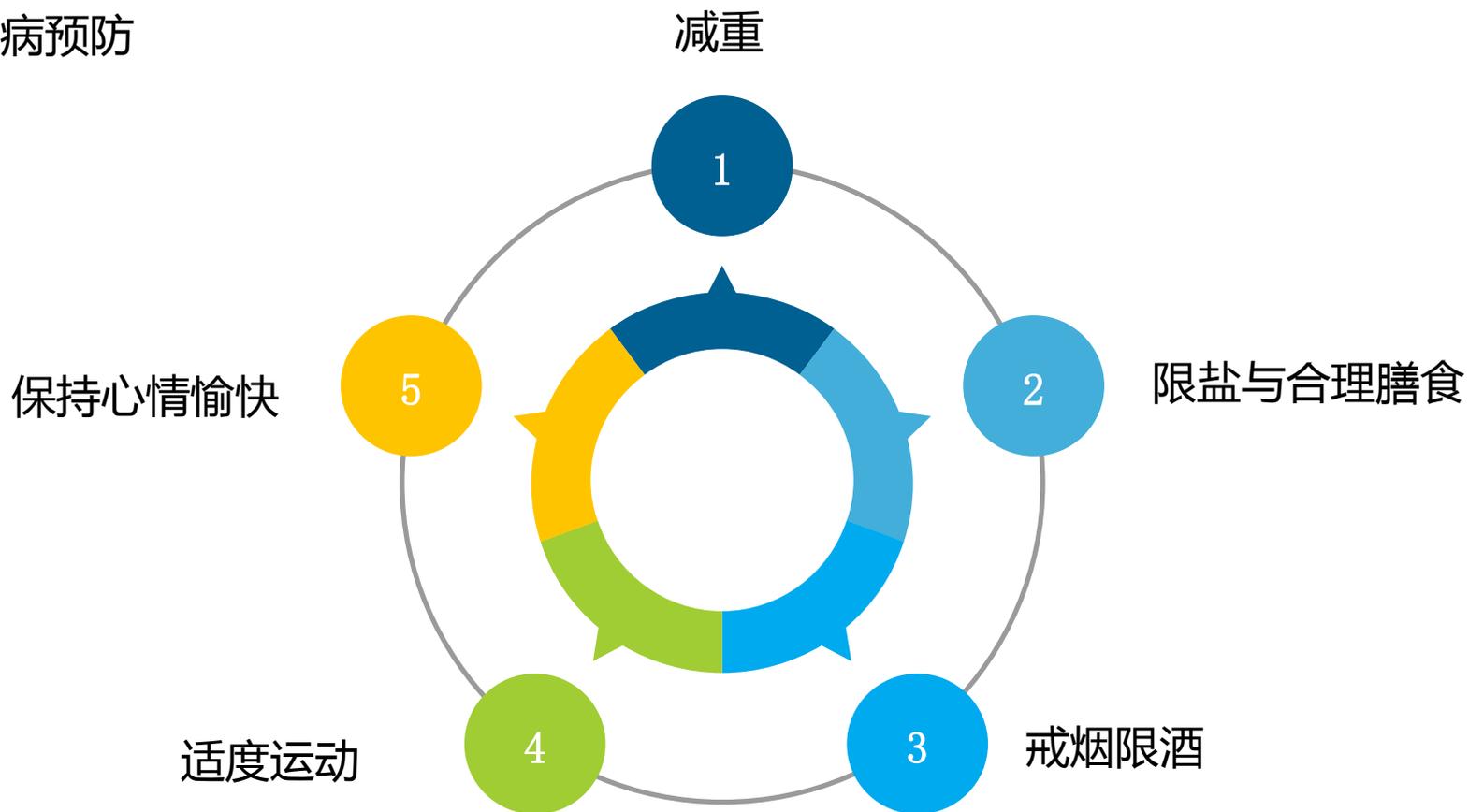


一、高血压病人的社区护理与管理



(四)高血压病的社区管理

1.高血压病预防





一、高血压病人的社区护理与管理



(四)高血压病的社区管理

2.高血压病人的社区管理



(1) 高血压筛查



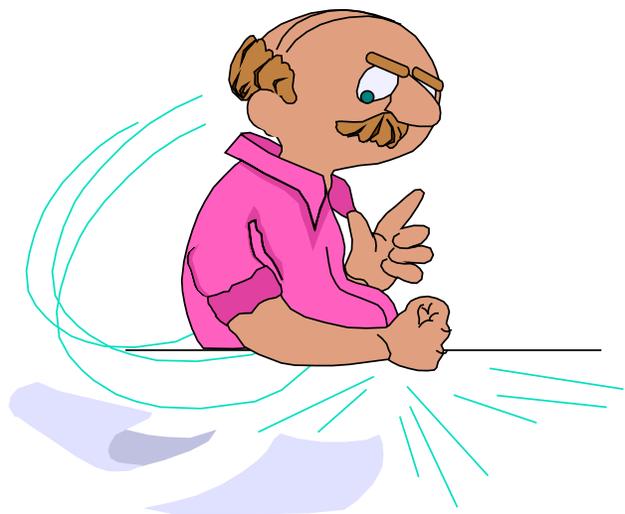
(2) 高血压病人的随访



(3) 分类干预



(4) 健康体检



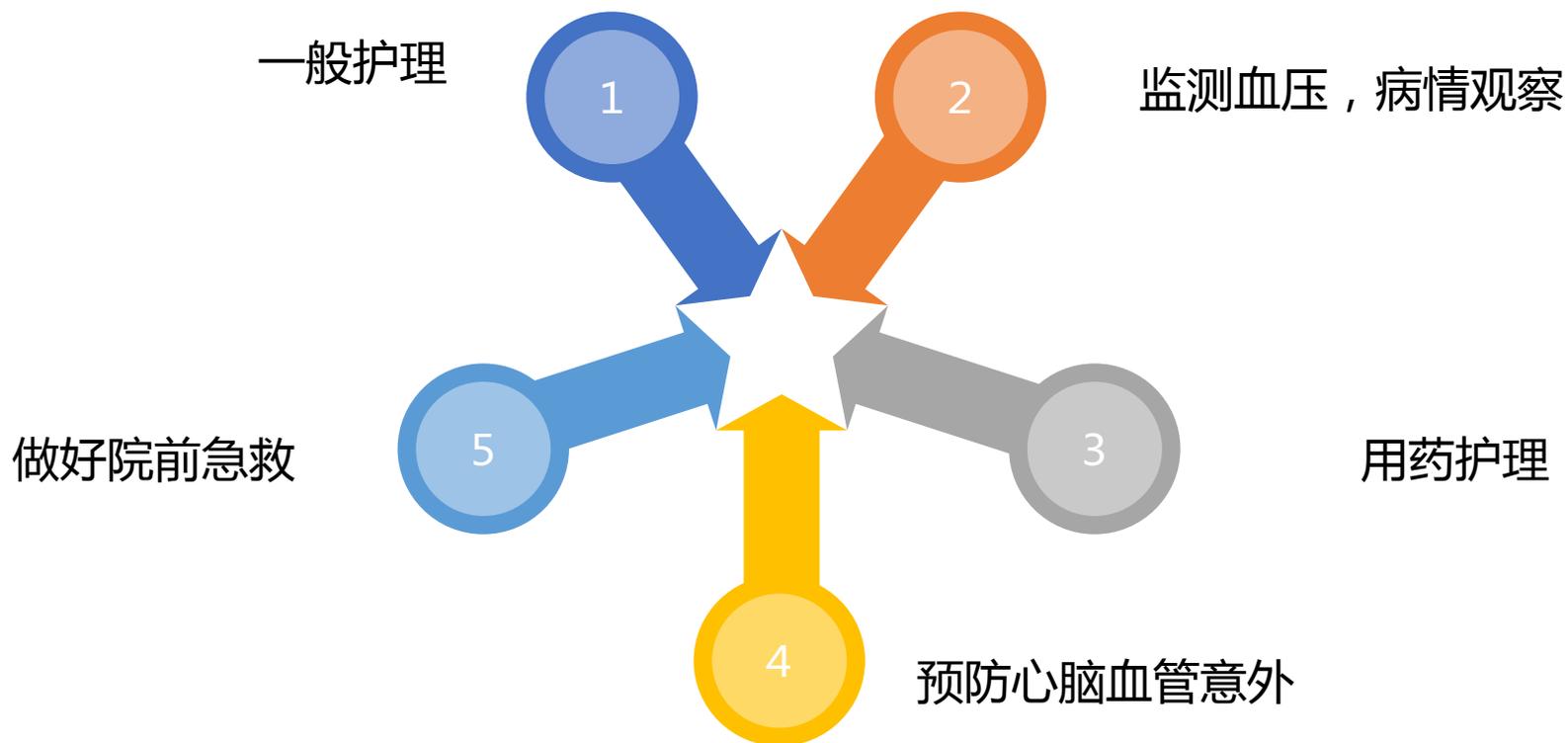


一、高血压病人的社区护理与管理



(四)高血压病的社区管理

3.高血压病人的居家护理





二、糖尿病病人的社区护理与管理



(一)糖尿病概述

3.高血压病人的居家护理

A

糖尿病是由于胰岛素分泌绝对或相对不足而引起的一种代谢紊乱综合征，临床以高血糖为主要特点，是一种慢性、终身性疾病，如果病情控制不好，可引起酮症酸中毒、高渗性昏迷等急性代谢紊乱，也可导致眼、肾、神经、血管、心脏等器官的损害，重者可致残、致死，给病人及其家属带来巨大痛苦。

B

原发性糖尿病分为两型：

①1型糖尿病：多发生于青少年，临床特点为起病急、多尿、多饮、多食、体重减轻较明显，容易发生酮症酸中毒，必须依赖胰岛素治疗。

②2型糖尿病：多见于40岁以上的中老年人，有家族性发病倾向，肥胖是其重要的诱发因素，一般起病缓慢，临床症状相对不明显或缺如。



二、糖尿病病人的社区护理与管理



(二)糖尿病的危险因素

(1)



不可改变的危险因素包括遗传因素、年龄、先天的子宫内营养环境不良等。

(2)



可改变的危险因素包括不良生活方式、生物源和化学因素等。



二、糖尿病病人的社区护理与管理



(三)糖尿病的诊断与评估

(1)



糖尿病的诊断标准:糖尿病症状加任意时间血浆葡萄糖水平 $\geq 11.1\text{mmol/L}$;或空腹血糖 $\geq 7.0\text{mmol/L}$;或口服葡萄糖耐量试验中2小时血浆葡萄糖水平 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ 。

(2)



糖尿病的症状与并发症:糖尿病的典型症状是“三多一少”,即多食、多饮、多尿和体重减轻。其并发症分为以低血糖与酮症酸中毒为代表的急性并发症,和包括血管病变所致的心、脑、肾、视网膜病变等重要脏器的损害和周围血管损伤。



二、糖尿病病人的社区护理与管理



(四)糖尿病病人的社区管理

1.糖尿病的预防

(1) 建立良好的生活方式：生活有规律，戒烟限酒，参加体育锻炼，平衡膳食。

(2) 维持合适的体重：标准体重的简便计算方法是：女性标准体重(kg)=身高(cm)-105；
男性标准体重(kg)=身高(cm)-100。

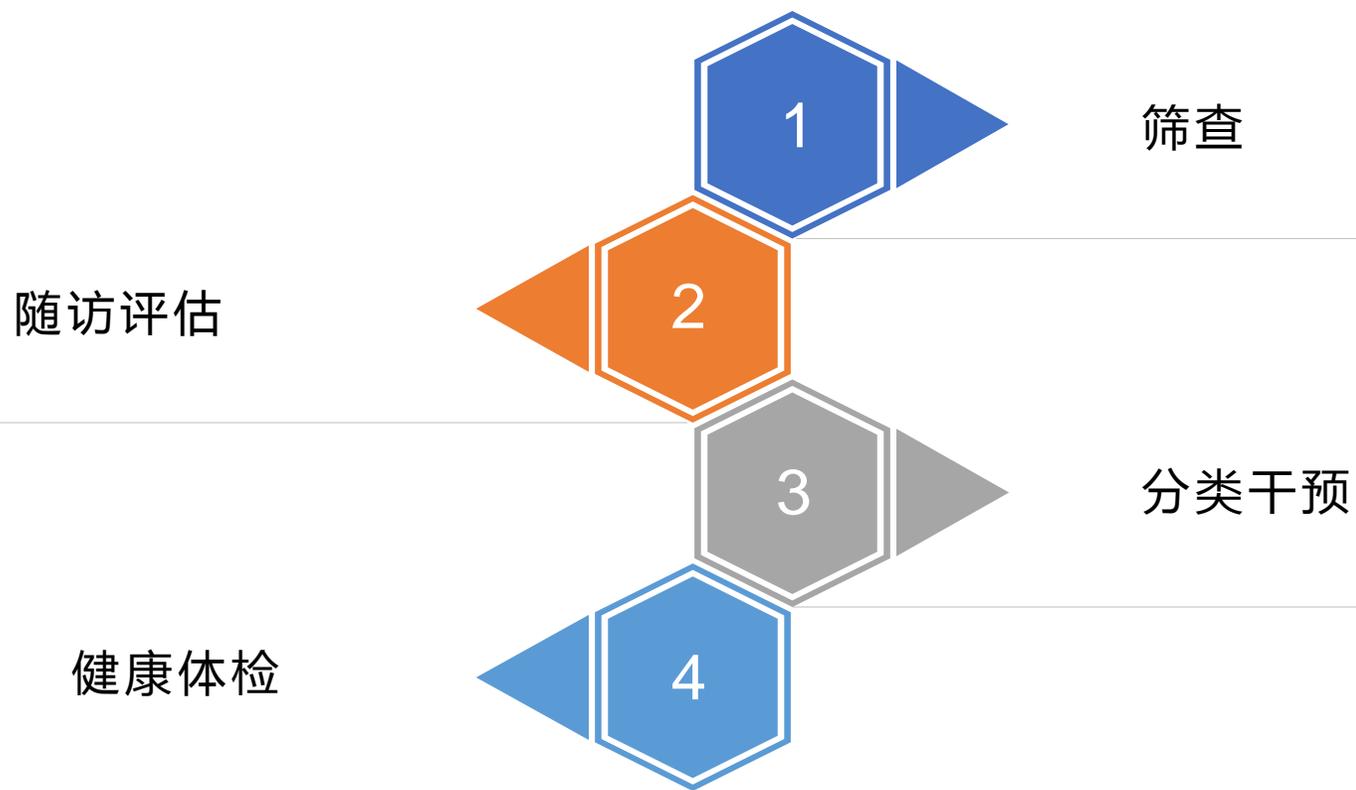


二、糖尿病病人的社区护理与管理



(四)糖尿病病人的社区管理

2.糖尿病病人的社区管理



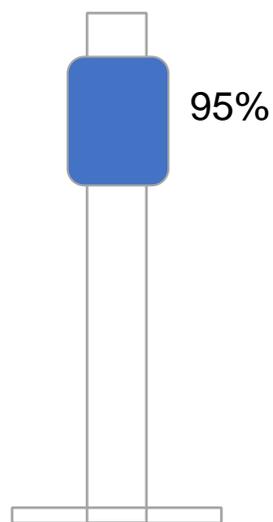


二、糖尿病病人的社区护理与管理

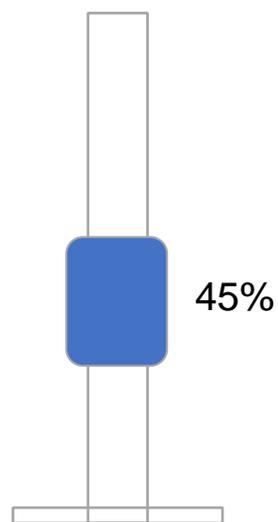


(五)社区糖尿病病人的健康指导

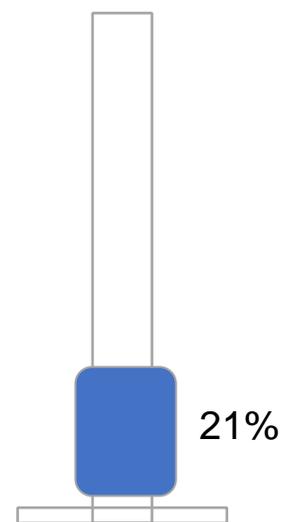
1.饮食指导原则包括:



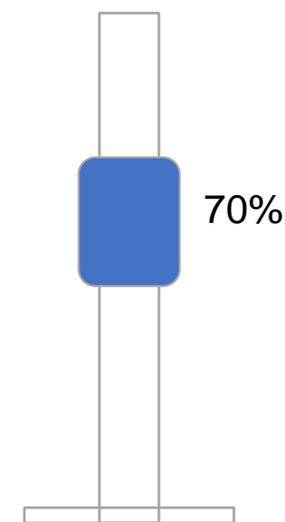
①根据病人的实际需求(体重、劳动强度等)合理控制总热量，以维持理想体重为原则。



②蛋白质、脂肪、糖类的比例合理，帮助病人均衡各种营养素的摄入。



③合理配餐，定时定量，少食多餐，以减少单次餐后胰岛β细胞负担。



④对于使用胰岛素治疗者，可在两餐间或睡前加餐，以防低血糖的发生。



二、糖尿病病人的社区护理与管理



(五)社区糖尿病病人的健康指导

2.运动指导



(1) 运动原则



(2) 运动锻炼的方式



(3) 运动注意事项

3.用药指导

4.自我监测

5.监测血糖

谢谢观看

THINKS

