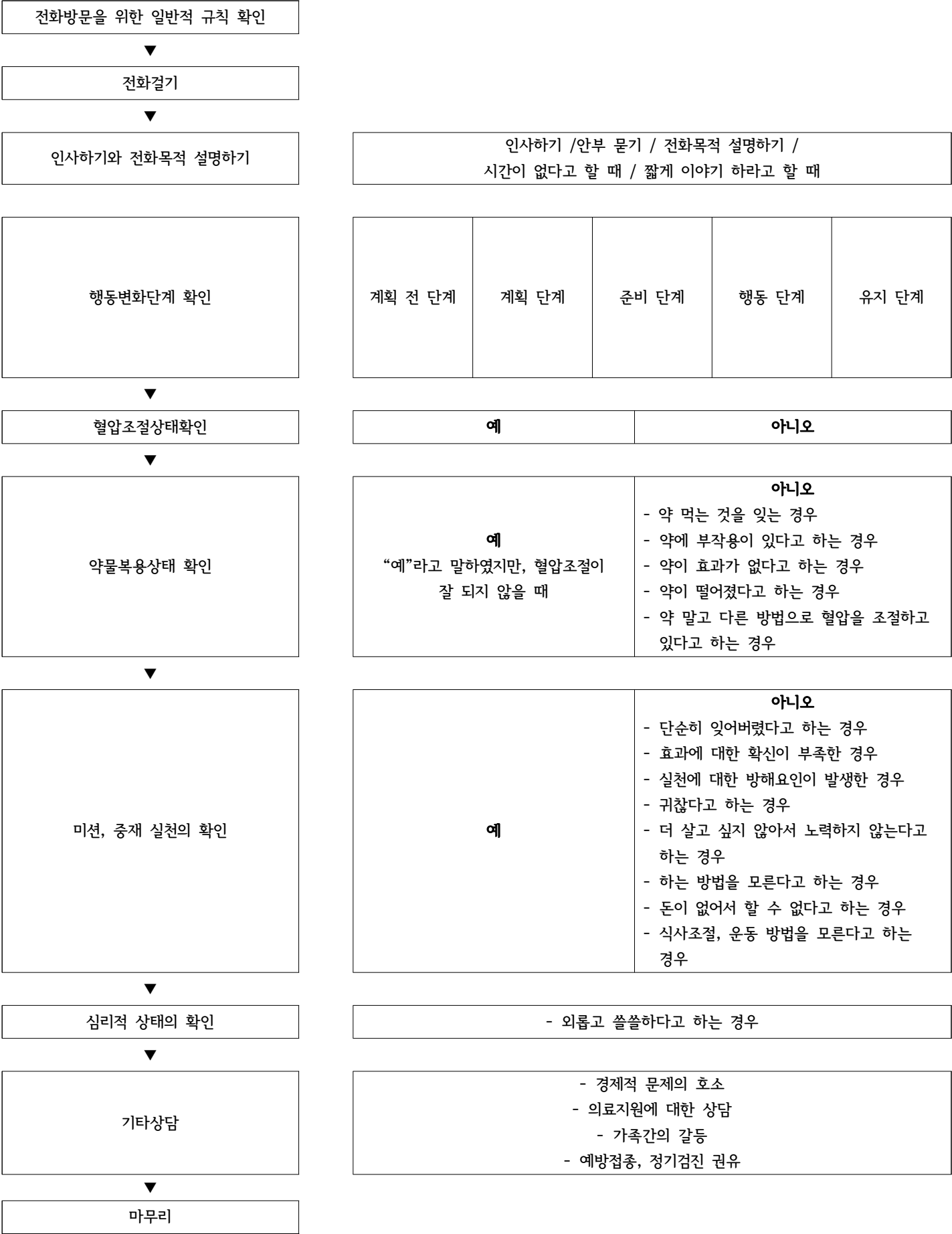


고혈압 대상자의 비대면 상담 흐름도



1단계 - 전화 걸기

대상자	간호사	참고
-	<ul style="list-style-type: none"> - 이야기 할 준비를 한다. - 대상자가 노인인 경우 호출음이 7-8회 울릴 때까지 통화가 연결되기를 기다린다. - 통화중이면 2-3분 후에 다시 건다. 	-

2단계 - 인사하기와 전화목적 설명하기

대상자	간호사	참고 ¹⁾
-	<p>인사하기</p> <ul style="list-style-type: none"> - 인사를 한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 안녕하세요? 저는 ○○○보건소 방문간호사 000입니다.</p> <p>예2) (목소리로 바로 확인이 가능하면) 바로 안부를 묻는다.</p> <p>안부묻기</p> <ul style="list-style-type: none"> - 시간, 날씨에 따라 식사여부/ 활동 등에 대해 전반적으로 물으면서 인사한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 오늘 날씨가 좀 찬데 몸은 좀 어떠세요?</p> <p>예2) 아침식사는 하셨어요?</p> <p>예3) 지금 무엇하고 계세요?</p> <p>전화목적 설명하기</p> <ul style="list-style-type: none"> - 전화목적은 간단히 설명하고 전화방문이 가능한지 확인한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) (제가 오늘은) 지난번에 전화드린 이후로 그동안 어떻게 지내셨는지 궁금해서 전화 드렸습니다. 지금 전화 통화가 가능하십니까?</p> <p>예2) 제가 오늘 건강 앱에서 혈압 측정하신 내용을 보고(혹은 새로운 정보) 혈압 관리 방법에 대해 알려드리려고 전화 드렸습니다. 지금 통화가 가능하십니까?</p>	-
시간이 없다고 할 때	<p>=> 예시문</p> <p>예1) 잘 알겠습니다. 그럼 언제 다시 전화드릴까요?</p> <p>(시간약속을 하고) 인사 후 전화를 끊는다.</p>	-
짧게 이야기하라고 할 때	<p>=> 예시문</p> <p>예1) 네, 간단히 (혹은 한 5분 정도만) 말씀 나누겠습니다.</p>	-

3단계 - 행동변화단계 확인

대상자	간호사	참고
-	<p><질문 방법></p> <p>(1) 현재 가지고 계시는 만성질환(당뇨, 고혈압 등)에 대해서 스스로 건강관리를 하고 계시나요?</p> <p>→ 아니오 답변 시: 앞으로 6개월 이내에 규칙적인 자가 혈압 측정, 약 복용, 금연, 절주 등의 건강관리를 해보실 생각이 있으신가요?</p> <p>→ 예 답변 시: 그럼 그러한 건강관리를 6개월 이상 유지하고 계신가요?</p> <p>(4) 비대면 상담이 진행됨에 따라 변화과정을 모니터링</p> <p>(5) 계획 전 단계, 계획단계, 준비 단계, 행동 단계, 유지 단계</p>	<p>혹은 대상자의 취약한 건강행태를 구체적으로 질문할 수 있음</p> <p>예) 흡연을 하고 계신가요?</p> <p>- 예 답변 시: 흡연을 하고 계시다고 하셨는데, 혹시 앞으로 6개월 이내에 금연하실 생각이 있으신가요?</p> <p>- 아니오 답변 시: 앞으로 6개월 이내에 금연하실 계획이 있으신가요?</p>

대상자	간호사	참고
-	<p><행동변화단계에 따른 상담></p> <ul style="list-style-type: none"> - 비대면 상담 전략 교육자료 확인 - 계획 전 단계: *지식 제공, 장점과 위험 인식, 환경평가(장애요인) - 계획단계: 자가 평가(문제행동에 대한 자신의 기분), 환경 재평가, 장점과 위험 강조, 동기 부여 - 준비단계: 기회 인식(본 사업을 바람직한 건강행위를 실천할 수 있는 기회로 인식하도록 할 것), 약속하기(건강행위를 구체적으로 전문가와 계획, 일상생활 습관을 파악하여 실천가능하도록 할 것), 장점 강조, 동기 부여 - 행동 및 유지단계: 문제 행동을 통제, 건강행동을 유지하기 위한 칭찬과 보상 제공(인센티브), 소모임 혹은 오늘 건강 앱 커뮤니티 활용 독려, 역조건 형성(건강행위의 장애물을 극복할 수 있는 대안 제시), 자극 조절(문제 행동 자극 감소, 건강행위 자극 강화) 	

4단계 - 혈압조절 상태확인

대상자	간호사	참고
	<p>- 혈압 조절상태를 확인한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 오늘 건강 앱에서 측정하신 혈압이 일주일 간 보통 000/000mmHg 이네요. 혈압 측정이나 관리에는 불편함이 없으신가요?</p> <p>예1) 오늘 건강 앱에서 혈압 측정을 하신지 1주일이 넘으셨네요. 혈압 측정이나 관리를 잘 하고 계신가요?</p>	<p>자가혈압 측정을 권고할 때 교육이 필요하며, 이후에도 가정 내 측정기술, 정확도 등에 대해 주기적으로 모니터링</p>
“예”라고 말한 경우	<p>- 칭찬/격려,지지/격려, 혹은 확인 및 관련요인을 탐색한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 참 잘하셨습니다.</p> <p>예2) 혈압을 잘 조절하고 계시군요. 참 좋습니다.</p> <p>예3) 아직도 혈압이 좀 높으신 편인데, 약은 드시고 계신가요?</p>	-
“아니오”라고 말한 경우	<p>- 이유를 확인하고 몸상태를 확인한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 000씨 많이 바쁘셨나 보군요.</p> <p>예2) 혈압을 확인하지 못하셨나요?</p> <p>예3) 머리가 아프거나 어지럽지 않으신가요?</p> <p>- 혈압을 재보도록 한다(지급한 블루투스 혈압계 사용 혹은 보건소 방문 권유)</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 가까운 보건소나 병원에 가서서 혈압을 재해보시기 바랍니다.</p> <p>예2) (지급한 블루투스 혈압계)</p> <p>지금 저랑 전화 통화 하면서 같이 한번 혈압 측정을 해보시겠습니까?</p> <p>- 혈압 측정이 어렵다고 하는 경우</p> <p>- 대상자용 앱 사용 안내문 보내주기 혹은 방문하여 재교육</p>	<p>• 측정 시각 및 방법</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. 아침: 기상 후 1시간 이내, 소변을 본 후, 아침 식사 전, 고혈압약 복용 전, 앉은 자세에서 최소 1~2분 안정 후 2. 저녁: 잠자리에 들기 전, 앉은 자세에서 최소 1~2분 안정 후 3. 이외 측정이 필요하다고 판단된 경우 <p>• 측정 빈도: 측정당 2회 이상</p> <p>• 측정 기간: 처음 진단할 때는 적어도 1주일 동안, 치료 결과 평가 시에는 가능한 오랜 기간 동안 측정하며 적어도 외래방문 직전 5~7일간</p>
<p>“정상 혈압이 얼마예요?”</p> <p>“혈압을 어느 정도로 조절해야 좋은 건가요?”</p> <p>“혈압계 사용방법이 헛갈려요”</p>	<p>- 혈압 측정 방법과 시간을 아는지 확인한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 혈압은 아침 약물 복용 전, 식사 전 측정이 좋고요. 저녁에는 잠자리 들기 전에 측정하시는 게 좋아요. 항상 바르게 앉아서 측정하시고요. (책자 내용 설명)</p> <p>제가 지금 설명드린 내용을 휴대폰으로도 보내드렸어요. 저와 통화 후에 한번 다시 읽어보세요.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. 혈압 측정법 <ul style="list-style-type: none"> [참고] 가정혈압측정 교육책자 [참고] 대상자용 앱 사용 안내문 2. 치료 목표 <ul style="list-style-type: none"> - 노인 고혈압 환자의 목표혈압: 수축기혈압 < 140

대상자	간호사	참고
	<p>예2) (기기 문제 발생 시) 행정담당에게 연계</p> <p>예3) (블루투스 혈압계 보유 시) 갖고 계신 혈압계를 사용하시는데 어려움이 있으실까요? 필요하면 저희가 방문하여 측정하는 방법을 다시 알려드릴게요.</p>	<p>mmHg</p> <p>- 그러나 수축기 혈압이 100mmHg, 이완기혈압이 70mmHg 미만으로 감소할 경우 오히려 심혈관계 질환과 사망률이 높아지므로 주의하여 관찰</p> <p>[참고] 고혈압 교육자료_3 제공</p>

5단계 - 약물복용상태확인

대상자	간호사	참고
	<p>- 혈압약 복용을 확인한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 혈압약은 드셨습니까?</p>	-
“예”라고 말한 경우	<p>- 지지와 격려를 한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 잘하셨습니다.</p>	-
“예”라고 말하였지만, 혈압조절이 잘 되지 않을 때	<p>- 혈압약 복용에 대해서는 칭찬하고, 혈압조절이 안되는 이유를 알아본다,</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 약을 드시는 것은 잘하셨습니다. 그런데 혈압이 여전히 높으시군요. 현재의 혈압상태에 대해서 의사선생님과 상의 해보신 적이 있습니까?</p> <p>예2) 운동을 하거나, 흥분한 상태에서 혈압을 재면 보통 혈압보다 높게 나올 수 있습니다. 한 20분 정도 휴식 후에 오늘 건강 앱을 들어가셔서 혈압을 측정해보세요. 제가 그 후에 다시 전화드리고 상담해드리겠습니다.</p> <p>예3) 혈압약을 드시는 것은 물론이고, 식사도 조절하시고, 운동도 같이 하셔야 하는데, 식사조절과 운동을 하고 계십니까? 혹시 짜게 드시는 건 아닌가요?</p>	-
“아니오”라고 말한 경우	<p>- 약을 복용하지 않은 이유/약 복용의 방해요인을 확인한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 약을 드시지 않은 이유는 무엇인가요?</p>	-
“약 먹는 것을 잊었습니다.”	<p>- 곧바로 약을 먹도록 한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 전화 끊고 바로 드세요. 제가 약 드셨는지 다시 전화드려 확인 할게요.</p>	-
“약에 부작용이 있습니다.”	<p>- 약 부작용에 관련된 요인을 확인한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 언제부터 그런 부작용이 있었습니까?</p> <p>예2) 약을 언제 드셨습니까?</p> <p>예3) 어떤 부작용이 있었습니까?</p>	<p>-복약지도: 약명, 처방 용량 및 용법, 횟수 등 파악하여 처방에 따라 적절히 복용하고 있는지 확인, 아래의 복약지도 페이지를 참고하여 약물 관련</p>

대상자	간호사	참고
	<p>예4) 전에도 그런 적이 있으셨어요?</p> <p>- (판단에 의하여)구체적인 방법에 대해서 상담한다. => 예시문</p> <p>예1) 약 드시고 그러셨다면 그것은 먼저 의사선생님과 상의 하시는 게 좋을 것 같습니다.</p> <p>예2) 복용하신 약이 지난번에 드시던 약과 다른니까?</p>	<p>부작용이 있는지 확인</p> <p>- ※ 참고: 국민건강보험 건강 in 사이트 접속 (https://hi.nhis.or.kr/) → 건강정보 → 의약품 정보 → 의약품 정보 검색 → 제품명 혹은 성분명을 입력 → 의약품 상세 페이지의 ‘복약 지도’ 확인</p> <p>- ※ 방문간호사용 약품정보 집은 약학정보원 (www.health.kr)에서 참조 가능</p>
“약이 효과가 없는 것 같다”	<p>- 대상자의 응답을 재진술하면서 의미를 분명히 하도록 한다. => 예시문</p> <p>예1) 000(약이름)은 효과가 없다고 생각하시는 바를 좀 더 자세히 말씀해주세요.</p> <p>- 대상자의 응답에 따라서 양 복용의 중요성에 대한 설득 전략을 찾아내어 설득하고, 조언한다. => 예시문</p> <p>예1) 약을 드시지 않으면 뇌졸중이나 심장질환이 올 수 있어요. 그렇지 않으려면 혈압약을 드시고 혈압을 잘 조절하셔야 해요.</p> <p>예2) 혹시 최근에 몸에 변화가 있거나, 스트레스 받은 일이 있으셨어요?</p> <p>예3) 혈압약은 종류가 여러 가지예요. 혹시 약을 잘 드시는데도 효과가 없는 것 같다면 다시 의사선생님과 상담하셔서 효과가 좋은 약으로 바꿔보도록 해보세요.</p>	<p>1. 고혈압 치료 효과의 이득 (수축기 혈압 10mmHg 감소 시)</p> <p>① 뇌졸중 감소 27%</p> <p>② 관상동맥질환 감소 17%</p> <p>③ 심부전 감소 28%</p> <p>④ 사망률 감소 13%</p> <p>2. 약물 치료</p> <p>- 고혈압 전단계: 초기 약물 복용 효과 근거는 아직 부족함</p> <p>- 1기 고혈압~2기 고혈압: 약물 치료와 생활요법을 반드시 병행해야 함, 약물 복용 시 분명한 심뇌혈관 이득이 있음</p>
“약이 떨어졌다.”	<p>- 현재 투약하고 있는 상태(투약시간과 용량)를 확인한다. => 예시문</p> <p>예1) 지난번 처방받은 날짜가 언제였습니까?</p> <p>예2) 약은 언제 드셨어요?</p> <p>예3) 한 번 드실 때 얼마나 드셨어요?</p> <p>- 정확한 약복용 방법을 다시 한 번 교육한다. => 예시문</p> <p>예1) 제가 약복용에 대해서 말씀 드렸지요? 저에게 약 먹는 방법에 대해서 말해보세요.</p> <p>- 약을 지속적으로 복용할 수 있도록 대안을 마련한다. => 예시문</p> <p>예1) 병원(혹은 보건소)를 방문해서 약을 다시 받아서, 중단하지 말고 정확하게 약 드세요.</p> <p>예2) (경제적 상태/혹은 자여로 인하여 약의 복용이 중단되었다면) 보호자(주로 자녀)에게 연락 해서 약을 준비하도록 말씀드릴게요.</p> <p>- 약복용의 중요성을 다시 한 번 교육한다.</p>	-

대상자	간호사	참고
“약 말고 다른 방법으로 혈당을 조절하고 있다.”	<ul style="list-style-type: none"> - 다시 한 번 혈압상태를 확인한다. - 사용하고 있는 다른 방법의 내용과 사용기간을 확인한다. - 응답에 따라 적절한 대안을 마련한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 그렇지만 혈압이 조절되고 있지는 않습니다. 그 방법만으로는 혈압이 조절되지 않으니, 약을 드시면서 00도 함께 하는 것이 좋을 것 같습니다.</p> <p>예2) 말씀하신 방법이 혈압을 조절하는지는 잘 모르겠습니다. 일단 의사선생님과 상의하셔서 약을 중단해도 좋은 상태인지를 확인하세요.</p>	-

6단계 - 미션, 증재 실천의 확인

대상자	간호사	참고
	<ul style="list-style-type: none"> - 지난 번 교육 내용에 대한 수행을 확인한다. - 미션 수행을 확인한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 지난번 상담 때 교육해 드린 내용과 간호사가 교육한 행동지침을 매일 실천하고 계십니까?</p> <p>예) 혈압을 적절한 시간에 측정하기, 짜게 먹지 않기 등</p>	-
“예”라고 말한 경우	<ul style="list-style-type: none"> - 수행으로 인한 효과(기운이 남, 혹은 혈압이 조절됨, 혹은 몸이 가벼워짐 등)을 찾아내어 지지와 격려를 한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 잘하셨습니다.</p> <p>예2) 00분이 그렇게 잘하고 계시니까 저도 보람이 있습니다.</p>	-
“아니오”라고 말한 경우	<ul style="list-style-type: none"> - 실천을 방해하는 요인을 찾아내고, 실천을 위한 전략을 마련한다. 	-
“단순히 잊어버렸다.”	<ul style="list-style-type: none"> - 교육 내용을 다시 한 번 교육한다. - 증재실천을 위한 전략(시간, 방법)을 대상자와 상의한다. - 수행이 이루어진 것을 확인하기 위하여 가까운 시간에 전화를 하겠다고 시간 약속을 한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 바빠서 잊으셨다구요? 많이 바쁘셨군요! 그런데 잠깐 쉬는 때가 언제 세요? 그럼 그 때 00하면 될 것 같은데, 그 때 하시겠어요?</p>	-
“효과에 대한 확신이 부족하다.”	<ul style="list-style-type: none"> - 효과에 대한 확신이 부족한 이유를 확인하고, 수행이 이루어질 수 있는 전략을 마련한다. - 수행으로 인한 효과(기운이 남, 혹은 혈압이 떨어짐, 혹은 몸이 가벼워짐 등)을 찾아내어 지지와 격려를 한다. - 증재를 실천할 수 있는 구체적인 전략을 대상자와 함께 계획하고 실천하도록 격려한다.(예: 확인을 위한 전화, 방문 	<ul style="list-style-type: none"> • 생활요법 - 고혈압 전단계, 고혈압 단계 모두에서 생활요법은 시행 권고됨 - 좋은 생활습관은 고혈압약 한 개 정도의 혈압 강하

대상자	간호사	참고
	<p>혹은 실천에 대한 보상 등)</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 어떻게 실천하셨는지 말씀해주세요. 운동은 금방 효과가 나타나지는 않지요. 3달 동안만 지속하시면 분명히 나아지실 겁니다.</p> <p>예2) 운동을 하고나면 몸이 좀 가벼워지는 것을 느끼시잖아요? 그렇게 계속하면 혈압이 정말 떨어집니다.</p>	<p>효과가 있음</p> <p>- 약물요법과 생활습관은 반드시 병행되어야 함</p> <p>[참고] 고혈압 교육자료_5</p> <p>① 싱겁게 먹기</p> <p>② 체중 줄이기</p> <p>③ 식사 조절: 채식 위주</p> <p>④ 하루 30-50분, 일주일에 5일 운동하기</p> <p>⑤ 하루 소주 2잔 이하로 절주하기</p> <p>⑥ 금연하기</p>
<p>“실천에 대한 방해요인의 발생”</p> <p>- 바빠서 수행하지 못함</p>	<p>- 일상생활에서 수행을 위한 구체적인 전략을 마련한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 그럼 저하고 같이 (운동 혹은 손 운동 등) 시간을 만들어 봅시다. 저녁은 언제 드시죠? 저녁 드시고 나서는 뭘 하세요?</p>	
<p>“귀찮다.”</p>	<p>- 귀찮게 여겨지는 점에 대해서 확인하고, 이를 줄이도록 한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 어디가 아프세요?</p> <p>예2) 집에 무슨 일이 있으세요?</p> <p>예3) 운동하는데 나가시는 것이 귀찮으시면 집에서 따라할 수 있는 운동은 어떤가요? 제가 저희 운동사 선생님께 연락드려서 운동하실 수 있는 방법을 알려드리도록 할게요.</p>	-
<p>“더 살고 싶지 않아서 노력하고 싶지 않다.”</p>	<p>- 정서를 확인하고 따뜻하게 위로한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 왜 그런 생각이 드셨어요?</p> <p>예2) 요즘 기분이 언짢으세요?</p> <p>예3) 무슨 좋지 않은 일이라도 있으셨어요?</p>	-
<p>“하는 방법을 모른다.”</p>	<p>- 남에게 의존하지 않는 독립적인 삶을 살기 위해서 건강행위 실천이 중요하다는 점을 이야기한다.</p> <p>- 간략하게 실천행위를 교육하고, 되물어서 방법을 알게 되는지 확인한다.</p> <p>- 다음 상담에서는 충분히 시간을 갖고 건강행위 실천을 교육하고, 실천하도록 격려한다.</p>	-
<p>“돈이 없어서 할 수 없다.”</p>	<p>- 대상자의 경제상태에 대한 적절한 방법에 대해서 상담한다.</p> <p>- 지역사회 연계가 가능한 복지 서비스에 대해서 안내한다.</p>	-
<p>“식사조절하는 것이 어려워요.”</p>	<p>- 식사조절을 방해하는 요인을 알아본다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 식사하실 때 어려운 점은 어떤게 있을까요?</p> <p>- 영양사와 연계한다,</p>	<p>[참고] 고혈압 교육자료_8</p> <p>- 싱겁게 먹기 방법</p> <p>- 식사 조절하기 방법</p>

대상자	간호사	참고
	<p>예1) 영양사와 연계하여 식단에 관련한 전문 지식을 설명드리겠습니다요?</p> <p>- 고혈압 환자에게 식사조절의 중요성에 대해 교육한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 고혈압 환자분들은 식사 조절만으로도 혈압이 감소될 수 있어요. 조리할 때 소금, 간장 등을 줄여서 넣으시고 짜게 드시지 않도록 하셔야 해요. 과일과 채소를 많이 드셔야 하고, 기름진 음식을 드시지 않는 것만으로도 혈압이 낮아져요.</p>	
<p>“운동을 뭘해야 하는지 모르겠어요.”</p> <p>“운동하기 귀찮아요.”</p>	<p>- 운동사와 연계한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 운동하실 때 어려운 점은 어떤게 2있을까요?</p> <p>예2) 운동사와 연계하여 운동에 관련한 전문 지식을 설명드리겠습니다요? (-> 운동사 연계)</p> <p>- 고혈압 환자에게 운동의 중요성에 대해 교육한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 고혈압 환자분들은 운동만으로도 혈압이 감소될 수 있어요. 운동을 하면 혈압이 떨어지고, 심장과 폐의 기능이 좋아져요. 스트레스 해소도 된답니다. 일주일에 30분 정도 매일 공원을 걸어보시는 건 어떨까요? 집에 혹시 아령이 있으시면 그것도 함께 일주일에 3번 정도 해보시면 좋을 것 같아요.</p> <p>원하시면 운동사 선생님과 함께 운동 계획을 짜보시고 실천해보시는 건 어떨까요?</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 체중감량 복부비만과 체중은 밀접한 관계가 있음. 5kg 감량 시 뚜렷한 혈압 감소 효과를 보임 특히, 당뇨병, 이상지질혈증 등의 만성질환이 동반된 경우 체중 감량이 많은 도움이 됨 • 운동 <ul style="list-style-type: none"> - 혈압 감소, 심폐기능 개선, 체중 감소, 스트레스 해소 등의 효과 - 일주일에 30분-50분, 5일 이상 실시하도록 권장 - 유산소 운동과 근력 운동 권장(아령) - 심장병이 있을 시 적절한 운동 종류와 양을 의사와 상의해야 함

7단계 - 심리적 상태 확인

대상자	간호사	참고
	<p>- 심리적인 어려움에 대해서 알아본다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 요즘 기분은 어떠세요?</p> <p>예2) 요즘 걱정거리는 있으세요?</p>	-
“외롭고 쓸쓸하다.”	<p>- 기분에 대해서 공감해준다.</p> <p>- 그런 기분이 드는 이유, 기간, 대응방법에 대해서 물어본다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) 적적하셨겠군요.</p> <p>예2) 그런 기분이 들 때 어떻게 하세요?</p> <p>- 기분을 바꿀 수 있는 방법을 제시한다.</p> <p>=> 예시문</p> <p>예1) TV 많이 보시죠? 제가 보니까 00프로그램이 재미있던데 한 번 보실래요?</p> <p>예2) 좋아하시는(즐거부하시는) 노래 한 곡 불러 보실래요?</p>	-

예3) 필요한게 있으시거나 힘든 일이 있으시면 저에게 전화해주세요.

8단계 - 기타 상담

대상자	간호사	참고
	<ul style="list-style-type: none"> - 기타의 상담을 위하여 대상자에게 하고 싶은 이야기가 있는지를 묻는다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 그 외 상담하고 싶은 것이 있으세요?</p> <p>예2) 저한테 하실 말씀이 있으세요?</p>	-
경제적 문제의 호소	<ul style="list-style-type: none"> - 공감하고, 적절하게 대응한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 많이 힘드시겠군요. 그런데 제가 지금 전화로 바로 해결해 드릴 수는 없습니다. 혹시 가능한 방법이 있는지 알아보고 다시 전화 드리겠습니다.</p>	-
의료자원에 대한 상담 - 병원소개, 의사와의 문제, 다른 질환과 연계치료	<ul style="list-style-type: none"> - 대상자가 원하는 바를 정확하게 파악한다. - 대상자가 동원할 수 있는 자원중에서 선택하도록 협력한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 가까운 병원, 지속적인 치료가 가능한 곳이 어디죠? 병원은 아무래도 가까운 곳이 좋겠죠? 주변에 가까운 병원이 어디있나요? 그중에서 가장 마음에 드시는 곳이 어디세요? 등</p>	-
가족 간의 갈등	<ul style="list-style-type: none"> - 공감을 표현하고, 충분히 이야기 할 수 있도록 배려하고, 감정을 정리할 수 있도록 도와준다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 000씨가 참 힘드셨겠군요. 마음이 많이 상하셨겠어요. 섭섭하셨죠?</p> <p>예2) 이야기를 하고 나니까 좀 시원해지시죠?</p>	-
영양사 및 운동사 연계 상담	<ul style="list-style-type: none"> - 영양문제 또는 운동문제가 있어 전문가의 상담이 고려되는 경우 상담 여부를 물어본다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 000씨는 요새 운동(식습관개선)하는 것을 실천하는데에 어려움을 겪고 있는 것 같은데, 전문가와 함께 상담해보시겠어요?</p>	-
예방접종 안내	<ul style="list-style-type: none"> - 매년 9~10월 인플루엔자 예방접종 받는 것을 권유 	
정기 검사 권유	<ul style="list-style-type: none"> - 정기적으로 병원 혹은 보건소에 내소하여 혈압 측정 및 약물과 관련된 상담 권유 	

9단계 - 마무리

대상자	간호사	참고
	<ul style="list-style-type: none"> - 상담과 교육 내용 중 강조하고 싶은 부분을 다시 한번 강조한다. <p>다음 방문 날짜를 알려준다.</p> <ul style="list-style-type: none"> - 마무리 인사를 한다. <p>=> 예시문</p> <p>예1) 저는 000보건소 방문간호사 000였습니다. 오늘 저랑 통화하신 것이 도움이 되셨습니까? 제가 방문할 때 까지 건강하게 지내세요. 안녕히 계세요~</p>	-

Reference

1) 대한고혈압학회 (2019). 표준 교육슬라이드(일반인용)

[고혈압]

2) 대한의학회, 질병관리청 (2019). 일차 의료용 근거기반 고혈압 임상진료지침 ISBN: 11-1352159-000557-14