

社区护理干预在老年高血压患者中的应用价值

谢玉婷 林敏桃

桂城街道社区卫生服务中心 广东 佛山 528200

【摘要】：目的：探究社区护理干预在老年高血压患者中的应用价值。方法：选取2022.1-2022.12社区老年高血压患者100例，随机分组为对照组和观察组，每组各50例患者，对照组进行常规护理干预，观察组进行社区护理干预，对比两组护理干预后的用药依从性、血压水平以及病人满意度。结果：观察组护理干预后的用药依从性明显高于对照组，差异具有统计学意义（ $p < 0.05$ ）；观察组护理干预后的血压水平明显优于对照组，差异具有统计学意义（ $p < 0.05$ ）；观察组护理干预后的病人满意度明显高于对照组，差异具有统计学意义（ $p < 0.05$ ）。结论：社区护理干预应用于老年高血压患者的护理中有显著效果，能够有效地提高患者的用药依从性，改善其血压水平，提高其满意度，有较高的价值，值得临床推广应用。

【关键词】：社区护理干预；老年高血压；应用价值

The Application Value of Community Nursing Intervention in Elderly Hypertensive Patients

Yuting Xie, Mintao Lin

Community Health Service Center of Guicheng Street, Guangdong Foshan 528200

Abstract: Objective: To explore the application value of community nursing intervention in elderly hypertensive patients. Methods: 100 elderly hypertensive patients in the community from January 2022 to December 2022 were randomly divided into a control group and an observation group, with 50 patients in each group. The control group received routine nursing intervention, while the observation group received community nursing intervention. The medication compliance, blood pressure level, and patient satisfaction after nursing intervention were compared between the two groups. Result: The medication compliance of the observation group after nursing intervention was significantly higher than that of the control group, with a statistically significant difference ($p < 0.05$); The blood pressure level of the observation group after nursing intervention was significantly better than that of the control group, with a statistically significant difference ($p < 0.05$); The patient satisfaction of the observation group after nursing intervention was significantly higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ($p < 0.05$). Conclusion: Community nursing intervention has a significant effect on the care of elderly hypertensive patients, which can effectively improve their medication compliance, improve their blood pressure levels, and increase their satisfaction. It has high value and is worthy of clinical promotion and application.

Keywords: Community nursing intervention; Elderly hypertension; Application value

高血压是一种常见的慢性疾病，通常指血压持续高于正常水平。高血压定义为收缩压（高压） ≥ 140 毫米汞柱和 / 或舒张压（低压） ≥ 90 毫米汞柱。高血压前期的特征是收缩压在 120-139 毫米汞柱之间和 / 或舒张压在 80-89 毫米汞柱。高血压的症状因人而异，一些患者可能会出现头痛、头晕、心悸、胸闷和失眠等不适。但有些患者可能没有任何症状，只能在测量血压时检测到高血压。长期高血压会损害心脏、肾脏、大脑和视网膜等器官，导致严重的健康问题。社区护理干预是以社区为服务对象，以护理为手段，以健康促进为目标，通过预先设计的干预措施，达到改善社区居民健康状况的目的。本研究主要分析了社区护理干预在老年高血压患者中的应用效果和价值，具体报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选取 2022.1-2022.12 之间在社区老年高血压患者 100 例，随机分组为对照组（50 例，男 28 例，女 22 例， 75.21 ± 3.19 岁）和观察组（50 例，男 29 例，女 21 例， 75.36 ± 3.21 岁），对比两组数据，差异不具有统计学意义（ $p > 0.05$ ）。本研究中的所有患者均对本研究知情并签署知

情同意书。

1.2 方法

对照组进行常规护理干预，包括健康宣教、用药指导等；观察组进行社区护理干预，具体措施如下：

（1）饮食护理：根据科学饮食原则，社区实践应指导老年高血压患者吃清淡、低脂、低热量、易消化的食物，尽可能少吃多餐，吃维生素含量高的食物，确保老年患者摄入充足的钙、钾、镁等微量元素，并适当补充钙、镁等微量元素，有利于老年高血压患者的治疗。尽量避免老年患者暴饮暴食，适当饮水，限制饮酒，戒烟，保持大便通畅。

（2）心理护理：消除患者的紧张和恐惧，稳定他们的情绪，保持心理平衡。压抑太久或感觉太兴奋会对大脑造成严重创伤，导致交感肾上腺素活动增加和血压持续升高。对此，社区执业人员应正确引导老年患者学会自我调节，以减轻其精神压力，防止情绪激动、紧张等不良刺激，保持患者健康的心理状态。

（3）药物护理：临床医学用药的原则是控制药物的用量，慢慢降低患者的血压，鼓励长期药物治疗，并从小剂量逐渐增加剂量。因为大多数老年人都患有心、肾、脑等

器官的动脉硬化症, 整个循环的功能较差, 对降压药比较敏感, 所以要耐心地向患者解释长期用药的必要性、药物的作用、用药时间、注意事项等, 使患者能够配合药物治疗。

(4) 运动护理: 鼓励患者进行有氧运动, 如散步、慢跑等, 可以增强心肺功能, 促进血液循环, 降低血压。建议每次锻炼 30 分钟左右, 每天锻炼 1—2 次, 每周锻炼 3—5 次, 社区工作人员可以定期跟踪患者, 了解他们的活动情况, 及时解决他们的问题和不适。

(5) 血压监测: 向患者解释监测血压的重要性, 说明如果血压水平波动, 对血管的伤害比持续的高血压更严重。因此, 稳定控制血压是治疗和预防老年高血压的重要措施。同时, 根据患者血压状况进行个性化用药调整, 建议患者及其家属不要擅自增加或减少用药剂量或更换药物。

(6) 健康教育: 通过定期培训和宣传活动, 向老年高血压患者普及高血压相关知识, 提高他们对该疾病的认识和重视程度。同时, 引导患者正确使用血压计, 了解遵医嘱服药的重要性和不遵医嘱的危害。帮助患者建立健康的生活方式和习惯, 如保持充足的睡眠、适当的锻炼和控制情绪。

(7) 随访管理: 建立健康档案, 定期随访患者, 观察其病情变化, 并及时调整治疗计划。对于行动不便或无法来门诊就诊的患者, 可以进行现场随访。在随访过程中, 关注患者的心理状况, 及时发现并解决其心理问题。

1.3 观察指标

本研究观察对比两组护理干预后的用药依从性、血压水平以及病人满意度。用药依从性包括按照医嘱服用药物、按时服用药物; 血压水平包括舒张压和收缩压。病人满意度采用问卷调查的形式, 满分 100 分, 分数越高说明满意度越高。

1.4 统计学分析

使用 SPSS20.0 软件对数据进行统计学分析, 使用 t 和 “ $\bar{x} \pm s$ ” 表示计量资料, 使用卡方和 % 表示计数资料, $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 用药依从性对比

观察组的用药依从性明显高于对照组, 差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。

表 1 观察组和对照组的用药依从性对比 [n,(%)]

组别	例数	按照医嘱服用药物	按时服用药物
观察组	50	98% (49 例)	96% (48 例)
对照组	50	86% (43 例)	84% (42 例)
χ^2	-	9.783	8.001
P	-	0.002	0.005

2.2 血压水平对比

观察组的血压水平明显优于对照组, 差异具有统计学

意义 ($p < 0.05$)。

表 2 观察组和对照组的血压水平对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	舒张压 (mmHg)	收缩压 (mmHg)
观察组	50	72.54±3.36	95.69±5.28
对照组	50	76.02±6.97	100.67±10.21
t	-	3.180	3.063
P	-	0.002	0.003

2.3 病人满意度对比

观察组的病人满意度 (92.35±6.17 分) 明显高于对照组的病人满意度 (88.96±4.87 分), 差异具有统计学意义 ($t=3.051, p=0.003$)。

3 讨论

老年高血压是一种常见的慢性病, 对老年人的健康影响较大。老年高血压患者患心血管疾病的风险显著增加, 如冠心病、心力衰竭、中风。老年高血压患者易患脑血管疾病, 如脑出血、脑梗死等, 严重时可导致残疾或死亡。老年高血压患者易患肾脏疾病, 如高血压肾病、肾功能衰竭等。老年高血压患者容易患青光眼、白内障、视网膜病变等眼病。老年高血压患者患骨质疏松症的风险增加, 骨质疏松症很容易导致骨折和骨痛等症状。因此, 老年高血压患者需要有针对性的护理和有效的护理, 控制血压水平, 减少并发症的发生, 保持健康。

社区护理干预的目的是预防和控制疾病的发生和发展, 提高社区居民的健康水平和生活质量。社区护理干预通过健康教育、预防保健等措施, 增强社区居民的健康意识和自我保健能力, 预防和控制疾病的发生。社区护理干预措

施通过康复护理和慢性病管理等措施, 帮助社区居民提高生活质量, 促进康复。社区护理干预可以及早发现疾病, 及时采取措施, 减少医疗成本和医疗资源浪费。社区护理干预可以帮助社区居民解决健康问题, 提高他们的健康水平和生活质量。因此, 社区护理干预在促进社区居民健康方面发挥着重要作用。将社区护理干预措施应用于老年高血压患者的护理可以提高他们的生活质量。社区护理干预可以通过有效的健康教育、预防性护理、康复护理和慢性病管理措施, 提高老年高血压患者的生活质量和健康水平; 同时, 社区护理干预可以有效提高老年高血压患者的血压水平, 降低心血管疾病的发生率; 另一方面, 社区护理干预可以增强患者的依从性行为, 帮助老年高血压患者更好地理解 and 遵守医嘱, 提高治疗依从性和有效性; 社区护理干预可以通过定期随访、健康教育和健康管理, 帮助老年高血压患者预防和控制高血压并发症, 降低医疗成本, 减轻不必要的医疗压力; 社区护理干预可以为老年高血压患者提供情感支持和社会互动机会, 增强他们的社会支持网络和社区归属感。因此, 社区护理干预对老年高血压患者具有显著的效果和优势, 可以提高他们的生活质量, 降低

血压, 增强医疗依从性, 预防并发症, 提高社会支持等。本研究也显示, 观察组护理干预后的用药依从性明显高于对照组, 差异具有统计学意义 ($p < 0.05$); 观察组护理干预后的血压水平明显优于对照组, 差异具有统计学意义 ($p < 0.05$); 观察组护理干预后的病人满意度明显高于对照组, 差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。

综上所述, 社区护理干预应用于老年高血压患者的护理中有显著效果, 能够有效地提高患者的用药依从性, 改善其血压水平, 提高其满意度, 有较高的价值, 值得临床推广应用。

参考文献:

- [1] 梁霞飞. 社区老年高血压患者双心护理方案的构建及应用效果研究 [D]. 河南: 新乡医学院, 2022.
- [2] 陈宝芝, 徐有为. 老年高血压患者实施社区护理的有效性研究 [J]. 养生大世界, 2022(20):361-362.
- [3] 程瑶. 社区慢性病管理模式在老年高血压患者管理中的应用效果研究 [J]. 中国社区医师, 2022,38(36):156-158.
- [4] 齐芳兰. 社区护理干预在社区老年高血压患者中的应用价值体会 [J]. 健康管理, 2021(10):226.
- [5] 谢永红. 社区护理干预在社区老年高血压患者中的应用价值体会 [J]. 家有孕宝, 2021,3(7):139.
- [6] 徐晴晴. 健康教育与慢性病管理护理在社区老年高血压中的应用效果及对血压的影响 [J]. 首都食品与医药, 2021,28(7):149-150.
- [7] 赵藏, 刘忻. 社区中医护理干预对老年高血压患者自我管理能力的影 响 [J]. 医药前沿, 2021,11(29):168-169.
- [8] 王荣珍. 探讨护理干预在老年高血压患者护理中的价值 [J]. 中国保健营养, 2021,31(27):121.
- [9] 王丽丽. 社区护理干预在社区老年高血压患者中的应用价值 [J]. 美眉, 2020(11):22.
- [10] 顾海桃. 社区护理干预对提高老年高血压患者生活质量的临床效果评价 [J]. 健康必读, 2020(15):108.