

优质护理在老年高血压病患者中的应用效果

鲍 策 王 鑫

大连医科大学附属第二医院 辽宁 大连 116023

【摘 要】：目的：探讨优质护理在老年高血压护理中的效果。方法：选取2021年8月~2022年10月我院收治的老年高血压患者，随机分为两组，对照组45例采用常规护理，观察组45例应用优质护理，观察并比较两组患者的护理效果。结果：护理后观察组收缩压、舒张压低于对照组（ $P<0.05$ ）；观察组生活质量评分、护理满意度评分及自我管理能力评分均优于对照组（ $P<0.05$ ）。结论：对老年高血压病患者护理中采用优质护理，可有效控制血压，并且患者满意度、生活质量及自我管控能力也明显提高，应用效果显著。

【关键词】：优质护理；老年高血压病；护理满意度；生活质量；自我管理能力

The Application Effect of High-quality Nursing in Elderly Patients with Hypertension

Ce Bao, Xin Wang

The Second Affiliated Hospital of Dalian Medical University, Liaoning Dalian 116023

Abstract: Objective: To explore the effectiveness of high-quality nursing in elderly hypertension nursing. **Methods:** Elderly hypertensive patients admitted to our hospital from August 2021 to October 2022 were randomly divided into two groups. The control group consisted of 45 cases who received routine nursing, while the observation group consisted of 45 cases who received high-quality nursing. The nursing outcomes of the two groups of patients were observed and compared. **Result:** After nursing, the systolic and diastolic blood pressure in the observation group were lower than those in the control group ($P<0.05$). The quality of life score, nursing satisfaction score, and self-management ability score of the observation group were better than those of the control group ($P<0.05$). **Conclusion:** Adopting high-quality nursing for elderly hypertensive patients can effectively control blood pressure, and significantly improve patients' satisfaction, quality of life, and self-control ability. The application effect is significant.

Keywords: High-quality nursing; Elderly hypertension; Nursing satisfaction; Quality of life; Self-management ability

高血压是一种动脉血压升高的慢性病。随着社会人口老龄化日益严重，老年高血压病发病率也随之增高^[1]。常伴有头晕、心律失常等症状，严重影响患者生活质量。因高血压不能完全治愈，长期以来多以药物控制血压，且极易使患者产生耐药性和毒副作用，不仅给患者带来身体上痛苦，而且增加了患者心理压力，不利患者治疗效果^[2]。因此，该病用药物控制血压的同时采用科学有效的护理方法十分重要^[3]。故此，选取本院收治的90例老年高血压患者作为参考样本，探讨优质护理对老年高血压患者的作用，内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2021年8月~2022年10月我院收治的老年高血压患者，随机分为两组，对照组45例，男29例，女16例，年龄62~86岁，平均（67.37±4.04）岁；观察组45例，男28例，女17例，年龄63~85岁，平均（67.43±4.12）岁。两组的一般资料差异不明显（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

对照组采用常规护理，如严密监测体征情况，心律、脉搏、呼吸及体温情况等。若生命体征出现异常情况，应及时告知医生并予以相应对症处理。同时叮嘱患者严格遵医嘱用药，不可私自停药。观察组采用优质护理，内容如下：1）健康教育。护理人员应积极与患者沟通，并用简洁明了的话语对老年患者讲解关于高血压一系列知识，如病发原

因、治疗方法、日常护理及注意事项等，还可通过播放短视频、发放宣传小手册等方式进行讲解，提高其认知水平。此外，应指导患者正缺掌握血压测量方法及使用操作。2）心理护理，加强于患者沟通交流，并密切观察患者心理状态，耐心倾听患者心声、诉求，并给予针对性的心理干预，尽可能的帮助其解决，偶利于提高其治疗依从性。3）饮食护理。根据患者实际病情、饮食习惯制定科学营养的饮食方案，主要以清淡、易消化食物为主，多食用水果、蔬菜，少食高脂肪、高盐等食物，以保证患者营养的摄入。4）血压护理。定期监测血压情况并做好记录，并严格遵医嘱用药，不可擅自停药，避免出现血压控制情况不稳定。6）运动护理。当患者血压情况稳定后，应指导患者进行适当运动锻炼，如慢跑、打太极等有氧运动。并根据患者实际情况，适当调整运动量，循序渐进，以提高患者自身抵抗力，减少疾病的发生。7）环境护理。为患者提供舒适的住院环境，保持室内干净整洁，定期消毒、通风，适当调节室内温度、湿度，还播放舒缓的音乐，以缓解患者心理焦虑、恐惧等消极情绪，有利病情恢复。8）出院随访。患者出院后，每月应定期进行电话随访，并掌握患者血压情况及病情恢复情况，严格监督其用药情况等，还可通过建立微信群、QQ群等网络平台，定期推送健康知识内容，提高自我防范意识。

1.3 观察指标

观察并对比两组患者舒张压、收缩压指标水平；生活质量：依据生活质量调查表^[4]（SF-36）评价，其内容包括

总体健康、精力、社会功能、心理健康等 7 个方面，分数越高则生活质量越好；自我管理能力：采用本院自制自我管理控制能力调查表进行评定，其内容包括饮食自控、按医嘱用药、规律作息及坚持锻炼，分数越高说明自我管理能力强。护理满意度：依据本院自制满意度调查量表进行评定，其内容有操作技术、心理护理、环境舒适及服务态度 4 个方面，分数越高说明护理满意度越高。

1.4 统计学处理

表 1 两组患者舒张压、收缩压的变化情况对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	舒张压 (mmHg)		收缩压 (mmHg)	
	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组 (n=45)	93.67±5.02	85.78±5.23	153.77±8.58	142.69±9.58
对照组 (n=45)	94.61±4.91	73.28±4.22	152.33±12.06	132.58±11.74
T 值	0.516	7.187	0.375	3.551
P 值	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.2 生活质量

护理前：

观察组：总体健康评分 (52.31±4.46) 分、精力评分 (60.49±4.58) 分、社会功能评分 (72.39±3.26) 分、心理健康评分 (61.79±3.59) 分、躯体疼痛评分 (62.39±3.76) 分、躯体角色功能评分 (59.49±4.69) 分、情绪角色功能评分 (66.39±3.12) 分。

对照组：总体健康评分 (52.36±3.15) 分、精力评分 (60.41±4.66) 分、社会功能评分 (71.92±3.71) 分、心理健康评分 (62.31±2.30) 分、躯体疼痛评分 (62.53±3.79) 分、躯体角色功能评分 (59.90±4.26) 分、情绪角色功能评分 (66.88±3.47) 分。

组间对比差异无统计学意义 ($t=0.210, 0.025, 0.336, 0.521, 0.412, 0.365, 0.521, P>0.05$)。

护理后：

观察组：总体健康评分 (63.26±4.49) 分、精力评分 (74.26±4.55) 分、社会功能评分 (83.66±3.92) 分、心理健康评分 (81.49±4.26) 分、躯体疼痛评分 (74.49±6.39) 分、躯体角色功能评分 (73.53±4.19) 分、情绪角色功能评分 (84.53±3.68) 分。

对照组：总体健康评分 (54.55±3.26) 分、精力评分 (61.23±4.02) 分、社会功能评分 (76.33±2.76) 分、心理健康评分 (61.25±3.76) 分、躯体疼痛评分 (66.59±4.71) 分、躯体角色功能评分 (61.23±4.43) 分、情绪角色功能评分 (73.06±2.51) 分。

组间对比 ($t=5.201, 4.326, 6.325, 5.201, 8.201, 6.325, 8.214, P<0.05$)。

2.3 自我管理评分

护理前：

观察组：饮食自控评分 (65.61±5.31)、按医嘱用药评分 (65.63±5.28)、规律作息评分 (65.77±5.86)、坚持锻炼评分 (65.17±5.32)

对照组：饮食自控评分 (65.81±5.79)、按医嘱用药评分 (65.67±5.32)、规律作息评分 (65.55±5.88)、坚持锻炼评分 (65.58±5.78)

组间对比差异无统计学意义 ($t=0.165, 0.073, 0.183,$

采用 SPSS25.0 处理数据。计量资料以 ($\bar{x} \pm s$) 表示，采用 t 检验；计数资料以 (%) 表示，采用 χ^2 检验。 $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 血压水平

护理后观察组舒张压、收缩压水平低于对照组 ($P<0.05$)，见表 1。

0.348, $P>0.05$)。

护理后：

观察组：饮食自控评分 (87.12±5.83)、按医嘱用药评分 (88.25±5.33)、规律作息评分 (89.82±5.96)、坚持锻炼评分 (82.13±5.98)

对照组：饮食自控评分 (75.17±5.77)、按医嘱用药评分 (76.55±5.45)、规律作息评分 (74.03±5.21)、坚持锻炼评分 (74.64±5.37)

组间对比差异有统计学意义 ($t=9.315, 9.823, 12.751, 5.925, P<0.05$)

2.4 两组患者护理满意度比较

观察组：操作技术满意度 (95.74±3.46) 分、心理护理满意度 (94.36±4.11) 分、环境舒适满意度 (94.58±5.14) 分、服务态度满意度 (97.13±2.47) 分。

对照组：操作技术满意度 (81.53±3.40) 分、心理护理满意度 (83.50±2.45) 分、环境舒适满意度 (81.40±5.12) 分、服务态度满意度 (81.50±1.45) 分。

组间对比具有统计学意义 ($t=5.336, 9.336, 5.712, 5.221, P<0.05$)。

3 讨论

随着当前社会经济快速发展，人们的生活压力也随之增加，同时因人们饮食结构及年龄等原因使临床中高血压发病率逐年升高^[5-6]。随着病情迁延，患者会出现心悸、疲劳、心律失常等临床症状，对患者生活及身心健康带来极大的影响^[7]。临床中多以药物治疗方式控制患者血压，并能够保护靶器官功能。近年来随着医疗水平的快速发展，医院护理工作也发生很大变化。优质护理是以患者为中心，通过对患者生理、心理等方面进行全方面、规范化且有针对性的护理措施，为患者提供高质量护理服务，有效改善患者心理、生理不适感，有效控制其血压稳定，有利于患者预后^[8-9]。本文研究结果显示，护理后观察组血压情况明显改善，舒张压及收缩压指标水平低于对照组；观察组总体健康、精力、社会功能、心理健康等各项评分高于对照组；观察组饮食自控、按医嘱用药、规律作息及坚持锻炼等自我管理能力强于对照组；观察组操作技术、心理护理、环境舒适及服务态度等满意度评分高于对照组。由此可见，

优质护理在老年高血压护理中的效果显著^[10-11]。分析其原因是优质护理通过对患者进行有针对性的心理干预,清除焦虑、恐惧等消极情绪,缓解心理压力,利于病情恢复;通过对患者进行健康宣教,提高其对疾病的认知水平,提升自我预防意识及治疗依从性;待患者血压情况稳定后进行适当运动锻炼,有助于提高自身抵抗力,利于血压稳定;定期监测血压,充分了解自身血压情况,并严格遵医嘱用药,促进病情恢复;同时加强营养摄入,养成良好的饮食习惯,多食含蛋白质、纤维等食物,减少脂肪、盐等含量高的食物,以利于减少对心脏、肝脏的负担及脑血栓等风险;此外,通过定期电话随访,密切掌握患者血压、病情恢复及用药等情况,并定期推送健康知识,不仅可提升患者自我预防意识还可促进病情稳定,有利于预后^[12]。

综合所述,对老年高血压患者应用优质护理,可有效控制患者血压水平,提高患者生活质量及自我管理能力,并得到患者的认可,值得推广于应用。

参考文献:

- [1] 肖红. 共情护理对老年高血压病住院患者负性心理、睡眠质量和心理弹性的影响 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2023(7):0122-0125
- [2] 杨海涛, 梁秋霞. 老年高血压患者通过优质护理干预对用药依从性的影响 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2023(3):0105-0108
- [3] 官雪芹. 基于 PERMA 模式的优质护理干预对老年慢阻肺并高血压患者血压及肺功能的影响 [J]. 心血管病防治知识: 学术版, 2023, 13(4):84-8596
- [4] 洪利萍. 优质护理在老年高血压患者护理中的应用对患者血压水平和睡眠质量的影响 [J]. 中国科技期刊数据库医药, 2023(3):0094-0096
- [5] 屠迎君. 健康教育在老年高血压病护理中的作用及患者对护理质量的满意程度分析 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2023(5):0130-0132
- [6] 闵月. 健康教育护理对老年高血压病患者的效果及对血压水平的影响分析 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2023(1):0108-0110
- [7] 覃鸿玲. 社区护理干预对老年高血压患者自我管理能力以及遵医行为的改善作用探究 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2023(5):0143-0146
- [8] 拉珍, 和义萍, 王丛. 老年人高血压病 (查隆堆仓病) 的藏医护理的应用效果 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2023(5):0097-0100
- [9] 吴秀娟, 赵正清, 彭爱霞. 延续康复护理路径在社区老年高血压合并衰弱患者中的应用 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2023(3):0135-0139
- [10] 郭翠霞, 姜厚军. 浅谈常规护理和优质护理服务应用在老年高血压护理中临床价值比较分析 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2023(3):0139-0142
- [11] 黄清云. 常规护理及优质护理服务应用在老年高血压护理中临床价值比较分析 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2023(2):0097-0099
- [12] 沈丽芳. 护理干预在接受抗阻训练的老年高血压病人中的应用效果分析 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2023(3):0059-0061