

老年人高血压综合护理效果分析

张颖

武汉市普仁医院, 湖北 武汉 430000

【摘要】目的:高血压病的护理在医学日益发达的今天仍然会被患者所忽视,为此,针对社区老年人高血压患者护理效果的分析与探究,从而引起老年人对高血压的重视并能遵照医嘱有效控制血压。方法:选取40例社区老年高血压患者分为实验组和对照组。对照组患者不采取任何护理措施,实验组采取有效地综合护理方式,通过症状病情指标的对比,来寻找差异。结果:实验组与对照组在症状病情指标等都有显著性差异($P < 0.05$),具有可比性。结论:护理干预对于老年人高血压的有效控制是十分重要的,通过加强护理干预可以促进老年高血压患者自我管理能力的提高,降低老年高血压患者病发的危险率。

【关键词】老年人;高血压;综合护理;治疗效果

由于饮食结构、生活环境、工作环境等因素影响,高血压病在老年群体中的发病率呈上升的趋势,严重危害老年人的身体健康甚至威胁其生命【1】。老年人高血压是一种常见的老年慢性疾病,主要临床症状表现为头晕、血压升高等症状,容易导致突发性脑梗,致残率非常高,然而一些老年患者却常常忽视它的危险性,常出现故意停药的现象,以至于治疗率和控制率很低【2】。因此,对老年高血压患者提供合理的护理防范对策,对老年高血压病患者的个人自我管理能力以及血压的控制有着重要意义。

1 研究对象与方法

1.1 研究对象

随机选取40例社区老年高血压患者,男20例,女20例,年龄60~73岁,高血压病程10~35年。将这40例患者随机分成2组,每组20人,一组作为实验组,对其进行综合护理干预,一组作为对照组,对其进行常规的统计调查,不做实际干预措施。

1.2 研究方法

1.2.1 调查研究方法

研究实施前,要求组织相关医护人员对患者病情要进行详细的检查,并且做相关详细的记录。此外还要通过对体重控制、合理膳食、遵医嘱服药、定期检查等方面进行调查患者高血压综合护理后的自我管理能力。调查表回收率为100%。

1.2.2 统计学方法

采用SPSS分析软件对数据进行统计学的分析。计数资料以率(%)来表示,组间比较采用 t 来检验,组间比较采用 χ^2 来检验。

1.3 观察指标

通过对患者体重控制、合理膳食、遵医嘱服药、定期检查等方面的调查来分析患者的自我管理能力,以及患者血压指标的控制情况。通过血压计不定时早中晚三次检测,社区老人收缩压 $\geq 150\text{mmHg}$,舒张压 $\geq 90\text{mmHg}$ 均视为血压升高。

2 结果

社区老年高血压患者护理干预后自我管理能力的变化的统计图(表1)

组别	例数	干预对比	体重控制	合理膳食	遵医嘱服药	定期检查
对照组	20	干预前	9 (45.41)	7 (36.05)	12 (58.21)	13 (66.32)
			17 (85.39)	15 (76.12)	18 (91.21)	19 (93.32)
实验组	20	干预后	10 (49.01)	8 (39.02)	10 (50.21)	13 (66.27)
			11 (54.13)	8 (42.18)	14 (68.21)	14 (69.45)

注:护理干预后实验组各项指标与对照组进行对比得出: $\chi^2=17.62$ 、15.91、22.03、7.23, $P < 0.05$ 。通过试验数据说明如表1,发现实验组在护理人员的反复培训下,能够严格按照护理人员的安排进行自我管理,在体重控制的比率达到85.39%,比对照组提高了40%左右,合理膳食的比率达到76.11%比对照组提高了30%左右,遵医嘱服药的比率达到91.22%比对照组提高32%左右,定期检查的指标也从66.31%变为93.33%,说明了导致危险的因素都有了明显的改善,血压的控制上也有了明显的变化。对照组,由于缺乏护理人员的专业护理,自我督促能力不足,未能实现自我管理。说明护理人员的专业性护理干预非常必要。

社区老年高血压患者护理干预后血压升高的发生次数的统计图(表2)

组别	7月	8月	9月
对照组	10次	10次	10次
实验组	10次	6次	0次

通过表2分析可以看得出通过护理干预实验组的发生血压升高的次数明显降低,在最后一个达到了0次,这是对护理干预的效果的最好证明。事实证明,通过护理干预,可以有效地提高了高血压患者自我管理的能力并控制血压。

3 讨论

3.1 老年高血压综合护理方法的分析

首先要通过制作健康宣传资料,健康知识宣教等活动来鼓励患者积极主动的与护理人员进行健康知识的交流,通过健康教育能够避免危险因素对患者血压的不利影响。通过健康教育,使得患者能够更好地配合医生治疗,坚持谨遵医嘱,规范化用药,告诫其不可擅自加减药量。

其次,护理人员要加强饮食护理,及时给患者补充纤维素和蛋白质提高患者的自身免疫力,同时要注意低盐、低脂饮食,指导患者合理搭配饮食,坚持少食多餐的原则,通过有效的饮食护理可以控制体重,避免诱发疾病的因素。

最后,护理人员要与患者时常进行深入的沟通,通过向患者讲解不良的心理状况不利于高血压的病情的控制和治疗,引起患者对心理护理的重视。

3.2 老年高血压致病因素分析

首先要注意的就是个人的生活习惯的因素,由于个人的饮食结构的不合理,如饮食油腻、饮食过咸、嗜酒等均可使血压升高【3】。其次,情绪波动也会导致血压升高。【4】此外,对于错误的用药的方式如:不遵医嘱,随意加减降压药;不按时服药,随意停药等都会影响降压药物的治疗作用,也是导致血压不稳定的关键性因素。

综上所述,通过有效地综合护理,能够从整体上提高患者的生存率,实现对高血压的有效控制。同时使得患者充分认识到饮食与降压药按时服用的重要性,通过改变日常生活习惯,减少甚至是杜绝因为

对药物的抵触自主停药的现象,有效的控制自己的血压。

参考文献

- [1]周虹欣.综合护理干预对老年高血压患者生活质量的影响分析[J].中国社区医师,2018,34(06):147-148.
- [2]唐源,陈红芳,胡红娟,廖力.老年高血压患者自我管理行为与主观幸福感的相关性研究[J].中西医结合护理(中英文),2018,4(08):77-80.
- [3]吴翠霞.老年高血压患者的社区护理干预效果研究[J].中国现代药物应用,2018,12(08):150.
- [4]周晓敏,高翠霞,王琴丽,等.临床护理路径应用对老年高血压患者血压水平稳定性及生活质量的影响[J].广西医科大学学报,2016,33(04):755-757.