

# 综合护理对老年高血压患者生活质量的影响

徐娜 褚晓霞

甘肃省武威肿瘤医院 甘肃 武威 733000

**【摘要】**目的: 探讨综合护理对老年高血压患者生活质量的影响。方法: 选取 2021 年 3 月—2022 年 5 月我院收治的老年高血压患者, 随机分为两组, 对照组 45 例应用常规护理, 观察组 45 例应用综合性护理, 观察并对比两组患者护理干预后效果。结果: 护理干预后, 观察组生理功能、生理职能、躯体疼痛、活力、情感职能、精神健康、社会功能、总体健康等评分均高于对照组 ( $P < 0.05$ ); 观察组的 HAMD、HAMA 评分及患者收缩压和舒张压均低于对照组 ( $P < 0.05$ )。结论: 综合护理的实施, 能够有效改善老年高血压患者的心理状态及血压水平, 显著提高生活质量, 具有较高的临床应用效果, 值得被广泛推广与应用。

**【关键词】**综合护理; 老年高血压患者; 生活质量; 心理状态; 血压水平

## The Influence of Comprehensive Nursing on the Quality of Life of Elderly Hypertensive Patients

Na Xu, Xiaoxia Chu

Gansu Wuwei Cancer Hospital, Gansu Wuwei 733000

**Abstract:** Objective: To explore the impact of comprehensive nursing on the quality of life of elderly hypertensive patients. Method: Elderly hypertensive patients admitted to our hospital from March 2021 to May 2022 were randomly divided into two groups. The control group consisted of 45 cases who received routine nursing care, while the observation group consisted of 45 cases who received comprehensive nursing care. The effects of nursing interventions on the two groups of patients were observed and compared. Result: After nursing intervention, the scores of physiological function, physiological function, physical pain, vitality, emotional function, mental health, social function, and overall health in the observation group were higher than those in the control group ( $P < 0.05$ ); The HAMD, HAMA scores, and systolic and diastolic blood pressure of the observation group were lower than those of the control group ( $P < 0.05$ ). Conclusion: The implementation of comprehensive nursing can effectively improve the psychological state and blood pressure level of elderly hypertensive patients, significantly improve their quality of life, and has a high clinical application effect, which is worthy of widespread promotion and application.

**Keywords:** Comprehensive nursing; Elderly hypertensive patients; Quality of life; Psychological state; Blood pressure level

老年高血压是指患者年龄大于 65 岁且同一天内监测血压水平出现异常的一种疾病。近年来, 随着我国老龄化日益加剧及生活习惯的改变, 促使该疾病发病率也逐年快速上升, 其中以 65 岁以上老年人居多。由于老年患者在年龄、基础疾病及机体免疫力降低等诸多因素的影响下, 导致发病后的老年患者极易出现心脑血管疾病、各种慢性病等情况, 严重影响患者身心健康及生活质量。临床中治疗该疾病主要以药物方式对血压有效控制, 但因长期用药, 导致患者出现耐药性, 使其治疗效果不理想。所以, 在治疗该疾病的同时采取科学有效的护理措施显得尤为重要。相关研究指出, 综合护理干预对改善老年高血压患者的血压水平及提升其生活质量等具有很好的应用效果。故此, 选取我院收治的 90 例老年高血压患者作为参考样本, 探讨在老年高血压患者护理中采取综合护理措施的应用效果, 内容如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选取 2021 年 3 月—2022 年 5 月我院收治老年高血压患者, 随机分为两组, 对照组 45 例, 男 29 例, 女 16 例,

年龄 62 ~ 86 岁, 平均 ( $67.37 \pm 4.04$ ) 岁; 观察组 45 例, 男 28 例, 女 17 例, 年龄 63 ~ 85 岁, 平均 ( $67.43 \pm 4.12$ ) 岁。两组的一般资料差异不明显 ( $P > 0.05$ )。

#### 1.2 方法

对照组患者采取常规护理干预措施, 如严密监测患者生命体征, 饮食护理、健康宣教及适当运动锻炼等。观察组患者则在对照组基础上采取综合护理干预措施, 内容如下: 1) 心理护理。因患者需长时间进行治疗, 病情易反复, 极易使患者产生焦虑、抑郁等不良心情, 所以护理人员应积极与患者进行沟通交流, 密切观察患者心理状态变化, 并及时进行心理疏导, 给予更多的鼓励与关心, 进而缓解患者焦虑、抑郁等消极情绪, 倾听其心声与诉求, 并尽最大可能为其解决, 同时应指导患者家属多关心、支持患者, 多与其交流, 提高其治疗积极性。2) 健康知识宣教。护理人员多与患者沟通, 并热情、耐心的对患者及家属用简洁明了的话语讲解关于高血压相关知识, 如发病原因、治疗方法、日常护理措施及注意事项等。也可通过播放短视频、发放宣传小手册等方式让其充分了解、掌握高血压相关知识, 提高其认知度, 树立治疗自信心, 有利于患者提高治疗积极性。3) 生活护理。护理人员根据患者实际病情、口

味等制定科学营养的饮食方案,以低脂低盐食物为主,多食水果、蔬菜,禁止食用油腻、辛辣及生冷、腌制类等刺激性食物,采取少食多餐原则。同时应指导患者养成良好作息习惯,禁止熬夜,保证充足的睡眠,戒烟戒酒,增强自我防护意识,有利于控制病情。4)运动护理。护理人员应指导患者适当进行有氧运动锻炼,如慢跑、打太极拳等,并叮嘱患者每次活动时间不超过60分钟,并以患者身体状况适当调整运动时间,以避免出现过疲劳情况,增强患者自身免疫能力,提高身体素质,有利于预后。5)用药护理。护理人员应告知患者严格遵医嘱进行用药,如用药方法、剂量及服药后可能会出现不良反应等。不可擅自改变药量、次数等,并告知严格规范用药的重要性。同时应密切注意患者用药后不良反应,若出现异常及时告知医生并采取相应措施。6)加强血压管理。护理人员严密监测患者血压变化情况,若出现较严重症状,应叮嘱患者卧床休息,并严密监测患者生命体征,避免出现血压过高而影响患者生命安全。

### 1.3 观察指标

表1 两组患者护理干预前后心理状态对比 ( $\bar{x}\pm s$ , 分)

组别	例数	HAMD 评分		HAMA 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	45	19.25±2.18	12.38±1.27	15.87±2.36	10.77±1.31
观察组	45	19.38±2.26	6.74±2.05	15.48±2.27	7.09±1.24
t		0.97	7.16	0.27	4.73
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

### 2.2 生活质量 (SF-36)

护理干预后,观察组生理功能、生理职能、躯体疼痛、

观察并对比两组患者护理干预前后心理状态(HAMD、HAMA 评分)、生活质量(生理功能、生理职能、躯体疼痛、活力、情感职能等8个方面)及血压水平(收缩压、舒张压)。心理状态:采用汉密顿抑郁量表(HAMD)与焦虑量表(HAMA)对患者焦虑、抑郁情况进行评定,分数越高则患者抑郁、焦虑程度越严重;生活质量:采用生活质量量表(SF-36)对患者生理功能、生理职能、躯体疼痛、活力等8个方面进行判定,分数越高生活质量越好。

### 1.4 统计学处理

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  $\chi^2$  检验。P < 0.05 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 心理状态 (HAMD、HAMA 评分)

护理干预后,观察组的 HAMD、HAMA 评分均低于对照组 (P < 0.05), 见表 1。

活力、情感职能、精神健康、社会功能、总体健康等评分均高于对照组 (P < 0.05), 见表 2。

表2 两组患者生活质量对比 ( $\bar{x}\pm s$ )

项目	对照组 (n=45)	观察组 (n=45)	t	P
生理功能	75.23±2.56	92.03±2.10	11.03	< 0.05
生理职能	76.45±2.21	89.74±2.17	10.32	< 0.05
躯体疼痛	71.67±1.43	86.17±2.38	16.09	< 0.05
活力	71.23±2.11	88.72±2.34	13.72	< 0.05
情感职能	74.73±2.08	92.34±3.46	13.47	< 0.05
精神健康	72.69±2.20	93.53±2.26	15.73	< 0.05
社会功能	69.39±1.75	82.34±2.31	12.06	< 0.05
总体健康	75.66±2.33	89.16±2.17	9.68	< 0.05

### 2.3 血压水平

干预后,观察组患者的收缩压和舒张压均低于对照组(P

< 0.05), 见表 3。

表3 两组患者护理干预前后血压情况对比 ( $\bar{x}\pm s$ )

组别	收缩压		舒张压	
	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组 (n=45)	151.58±11.16	139.66±7.88	95.65±5.04	87.53±7.02
观察组 (n=45)	151.27±10.38	130.27±5.72	96.59±4.29	80.37±6.78
t	0.154	6.814	1.007	5.196
P	0.877	0.001	0.316	0.001

## 3 讨论

高血压在临床中是比较常见的一种疾病。由于社会老龄化加剧、人们生活饮食习惯及血管疾病等诸多因素影响,导致老年高血压人数日趋增多。因该疾病具有易反复、治疗周期长等特点,极易使患者出现焦虑、抑郁等不良情绪,严重影响临床治疗效果。长此以往不仅对患者身心健康产生影响,还严重降低其生活质量。所以,治疗该疾病的同

时采取有效的护理措施,对改善患者血压水平及提高其生活质量具有重要意义。

近年来,随着医疗水平的快速发展,医疗护理措施也在不断的完善、提高。综合护理是一种以患者为中心,通过对患者心理、生理等方面进行全方面、有针对性的科学护理,能够有效改善患者心理状态及血压水平,有利于改善患者预后。本文研究结果显示,观察组生活质量、血压、

心理状态评分等指标水平均优于对照组。由此可见,对老年高血压患者采取综合护理措施,存在良好效果。综合护理实施过程中,首先通过对患者进行心理干预,改善患者焦虑、抑郁等不良情绪,缓解期心理压力,以有效控制血压水平;其次,通过简洁的话语对患者及家属进行健康教育宣教,讲解关于高血压相关知识,提高其认知度,使其能够积极配合治疗,提高治疗效果;再次,通过指导患者日常生活饮食,养成良好的饮食习惯,戒烟戒酒,保持良好的作息习惯,增强自我防护意识,有助于患者预后;此外,严格监督患者用药情况,遵医嘱严格、规范用药,讲解用药后可能出现不良反应情况,以保证治疗效果及安全性。同时,定期监测血糖水平;最后鼓励患者坚持运动锻炼,以自身实际情况来制定运动时间、运动量,以提高自身素质及免疫能力,养成良好的运动、生活、饮食等习惯,以保障患者血压控制效果,提升其生活质量。

综上所述,在老年高血压患者医疗护理工作中应用综合护理干预措施,能够显著改善患者血压水平,有效缓解其心理状态,有利于提升其生活质量,其应用效果显著,值得推广与应用。

#### 参考文献

[1] 孙文娟,赵英,韦玲艳.老年综合评估下的随访护理对高血压合并糖尿病患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2022,28(1):115-117.104

[2] 任艳华.KTH整合式护理干预对老年高血压生活质量和血压水平的影响[J].心血管病防治知识,2022,12(14):81-83.

[3] 孙翠萍,岳朝换.Guided Care护理模式干预对老年原发性高血压患者服药依从性及生活质量的影响[J].临床心身疾病杂志,2021,27(4):175-178.

[4] 卓宜佳,夏飞.综合护理干预对老年高血压合并动脉粥样硬化患者的血压以及生活方式的影响分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2021,9(7):89-91.

[5] 蒋小荣,王燕君,王小惠.综合护理对改善老年高血压合并2型糖尿病患者血压、血糖水平的效果观察[J].心血管病防治知识,2021,11(14):44-45,48.

[6] 刘芳.强化健康教育及心理干预对老年高血压患者健康行为及生活质量的影响[J].临床医学研究与实践,2020,5(12):190-192.

[7] 刘春桂,张小容,黄颂吉,等.个性化社区护理对老年原发性高血压患者治疗依从性和生活质量的影响[J].系统医学,2020,5(13):166-168.

[8] 白亚莉.综合护理干预在高血压合并冠状动脉粥样硬化性心脏病患者护理中的应用效果[J].实用医技杂志,2020,27(3):393-395.

[9] 陈华,邵春萍.综合护理干预对老年高血压病患者血压管理与生活质量的影响[J].中国农村卫生,2021,13(15):22-23.

[10] 刘赞赞,陈红,刘国莲,等.基于老年综合评估的社区家庭访视护理对老年高血压患者生活质量的影响研究[J].中国全科医学,2018,21(28):3478-3484.

项目编号: 21JR7RH895