

对老年高血压患者进行护理干预的临床效果观察

张成洪

(新加坡亚洲的生物医学中心 新加坡市 999002)

【摘要】目的：通过对老年高血压患者进行护理干预，对其进行系统的护理措施进行探讨。方法：以2019~2020年收治的老年高血压病人190名，随机分成两组，分为观察组和对照组；对照组只采用常规的护理方式，而观察组采用系统的护理方式，主要有健康宣传、心理辅导、家庭护理等；将两组患者生活质量评分，体重指数，动脉硬化指数，血压控制值等指标进行对比，并应用SPSS软件进行统计分析。结果：通过对观察组和对照组的统计资料进行对比，观察组的血压控制数值、动脉硬化指数、BMI指数和生命质量评分都要明显高于对照组。结论：只有把临床治疗和护理干预进行充分的结合，才能取得最佳的疗效。

【关键词】老年高血压；护理干预；心理护理；健康教育

Clinical effects of nursing interventions in elderly hypertensive patients

Chenghong Zhang

(Biomedical Centre for Asia in Singapore, Singapore City, 999002)

[Abstract] Objective: To explore the systematic nursing measures of elderly hypertensive patients through nursing intervention. Methods: A total of 190 elderly hypertensive patients admitted in 2019~2020 were randomly divided into two groups, divided into observation group and control group. The control group only adopted conventional nursing methods, while the observation group adopted systematic nursing methods, mainly including health promotion, psychological counseling, family nursing, etc. The quality of life score, body mass index, arteriosclerosis index, blood pressure control value and other indicators of the two groups were compared, and SPSS software was used for statistical analysis. Results: By comparing the statistical data of the observation group and the control group, the blood pressure control value, arteriosclerosis index, BMI index and quality of life score of the observation group were significantly higher than those of the control group. Conclusion: The best efficacy can only be achieved by fully combining clinical treatment and nursing intervention.

[Key words] Geriatric hypertension; Nursing intervention; Psychological nursing; Health education

引言

近几年，中国的高血压病人数量在不断增加，据中华医学会的数据显示，2018年，中国36~80岁的人口中，有将近2亿名的高血压病人，其所引起的冠心病、中风等并发症，对老年人的健康造成了极大的威胁，许多老年的高血压病人一辈子都活在这些并发症的阴影之中。老年高血压是一种严重威胁着人们生活和健康的慢性病，由于机体衰老，抵抗力和耐受性较低，容易发生严重的合并症。近几年，对高血压病人的护理介入日益受到关注，国内外的学者对此做了大量的系统性的研究。该研究从生活质量评分、BMI指数、动脉硬化指数、血压控制数值等方面，对护理人员采用何种护理措施，才可以真正为患者带来病情的改善。通过这一项研究，可以得到在老年高血压病人的康复治疗中，护理介入的效果和效果，对高血压病人进行系统的护理介入，可以降低并发症的发生率，从而提升老年人的生活质量。

1 资料与方法

1.1 研究对象

本文选取2019~2020年间在本中心收治的高血压患者为被试对象，目的是确认所有被试都是老年病人。本研究选取190名受试者，分为观察组和对照组；对照组95名，男性49名，女性51名，年龄最轻65岁，最长77岁，主要合并有糖尿病，冠心病等并发症；观察组中，最年轻的65岁，最大的78岁，共95名。对照组和观察组采用差异性护理措施，并按照特定的指标对其进行评估。

1.2 研究方法

1.2.1 对照组

当前在许多医院，高血压的临床护理仍然以一般护理为主要内容，在本中心本次研究中，对照组只是采用了基本的护理照顾方式，具体内容有：用药指导、配合检查，保证病房内的卫生整洁，给病人提供一个安静的、舒适的休息环境，并指导病人定期到医院进行血压复查。

1.2.2 观察组

对观察组来说,护士们在进行普通护理的同时,还要进行系统的护理,观察组的护士们的工作主要有:

(1) 给病人和他们的家人进行健康教育,向他们解释高血压的原因、危害、预防措施、治疗方法等,帮助病人解决问题,让病人重新建立起他们的生活信心,意识到控制血压的重要意义,并主动参加高血压的治疗。(2) 运用一些技术和手段,帮助病人排除负面情绪,使病人产生的沮丧、悲观的情绪逐渐减轻,如果有需要,可以找专业的心理医生进行心理辅导;在此基础上,通过合理安排各种文体活动,提高病人的生活趣味,减轻病人的精神紧张。(3) 高龄高血压病人的处理要以稳定为主要原则,护士要随时注意病人的血压,防止病人的血压升高,防止病人因血压低而引起脏器血液供应不足,引起并发性的并发症;护士要使病人血压降低到 150/90 毫米汞柱以内。(4) 护士要引导老年高血压病人参加适当的户外锻炼,尽量选择低强度、慢速的锻炼方法,并针对病人的实际状况,制订相应的锻炼方案,如太极拳、慢跑、广场舞等。(5) 老年人高血压病人要注意保持健康的饮食,护士要对患者的饮食的管理督促,做到低盐,低脂,高蛋白,避免油腻,辛辣,刺激性大的食物,提倡病人少量多次进食,以谷物为主,多吃新鲜瓜果蔬菜,适量吃瘦肉,鸡蛋,鱼类等,禁止抽烟,喝酒,让病人保持健康的生活。

1.2.3 观察指标

观察组和对照组的病人采取差异化的护理方式,

并将两组病人的临床护理结果进行对比,评分的标准有生活质量评分、BMI 指数、动脉硬化指数、血压控制数值。运用生命品质评定量表法,对两组病人在护理前和护理后的生命品质进行评定,生命品质的提高与生命品质得分有正向关系。

1.3 方法

将观察组与对照组两组患者的研究指标进行整理、记录,并利用 Excel 软件和 SPSS 软件进行数据分析,将各种护理方法的临床效果进行比较。

2 研究结果

2.1 两组患者的治疗效果比较

使用 SPSS 软件,对所有患者观察数据展开统计分析,将观察组与对照组患者的血压控制数值、动脉硬化指数与 BMI 指数进行对比(见表 1)。从统计表中可以看出,观察组患者的血压控制数值、动脉硬化指数和 BMI 指数分别为 135.92 ± 5.98 、 80.62 ± 3.43 、 3.29 ± 1.34 、 24.65 ± 1.13 ,对照组患者的血压控制数值、动脉硬化指数和 BMI 指数分别为 167.57 ± 10.92 、 96.77 ± 6.88 、 6.87 ± 1.29 、 35.58 ± 1.79 ,与之相比,观察组患者血压控制数值、动脉硬化指数和 BMI 指数等指标均明显低于对照组,并且差异有统计学意义($P < 0.05$)。

2.2 两组患者护理前后的生活质量评分比较

通过对两组患者的生命质量得分进行分析(见表 2),我们可以看出,在进行护理干预之前,对照组和

表 1 两组患者的血压控制数值、动脉硬化指数与 BMI 指数统计表 ($\bar{x} \pm s$)

组别	n	收缩压 (mmHg)	舒张压 (mmHg)	动脉硬化指数	BMI 指数 (kg/m^2)
观察组	95	135.92 ± 5.98	80.62 ± 3.43	3.29 ± 1.34	24.65 ± 1.13
对照组	95	167.57 ± 10.92	96.77 ± 6.88	6.87 ± 1.29	35.58 ± 1.79
t		46.983	35.128	28.953	94.873
P		0.000	0.000	0.000	0.000

表 2 两组患者在护理前后的生活质量评分统计表

项目	护理前		护理后	
	观察组	对照组	观察组	对照组
生理职能	65.92 ± 5.32	65.78 ± 5.53	93.42 ± 3.24^{ab}	76.72 ± 5.21^a
生理功能	64.45 ± 5.67	64.63 ± 6.19	94.39 ± 3.41^{ab}	78.49 ± 5.84^a
社会功能	64.94 ± 6.12	64.79 ± 6.22	93.92 ± 3.66^{ab}	75.22 ± 5.19^a
精神健康	64.72 ± 5.26	64.86 ± 5.62	94.45 ± 3.29^{ab}	75.92 ± 5.29^a
情感职能	64.46 ± 5.65	64.87 ± 5.71	93.71 ± 3.45^{ab}	75.28 ± 3.19^a
总体健康	64.56 ± 5.27	64.89 ± 5.19	94.55 ± 3.87^{ab}	76.73 ± 3.31^a

观察组的生命质量都比较低,生理、社会、精神、情感等方面的得分都不高;但实施护理干预后,病人的生存质量有了质变,其生存质量得到了显著提高;应当指出,在经过系统的护理干预后,观察组的生命质量的提高幅度明显比对照组大,两组的得分有统计学上的差异,这也表明了观察组的护理起到了一定的效果。

3 讨论

3.1 护理干预对老年高血压患者的临床效果

本研究中,观察组采用了更具科学性和完整性的护理介入,着重于对高血压病人的预防和自我的护理等。通过对观察组和对照组的统计资料的对比,可以看出,观察组的治疗效果比对照组有了显著的提高,这也说明了系统护理工作在高血压治疗中的重要性。在此次的调查研究中,目前对于高血压在临床上已有一个基本的共识,即以控制血压为手段,以控制并发症为目的,使心脑血管并发症的发生率降到最低;在此期间,全身心的护理也是非常重要的。在本研究中,对观察组进行了系统的护理,效果比较明显,控制了血压,快速提高了生活质量。

3.2 老年高血压患者的护理措施

老年人高血压病的防治是一个长期性的工作,需要医护人员、病人和病人家属共同努力。对护士来说,要实施体系化的护理干预,注重心理护理,消除病人的负面情绪,使病人能够主动地接受治疗;在护理干预中,应重视健康教育,指导病人形成良好的生活习惯,降低并发症,并提醒病人按时用药,科学用药;要让家属参加到自我保护的监督当中,让他们也能参与到自己的护理工作当中,要指导他们要有一个好的饮食习惯,要用科学的膳食来控制自己的血压。

3.2.1 心理护理

高血压是一种慢性疾病,病程较长,难以根治。再加上老年人本身的心理特征,许多老年人因为年龄的增长,身体机能出现不可逆转的下降,因此会产生悲观、失望、抑郁等负面情绪。为此,护士应充分关注老年高血压病人的心理状况,在做好日常护理的同时,根据病人的负面情绪,采取相应的心理干预措施。让患者能够乐观地对待自己的病情,并给患者提供一些成功的治疗案例,让患者能够保持一种乐观、豁达的生活态度,让患者能够意识到治疗的必要性和重要性,从而提高患者的治疗顺从度,从而提高治疗的效果。

3.2.2 健康教育

高血压属于一种慢性疾病,在老年人中,一旦患

上高血压,通常需要终身服药、终身治疗。所以,在进行健康教育的过程中,医院的医务人员应该让患者和家属对高血压有一个科学的、正确的认识,进而认识到治疗工作的重要意义,并且要主动地配合药物治疗,按时吃药,并定期进行体检。为了提高老年人的生活质量,需要及时改变自己的不良生活习惯,防止不良生活习惯引起的并发症。

3.2.3 家属参与自护监督

在对老年高血压病人进行临床治疗的时候,不仅要护士进行科学、有效的护理干预,还要对病人的家属进行主动的自我保护,这样才能做到多管齐下,提高治疗效果。护理人员要以患者的病情为依据,构建好家属的护理档案,为患者提供含有维生素含量高的食品,同时要避免高蛋白、高热量以及刺激性的食物,用科学的膳食搭配来对老年患者的血压指数进行控制,从而达到更好的治疗效果。

结语

近年来,我国高龄高血压病发病率迅速上升,但目前对高龄高血压病的界定尚无清晰的定论,其防治多以经验判断为主,对发病机理的认识还不够深入。病情的康复是一个漫长的过程,因为高血压面临着很多的并发症,所以在老年高血压病人中,经常会出现一些并发症的病人的护理问题,这些问题中包含了心力衰竭、卒中与主动脉疾病等,因此,必须要有针对性地进行适当的护理,让病人能够树立起更好的生活信念,从而提高病人的生存率,降低老年病人的致残和致死率,让病人及其家人的生活质量得到提高。

参考文献:

- [1] 马玲. 社区护理干预对老年高血压患者的临床效果观察分析 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2022(3):3.
- [2] 刘硕. 社区护理干预对老年高血压患者的临床效果观察 [J]. 中文科技期刊数据库 (全文版) 医药卫生, 2021(5):2.
- [3] 孙婷婷, 李娜娜, 赵越. 认知干预与康复护理应用于高血压脑出血患者的临床效果 [J]. 心理月刊, 2022,17(18):207-209.
- [4] 周丽萍, 曹冬艳. 分析老年高血压患者实施心理护理及营养干预的临床效果观察 [J]. 中文科技期刊数据库 (引文版) 医药卫生, 2022(11):4.
- [5] 吴瑞松. 老年高血压护理中实施心理学干预的效果观察 [J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2022(12):3.