

临床护理和预防保健 在老年心血管疾病危险因素控制中的意义

张慧鑫¹ 张 玉²

(1 山东省军区济南第二离职干部休养所 山东 济南 250014)

(2 山东省军区济南第四离职干部休养所 山东 济南 250014)

【摘要】目的：探究临床护理和预防保健在控制老年心血管疾病危险因素中的意义。方法：选取 2021 年 6 月-2022 年 6 月于我辖区就诊进行健康体检的老年病人 165 例，其中自愿接受临床护理和预防保健治疗的患者 98 例作为观察组，其余不接受干预的 67 例患者作为对照组，6 个月后评估两组患者的心血管疾病危险因素控制情况（血压、血糖、血脂、体重指数）。结果：心血管疾病危险因素控制中，观察组患者的危险因素指标明显较之前改善，并且明显优于对照组， $P<0.05$ ，而对照组前后无明显变化（ $P>0.05$ ）。结论：在老年患者中开展临床护理和预防保健工作能够显著改善心血管疾病危险因素的控制效果，预防相关疾病及不良事件的发生，提高老年患者生活质量，值得临床推广实施。

【关键词】临床护理；预防保健；老年心血管疾病；危险因素

Significance of clinical nursing and preventive care in the control of risk factors for cardiovascular disease in the elderly

Huixin Zhang¹ Yu Zhang²

(1 Jinan Rest Center for the Second Retired Cadres of Shandong Military Command, Jinan, Shandong 250014)

(2 Shandong Province Military Region Jinan Fourth Demobilization Cadres Rest Center, Jinan, Shandong 250014)

【Abstract】Objective: To explore the significance of clinical nursing and preventive health care in the control of cardiovascular disease risk factors in the elderly. Method: A total of 165 elderly patients who received medical check-up in our jurisdiction from June 2021 to June 2022 were selected, among which 98 patients who voluntarily accepted clinical nursing and preventive health treatment were selected as the observation group, and the remaining 67 patients who did not receive intervention were selected as the control group. The control status of cardiovascular disease risk factors in the two groups was evaluated 6 months later. (blood pressure, blood sugar, blood lipids, body mass index). Results: In the control of cardiovascular disease risk factors, the adverse living habits and risk factor indexes of patients in the observation group were significantly improved, and significantly better than the control group, $P<0.05$, while there was no significant change before and after the control group ($P>0.05$). Conclusion: Clinical nursing and preventive health care in elderly patients can significantly improve the control effect of cardiovascular disease risk factors, prevent the occurrence of related diseases and adverse events, improve the quality of life of elderly patients, worthy of clinical promotion and implementation.

【Key words】Clinical nursing; Preventive health care; Cardiovascular disease in the elderly; Risk factor

在现代化社会的发展中，人民的生活质量在不断提升，心血管疾病的发病率越来越高，对人类的生命造成了很大的威胁，心血管疾病尤其在老年人群中较为多发^[1-2]。现阶段，我国老龄化程度日益严重，在健康指导不完善、不科学的基础上，且老年人的生活习惯较差，导致老年人心血管发病率逐年上升，相关人员必须予以重视^[3]。心血管疾病病因复杂，受很多因素影响，据相关研究显示，不良生活习惯、高血压、高血脂、高血糖以及高体重指数等极大的增加了心血

管疾病的发病风险，对存在心血管疾病的危险因素老年人进行有效的危险因素控制，对于提高老年人生活质量并减缓并发症等具有深远的意义。本文选取于我院进行健康体检的老年病人 165 例，其中自愿接受临床护理和预防保健治疗的患者 98 例作为观察组，其余不接受干预的 67 例患者作为对照组，6 个月后评估两组患者的心血管疾病危险因素控制情况，具体报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2021 年 6 月 -2022 年 6 月于我辖区就诊进行健康体检的老年病人 165 例，其中自愿接受临床护理和预防保健治疗的患者 98 例作为观察组，其余不接受干预的 67 例患者作为对照组。观察组，男性 50 例，女性 48 例，年龄 65-89 岁，平均年龄 (77.52±7.86) 岁；对照组，男性 35 例，女性 32 例，年龄 65-88 岁，平均 (78.01±8.32) 岁。两组患者疾病性别、年龄等一般资料结果比较差异无统计学意义 (P>0.05)。

1.2 临床纳入与排除标准

纳入标准：(1) 年龄大于 65 岁；(2) 意识清楚，可以自理；(3) 所有参与人员，均自愿参加，并签署相关知情同意书；(4) 本研究经医院伦理委员会审核

通过。排除标准：(1) 合并其他严重疾病，如恶性肿瘤、严重心脏病、肝肾功能异常等，预计生存期小于 1 年；(2) 合并严重意识障碍或自身精神疾病患者。

1.3 方法

对在我院进行健康体检的 165 名老年病人进行心血管危险因素统计记录，其中拒绝接受住院干预的 67 例患者作为对照组，体检中心针对检测及统计结果给予常规医疗建议及健康指导。所有自愿接受住院干预的患者 98 例作为观察组，入我院老年保健科室，入院后给予常规临床护理和预防保健工作，具体工作包括：

(1) 常规护理工作：包括入院健康教育、指导用药、遵医嘱实施相关治疗手段、维持病房环境等工作；(2) 制定护理保健方案：入院综合评估，记录老年人的既

表 1 两组患者危险因素指标干预前后对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别		观察组	对照组	t	P
n		98	67		
收缩压 (mmHg)	干预前	156.43±12.11	157.21±12.31	0.404	0.687
	干预后	140.32±8.32	156.76±10.43	11.233	0.000
t		10.854	0.228		
P		0.000	0.820		
舒张压 (mmHg)	干预前	98.77±6.54	98.99±7.10	0.205	0.838
	干预后	84.42±3.43	97.55±4.30	21.760	0.000
t		19.236	1.420		
P		0.000	0.158		
糖化血红蛋白 (%)	干预前	7.78±1.76	7.77±1.64	0.0368	0.971
	干预后	6.64±1.01	7.81±1.38	201.58	0.000
χ^2		5.561	1.420		
P		0.000	0.158		
低密度脂蛋白 (mmol/L)	干预前	3.97±0.64	3.98±0.60	0.101	0.920
	干预后	3.17±0.31	4.06±0.56	13.083	0.000
t		11.137	0.798		
P		0.000	0.426		
体重指数 (kg/m ²)	干预前	24.32±1.97	24.54±1.73	0.740	0.461
	干预后	22.10±1.88	24.67±1.93	8.531	0.000
		79.323	0.412		
		0.000	0.682		

往病史、现病史、家族史,以及性格特点、居住环境、饮食习惯和生活方式等内容,针对不同患者特点进行个体化护理及预防保健方案制定;(3)健康宣教:包括心血管疾病基础知识、危险因素、不良后果等进行知识科普,促使老年人形成自我意识,正确规避不良危险因素;(4)生活方式指导:包括饮食及运动指导:低盐低脂低糖饮食,营养均衡,荤素搭配,健康易消化,在条件及身体状况允许条件下,进行适当运动,增强体质,控制体重,提高免疫力。并且与患者家属沟通交流,得到家属的支持与配合,引导患者家属成为老年人良好生活伴侣,促进健康发展。(5)随访:每2周进行电话随访,记录一般情况,给予健康指导,提醒复查时间。

1.4 观察指标

6个月后评估两组患者危险因素指标:包括血压、血糖、血脂、体重指数。

1.5 统计学方法

采用 SPSS 26.0 统计学软件,计量资料用($\bar{x} \pm s$)差表示,采用 t 检验,计数资料用[n(%)]表示,采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

两组患者危险因素指标干预前后对比

两组患者干预前危险因素指标(收缩压、舒张压、糖化血红蛋白、低密度脂蛋白、体重指数)水平对比无明显差别($P > 0.05$);6个月后,观察组患者危险因素指标水平明显较前改善($P < 0.05$),并且显著优于对照组($P < 0.05$),而对照组前后对比无显著差异($P > 0.05$)。

3 讨论

老年人心血管疾病严重威胁着老年人的生命健康,这就需要深入分析相关危险因素,并制定针对性的预防措施。预防保健通过多个方面展开针对性护理,将患者病情作为基础依据,通过多方面的干预提供优质护理服务,其更加重视疾病早期的预防,做到防范于未然,减少疾病对患者的影响。具体实施期间,提

高患者疾病认知,了解高心血管疾病相关知识,树立健康意识,预防并发症的发生,提高患者重视程度;饮食与运动对预防心血管疾病发病具有较大意义,因此,合理安排饮食,进行适量的运动,同时说明日常生活中的注意事项,能够提高危险因素的控制效果^[6]。

本研究结果提示,在老年人群中实施临床护理和预防保健工作,观察组患者的危险因素指标水平明显较前改善,并且明显优于对照组, $P < 0.05$,而对照组前后无明显变化($P > 0.05$)。由此可见,在患者预防方面,应注重患者始终保持良好的生活方式,并注重合理膳食,同时患者还应切实学会控制情绪,合理用药控制血压、血糖、血脂等水平,搭配适当运动,能够提高相关危险因素的控制效果。

综上所述,在老年患者中开展临床护理和预防保健工作能够显著改善心血管疾病危险因素的控制效果,预防相关疾病及不良事件的发生,提高老年患者生活质量,值得临床推广实施。

参考文献:

- [1] 姬超琴,王文娟.成本效果分析在2型糖尿病心血管疾病危险因素控制中的应用[J].中国慢性病预防与控制,2022,30(10):797-801.
- [2] 徐西英.预防保健护理在老年高血压患者中的应用效果[J].中国社区医师,2022,38(23):142-144.
- [3] 崔华.老年女性心血管疾病危险因素及共病特点研究进展[J].中华老年心脑血管病杂志,2022,24(09):897-899.
- [4] 李国祥.老年心血管疾病的危险因素分析及预防策略[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(22):42.
- [5] 董金华,董相凤.个案管理与常规护理控制糖尿病患者心血管疾病危险因素的效果比较[J].糖尿病新世界,2019,22(05):1-2+5.
- [6] 彭芳兰.老年高血压患者的预防保健及康复护理探讨[J].中西医结合心血管病电子杂志,2019,7(24):141+145.