

高血压老年患者应用针对性的护理干预 对其降压效果的影响

张国辉

(达州市中西医结合医院 四川 达州 635000)

【摘要】目的：针对高血压患者，对其采取针对性护理干预措施，探讨其应用效果。方法：选取2020年5月~2021年5月看诊的高血压患者90例进行研究，随机分为2组：观察组(n=45)、对照组(n=45)。其中对照组、观察组分别实施常规护理、针对性护理措施，对比2组血压控制效果、生活质量评分，并对2组护理满意度进行比较。结果：干预后，与对照组相比较，观察组血压控制效果更优，差异显著($P < 0.05$)；相比于对照组，观察组生活质量各项评分、护理满意度均高于对照组，差异显著($P < 0.05$)。结论：针对性护理措施应用于高血压患者当中，可降低其血压数值，提升其生活质量水平，利于预后，值得推广和应用。

【关键词】高血压；护理干预；降压

Effect of targeted nursing intervention on antihypertensive effect in elderly patients with hypertension

Guohui Zhang

(Dazhou Integrated TCM&Western Medicine Hospital, Dazhou, Sichuan, 635000)

【Abstract】Objective: To take targeted nursing intervention measures for patients with hypertension and explore its application effect. Methods: A total of 90 hypertensive patients diagnosed from May 2020 to May 2021 were randomly divided into two groups: observation group (n=45) and control group (n=45). Among them, the control group and the observation group respectively implemented routine nursing and targeted nursing measures, compared the blood pressure control effect and quality of life score of the two groups, and compared the nursing satisfaction of the two groups. Results: After intervention, the blood pressure control effect of observation group was better than that of control group, the difference was significant ($P < 0.05$). Compared with the control group, the scores of quality of life and nursing satisfaction in the observation group were higher than those in the control group, and the differences were significant ($P < 0.05$). Conclusion: The application of targeted nursing measures in patients with hypertension can reduce their blood pressure, improve their quality of life, and is beneficial to prognosis, and is worth popularizing and applying.

【Key words】Hypertension; Nursing intervention; Decompression

高血压发生率高，属于常见疾病之一，患者多表现为头痛、疲倦、心悸及心律失常等症状，若不采取有效的治疗方案，则会引起脑卒中，损害其心脏和肾脏，对患者的生命健康威胁较大^[1]。目前临床针对该病多采取药物进行治疗，但药物治疗对于血压只是控制，需长期服用药物，可能存在药物副作用，部分患者更有焦虑、抑郁等不良情绪发生，出现漏服、随意减药等情况，因此，针对此类患者实施针对性的护理干预措施十分重要^[2]。通过对患者进行心理、饮食及用药护理干预等，可有效控制和降低血压，促进患者病情恢复^[3]。现以本院90例高血压老年患者作为研究对象，探讨针对性的护理干预对其降压效果的影响，内容如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2020年5月~2021年5月看诊的高血压患者90例作为研究对象，按照随机分化法将其分为2组：观察组、对照组，各45例。其中对照组男性：20例、女性：25例，年龄最大、最小年纪分别为61岁、78岁，平均年龄(67.38 ± 2.34)岁，病程2~13年，平均病程(7.28 ± 1.63)年；观察组男性：22例、女性：23例，年龄最大、最小年纪分别为60岁、76岁，平均年龄(67.14 ± 2.25)岁，病程2~15年，平均病程(7.45 ± 1.73)年。两组年龄、性别数据差异不明显($P > 0.05$)，具有可比性。

1.2 纳入标准

①患者确诊为高血压；②年龄 ≥ 60 岁；③可正常沟通；④本次研究内容经医院伦理委员会批准通过。

1.3 排除标准

①合并恶性肿瘤疾病；②患有严重心、肝、肾等疾病；③出现血液传染性疾病；④精神意识模糊者。

1.4 方法

对照组采取常规护理方案，给予患者饮食、用药指导等，以清淡食物为主，适当补充钙、钾等食物，少吃辛辣刺激性食物；督促患者按时服用药物，制定定量用药，不可停药或减药，定期测量其血压，并指导患者戒烟酒，进行体育锻炼，积极控制体重；

观察组则采取针对性护理方案，从以下几个方面进行干预：①个性化宣教，结合患者病情情况来制定护理方案，讲解具体的疾病治疗方法、用药注意事项等，了解导致患者高血压的危险因素，比如大喜大悲、肥胖等；②个性化心理疏导，关心和鼓励患者，根据老年患者受教育情况、兴趣爱好等，可给予其心理支持，增强其治愈信念；③针对性血压管理，了解每位患者血压情况给予有效的药物治疗，并了解是否具有高血压并发症的危险因素，定时监测血压数值变化情况，根据其危险因素来制定相应的治疗方案、预防策略等；④个性化用药指导，强调正确用药重要性，可制作服药卡片并发放，上面可记录服药时间、剂量、名称等，督促患者按时服药，可提升其用药依从性；⑤个性化出院指导，通过多媒体、微信、视频等，耐心解答患者疑问，为其提供个性化的院外指导。

1.5 观察指标

对比两组降压效果；采用生活质量量表（SF-36）

进行评估患者生活质量情况，共7项内容，各个项目分数：100分，分数与患者生活质量呈正比；并对两组护理满意度进行比较；采用本院自制的护理满意度调查表评估护理满意度，总分：100分，分为非常满意（90~100分）、满意（80~89分）及不满意（ ≤ 79 分）。

1.6 疗效评估

根据患者降压效果进行评价^[4]，将其分为显效（舒张压下降10mmHg以上且在正常范围、收缩压下降 > 20 mmHg）、有效（舒张压下降10~19mmHg、收缩压下降 > 10 mmHg以上）和无效（未达到上述标准）。

1.7 统计学分析

应用SPSS22.0进行分析统计，以“ $\bar{x} \pm s$ ”表示生活质量评分，行t检验，计数资料以“%”表示血压控制效果、护理满意度，行 χ^2 检验，若 $P < 0.05$ ，差异有统计学意义。

2 结果

2.1 对比两组血压控制效果

观察组高血压控制有效率为97.78%，高于对照组86.67%，差异显著（ $P < 0.05$ ），见表1：

表1 对比两组血压控制效果 [n, (%)]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	45	37 (82.22%)	7 (15.56%)	1 (2.22%)	44 (97.78%)
对照组	45	34 (75.56%)	5 (11.11%)	6 (13.33%)	39 (86.67%)
χ^2 值					3.873
P 值					0.049

2.2 比较两组生活质量评分

干预后，与对照组相比较，观察组生活质量各项

表2 比较两组生活质量评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别 (n=45)	时间	生理功能	活力	躯体职能	社会功能	精神健康	情感职能	总体健康
观察组	干预前	62.75 $\pm$ 5.15	63.24 $\pm$ 5.19	68.29 $\pm$ 6.94	65.47 $\pm$ 6.82	63.82 $\pm$ 6.18	63.44 $\pm$ 6.23	65.36 $\pm$ 7.23
	干预后	76.31 $\pm$ 8.24 ^①	79.56 $\pm$ 6.83 ^①	83.22 $\pm$ 6.75 ^①	82.67 $\pm$ 6.28 ^①	78.39 $\pm$ 8.72 ^①	80.35 $\pm$ 7.88 ^①	82.29 $\pm$ 6.89 ^①
	t 值	9.361	12.762	10.345	12.445	9.145	11.292	11.371
	P 值	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000
对照组 (n=45)	干预前	62.58 $\pm$ 5.32	63.36 $\pm$ 5.28	68.04 $\pm$ 6.31	65.72 $\pm$ 7.45	63.86 $\pm$ 6.22	64.68 $\pm$ 6.28	65.92 $\pm$ 7.28
	干预后	68.56 $\pm$ 5.81	70.91 $\pm$ 5.33	73.53 $\pm$ 6.11	74.24 $\pm$ 6.29	72.45 $\pm$ 6.28	73.24 $\pm$ 6.49	74.28 $\pm$ 6.47
	t 值	5.092	6.751	4.193	5.862	6.519	6.358	5.758
	P 值	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

注：①表示与对照组进行比较， $P < 0.05$ 。

评分上升明显, 差异显著 ($P < 0.05$), 见表 2:

2.3 比较两组护理满意度

相比于对照组, 观察组护理满意度较高, 差异显著 ($P < 0.05$), 见表 3:

表 3 比较两组护理满意度 [n, (%)]

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度
观察组	45	37 (82.22%)	6 (13.34%)	2 (4.44%)	43 (95.56%)
对照组	45	32 (71.11%)	5 (11.11%)	8 (17.78%)	37 (82.22%)
χ^2 值					4.050
P 值					0.044

3 讨论

高血压是一种以原发性动脉血压增高为主的全身性疾病, 导致该病的原因与遗传因素、年龄、饮食、精神紧张等密切相关。若未及时采取治疗则会导致肾血管性疾病、心脑血管等疾病, 且该病需长期服药, 给患者精神及经济带来较大的负担。治疗高血压多采取药物治疗, 但可能存在口干、乏力、嗜睡等不良反应, 还会导致出现耐药性, 患者会有焦虑、抑郁、恐惧等不良情绪, 这就说明了仅靠药物治疗方式, 血压是难以有效控制的, 需给予相应的护理干预措施, 包括心理干预、用药指导及改变不良生活习惯等, 可有效控制患者血压数值水平, 提升治疗效果。

本次研究中, 观察组高血压控制有效率较对照组高, 生活质量各项评分较对照组上升明显 ($P < 0.05$), 可见观察组患者实施针对性的护理干预效果明显, 能够有效控制血压, 改善其生活质量, 促进患者病情恢复, 利于预后。分析原因在于老年高血压患者机体功能及记忆力下降, 体质差, 加上长期服药会有焦虑、抑郁等不良情绪, 经常会有漏服、随意停药等情况, 通过给予患者针对性的护理干预措施, 向患者普及高血压基础知识、治疗方法及注意事项等, 可纠正患者的错误观念, 提升对疾病知识的掌握程度; 另外, 给予患者心理干预, 关心和鼓励患者, 讲解成功案例, 根据其喜好给予心理支持, 能够有效缓解其焦虑、抑郁不良情绪, 提升治疗信心; 并根据患者可能存在的不同危险因素来制定对应的治疗及预防策略, 给予患者个性化用药指导, 强调按时服药的重要性, 可制作服药卡片, 将服用的药物类型、剂量计时间等进行标注, 能够有效减少患者漏服药物的情况, 提升用药依

从性; 做好高血压管理和饮食干预等, 可促进患者形成健康的生活方式, 消除影响血压波动的因素, 进而促进血压控制效果得以提升, 针对患者实际病情制定个性化的护理方案, 更具全面性和科学性, 护理程序更为规范, 能够满足患者各项护理需求, 从以上多个方面促进患者护理质量的提高, 提升其躯体功能、活力及精神健康等, 因此, 观察组患者生活质量各项评分均高于对照组, 与刘金丽研究结果一致, 进一步说明了针对性的护理干预措施应用于高血压患者当中效果明显, 利于血压控制, 提升其生活质量, 利于预后。

另外, 对比两组护理满意度, 观察组护理满意度较对照组高 ($P < 0.05$), 可见观察组患者采取针对性的护理干预可提升护理满意度, 加快患者病情恢复。分析原因在于针对性的护理措施更为全面, 对患者进行心理、饮食、血压及用药护理等, 做好患者出院指导, 能够增强其治愈信念, 使其保持较好的心态面对疾病的治疗, 强调按时用药重要性, 能够提升其用药依从性, 督促患者清淡饮食, 选择低脂肪、低盐等食物, 少吃多餐, 积极运动锻炼, 可改变其不良生活习惯, 进而确保治疗效果, 利于患者血压控制和护理满意度的提升。

综上所述, 针对高血压患者实施针对性护理干预效果较好, 可降低其血压数值, 血压控制效果明显, 提升其生活质量水平, 利于预后, 值得推广和应用。

参考文献:

- [1] 王德敏, 范从华. 高血压老年患者应用护理干预对其降压效果的影响 [J]. 母婴世界, 2021, 8(14): 222.
- [2] Rivera SL, Martin J, Landry J. Acute and Chronic Hypertension: What Clinicians Need to Know for Diagnosis and Management [J]. Crit Care Nurs Clin North Am. 2019, 31(1): 97-108.
- [3] 陈东利. 护理干预对老年高血压患者服药依从性及降压效果的促进作用 [J]. 航空航天医学杂志, 2022, 33(2): 231-234.
- [4] 夏小莉. 分析综合护理干预对老年高血压患者的护理效果 [J]. 中国继续医学教育, 2018, 10(31): 183-185.

作者简介:

张国辉 (1991.09.14—) 女, 汉族, 四川省达州市开江县, 本科, 护师。