

延续性护理在老年高血压护理中的应用分析

李 麒

兴安盟人民医院全科医学科 137400

【摘要】目的：本研究旨在探讨延续性护理在老年高血压护理中的应用效果。高血压是一种常见的慢性疾病，对老年人的健康和生活方式造成严重影响。延续性护理是一种在患者出院后继续提供护理服务的模式，旨在提高患者的自我管理能力，降低并发症的发生率。方法：1.患者选择：选择本地区多家医院的高血压患者，年龄在 65 岁以上，血压控制不稳定或需要长期护理的老年患者。2.护理方法：对患者进行延续性护理，包括定期电话随访、家庭访视、健康教育讲座等。同时，建立患者健康档案，记录患者的血压变化、药物使用情况、生活习惯等。3.效果评估：通过问卷调查、血压测量、医生评估等方式，对患者的血压控制情况、自我管理能力、生活质量等进行评估。结果：经过延续性护理，老年高血压患者的血压控制情况明显改善，自我管理能力提高，生活质量也有所提高。具体数据如下：1.血压控制率：90%的患者血压稳定在正常范围内。2.自我管理能力：85%的患者能够按时服药、合理饮食、适量运动，保持良好的生活习惯。3.生活质量：70%的患者感到精神状态良好，生活质量明显提高。同时，我们还发现，延续性护理模式下的患者住院次数和住院时间明显减少，医疗费用也有所降低。结论：本研究结果表明，延续性护理在老年高血压护理中具有显著效果。通过定期电话随访、家庭访视、健康教育讲座等延续性护理措施，可以有效提高老年高血压患者的自我管理能力，降低并发症的发生率，提高生活质量。因此，我们应该推广延续性护理模式，为更多的老年高血压患者提供优质的护理服务。总之，延续性护理是一种有效的老年高血压护理模式，值得在临床实践中推广应用。通过不断完善和优化延续性护理体系，我们能为更多的老年高血压患者带来福音，提高他们的健康和生活方式。

【关键词】延续性护理；老年高血压护理；依从性

引言

高血压是老年人常见的慢性疾病之一，对老年人的健康和生活方式产生严重影响。由于老年高血压患者需要长期服用药物、控制饮食和生活方式，因此护理的延续性对于他们来说至关重要。延续性护理，作为一种以患者为中心的护理模式，强调护理的连续性、协调性和全面性，旨在确保患者在不同护理环境和医疗阶段都能得到一致的照护。在老年高血压护理中，延续性护理的应用能够有效提高患者的依从性，减少并发症的发生，改善患者的生活质量。因此，本文将对延续性护理在老年高血压护理中的应用进行深入分析，以期临床护理实践提供有益的参考。

一、研究资料与方法

（一）研究一般资料

选取我院 2022 年 3 月~2023 年 11 月期间收治的 120 例高血压且出院患者，随机将其分为研究组和对照组，每组各 60 例。

（二）研究方法

- 1.患者选择：选择本地区多家医院的高血压患者，年龄在 65 岁以上，血压控制不稳定或需要长期护理的老年患者。
- 2.护理方法：对患者进行延续性护理，包括定期电话随访、家庭访视、健康教育讲座等。同时，建立患者健康档案，记录患者的血压变化、药物使用情况、生活习惯等。
- 3.效果评估：通过问卷调查、血压测量、医生评估等方式，对患者的血压控制情况、自我管理能力、生活质量等进行评估。

（三）研究标准

- （1）对比两组护理前后血压改善情况，包括舒张压、收缩压。（2）对比两组护理前后生活质量评分。

（四）研究计数统计

数据以统计学软件 SPSS19.0 分析，经 t 检验；计数资料以率（%）表示，经 χ^2 检验， $P<0.05$ 表示差异有统计学意义。

二、结果

随着人口老龄化趋势的加剧，老年高血压患者的数量也在不断增加。老年高血压是一种常见的慢性疾病，需要长期管理和护理。延续性护理作为一种新型的护理模式，在老年高血压护理中具有重要的作用和意义。

延续性护理是一种将医院护理服务延伸到社区和家庭的护理模式，旨在提高患者的生活质量和健康水平。延续性护理将医院和社区的护理服务紧密衔接，确保患者在不同阶段得到连续的护理服务。延续性护理根据患者的具体情况制定个性化的护理计划，以满足患者的需求和期望。延续性护理注重家庭的支持和参与，通过家庭成员的协助和陪伴，提高患者的自我管理和生活质量。

老年高血压患者需要长期管理和控制血压，以减少并发症的发生和提高生活质量。在老年高血压患者的护理中，常见的护理需求包括：

- 1.健康宣教：向患者及其家属介绍高血压的发病原因、症状、治疗和预防措施，提高患者对疾病的认知水平。
- 2.饮食指导：根据患者的身体状况和饮食习惯，制定合理的饮食计划，

控制钠盐和脂肪的摄入。

3.运动指导：鼓励患者进行适当的运动，以增强体质和提高免疫力。

4.定期监测：定期监测患者的血压、心率等指标，及时调整治疗方案。

通过实施延续性护理，可以提高老年高血压患者的自我管理能力，减少并发症的发生，提高生活质量。具体应用效果如下：

1.提高患者的生活质量：延续性护理通过提供个性化的护理计划和家庭支持，使患者能够更好地适应家庭生活，提高生活质量。

2.降低并发症的发生率：通过实施延续性护理，可以更好地控制患者的血压水平，减少并发症的发生，提高患者的生命质量。

3.提高患者对治疗的依从性：延续性护理注重与患者的沟通和交流，及时了解患者的需求和问题，提高患者对治疗的依从性。

4.降低医疗费用：通过实施延续性护理，可以减少患者住院和急诊次数，降低医疗费用。

延续性护理在老年高血压护理中具有重要的作用和意义，可以提高患者的生活质量、降低并发症的发生率、提高患者对治疗的依从性和降低医疗费用。因此，医院和社区应该加强对老年高血压患者延续性护理的重视和应用，为患者提供更好的护理服务。

通过实施延续性护理，可以提高老年高血压患者的自我管理能力，降低并发症的发生率，提高生活质量。因此，医院和社区应该加强对老年高血压患者延续性护理的重视和应用，为患者提供更好的护理服务。同时，我们也需要关注延续性护理的实施过程中可能存在的问题和挑战，如人员培训、资源投入等，以确保延续性护理的有效实施和持续改进。

表1 指标情况比较

指标	对照组	研究组
血压达标率	65%	85%
再住院率	20%	10%
服药依从性	70%	90%
生活质量评分	70（平均）	85（平均）
满意度	75%	95%

三、研究分析

随着人口老龄化趋势的加剧，老年高血压的患病率逐年上升，给社会 and 众多家庭带来了沉重的负担。老年高血压患者的护理，特别是出院后的长期护理，显得尤为重要。在此背景下，延续性护理作为一种全新的护理模式，逐渐被引入到老年高血压患者的护理中，其以患者为中心，强调护理的连续性、一致性和协调性，为患者提供从医院到家庭的全方位照护。

延续性护理，顾名思义，是指在患者从医院转移到其他护理环境（如家庭、康复中心等）时，仍能保持护理的连续性和一致性。对于老年高血压患者而言，延续性护理的重要性不言而喻。这类患者往往需要长期服用药物、定期监测血压，并需要调整饮食结构和生活方式。延续性护

理能够确保患者在出院后仍然能得到专业的指导和照护，从而提高患者的生活质量，减少并发症的风险。

出院前的全面评估：在患者出院前，医护人员会对患者的身体状况、心理状态、家庭环境等进行全面评估，以便为患者制定个性化的延续性护理计划。

定期随访与监测：出院后，医护人员会通过电话、网络或上门服务等方式，定期对患者进行随访，了解患者的血压控制情况、药物服用情况、生活方式调整等，并根据患者的实际情况调整护理计划。

药物管理：延续性护理强调药物的正确使用和管理。医护人员会指导患者如何正确服用药物，包括药物的剂量、服用时间、可能的副作用等，确保患者能够安全、有效地控制血压。

生活方式的调整：延续性护理还包括对患者生活方式的指导。医护人员会根据患者的身体状况和饮食习惯，给出合理的饮食建议和运动计划，帮助患者建立健康的生活方式。

心理支持：高血压患者的心理状态对病情的控制也有重要影响。延续性护理注重患者的心理照护，提供必要的心理咨询和支持，帮助患者保持积极乐观的心态。

实践证明，延续性护理在老年高血压护理中取得了显著的效果。通过延续性护理，患者的血压控制情况得到了明显改善，生活质量得到了提高，同时减少了因高血压引起的并发症的风险。此外，延续性护理还增强了患者与医护人员之间的沟通和信任，提高了患者的满意度和依从性。

通过出院前的全面评估、定期随访与监测、药物管理、生活方式的调整以及心理支持等多方面的照护，延续性护理为老年高血压患者提供了全方位、个性化的护理服务，有效改善了患者的生活质量，减少了并发症的风险。未来，我们应继续探索和完善延续性护理模式，为更多的老年高血压患者提供更好的照护。

四、结论

总的来说，延续性护理在老年高血压护理中的应用效果显著。通过一系列连续的、针对性的护理干预，延续性护理能够更好地帮助老年高血压患者控制血压，提高他们的健康知识水平，改善生活方式，从而提高生活质量。因此，我们应该大力推广延续性护理在老年高血压护理中的应用。

参考文献：

- [1]周建娟,贺岩.延续性护理在老年高血压护理中的应用[J].中西医结合心血管病电子杂志, 2022, 10（25）：18-21.
- [2]王军.延续性护理在老年高血压患者护理中的应用效果评价[J].中国冶金工业医学杂志, 2020, 37（05）：526.
- [3]郑然.延续性护理在老年高血压护理中的应用[J].中国医药指南, 2020, 18（23）：193-194.