

# 系统护理干预在老年高血压护理中的应用效果及满意度影响

黄雯婷

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

**【摘要】**目的：探究老年高血压护理中，系统护理的应用效果及满意度影响。方法：采集2021年9月-2022年9月同意参与研究的55例老年高血压患者资料，随机分组；基础组27例，以老年高血压普通护理为主导作为干预；实验组28例，以系统护理干预为主导作为干预；评定并比较2组血压、遵医行为、生活质量、护理满意度。结果：护理干预后，组间比较，实验组血压、生活质量、遵医行为明显较优，护理满意度方面较高（ $P<0.05$ ）。结论：老年高血压护理中，系统护理干预的应用价值较高，有助改善患者血压水平、遵医行为及生活质量，保证其护理满意度。

**【关键词】**：老年高血压；系统护理干预；血压；生活质量；遵医行为

## Application effect and satisfaction impact of systematic nursing intervention in elderly hypertension nursing

Wenting Huang

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

**Abstract:** Objective To explore the application effect and satisfaction impact of systematic nursing in elderly hypertension care. Methods Data of 55 elderly patients with hypertension who agreed to participate in the study from September 2021 to September 2022 were collected and randomly divided into groups; In the basic group, 27 cases were treated with general nursing care for elderly hypertension as the main intervention; The experimental group consisted of 28 cases, with systematic nursing intervention as the main intervention; Evaluate and compare blood pressure, compliance behavior, quality of life, and nursing satisfaction between the two groups. Results After nursing intervention, compared between groups, blood pressure, quality of life, compliance behavior were significantly better in the experimental group, and nursing satisfaction was higher ( $P<0.05$ ). Conclusion Systematic nursing intervention has a high value in elderly hypertension nursing, which can improve patients' blood pressure level, compliance behavior, and quality of life, and ensure their nursing satisfaction.

**Keywords:** Hypertension in the elderly; Systematic nursing intervention; Blood pressure; Quality of life; Medical compliance behavior

高血压是一种常见的、多发病，在老年人中占很大比例，血压增高是其主要的特征。它是一种极易引发各种心脑血管病的危险因素，如果得不到有效的治疗，将会造成心、脑、肾等重要脏器的功能损害，严重时可导致多个器官功能衰竭，从而威胁到患者的生命<sup>[1]</sup>。高血压是一种必须终生接受治疗的慢性病，因为老年人的年纪比较大，而且他们的身体各方面的功能都在不断地下降，如果长期使用这种药物，很容易出现一些副作用，从而会影响到他们的药效，因此，在治疗的时候，必须要有一个系统的护理，这样才能提高他们的预后，提高他们的生活质量。本研究选择了本院诊治的55例老年高血压患者，现总结与报道如下：

## 1 资料与方法

### 1.1 基线资料

采集2021年9月-2022年9月同意参与研究的55例老年高血压患者资料，随机分组；基础组27例，实验组28例。基础组：男女比14:13；年龄：最小64岁、最大83岁，均值（ $74.63 \pm 5.29$ ）岁。实验组：男女比15:13；年龄：最小63岁、最大82岁，均值（ $74.37 \pm 5.31$ ）岁。分组资料，具有同质性（ $P$

$>0.05$ ）。经医院医学伦理委员会批准。

入组标准：①符合老年高血压病诊断标准；②病程（ $5.41 \pm 1.37$ ）年，年龄63-83岁；③对研究知情且认同态度；④基线资料完整无缺损。排除标准：①阅读、理解及神志等层面存在功能障碍；②合并并发症且较为严重；③家属对研究持有异议；④研究中途退出。

## 1.2 方法

### 1.2.1 基础组

老年高血压常规治疗期间，予以患者普通化护理干预：①就老年高血压疾病相关知识（如病发原因、病表现、治疗手段等），向患者与家属进行简单化的宣教；同时，就疾病常见性特征向患者和家属进行介绍，以舒缓患者、家属紧张、忧虑情绪。②立足于患者实际病症基础上，予以患者饮食、药物应用指导。③加强患者血压水平监测。

### 1.2.2 实验组

（1）系统化培训：加强护理人员护理技能、服务态度及责任意识感培训与培养，以保证护理工作实施质量；实施老带

新模式,帮助刚入岗工作的护理人员尽快熟悉护理工作。(2)疾病宣教:于家属在场、且患者整体状况良好的情况下,展开疾病宣教,告知患者、家属有关于高血压疾病相关知识;同时,引导、鼓励患者、家属大胆提问,使其勇敢表达自身存在不解之处,随之对其提出疑惑与不解予以耐心、专业解答,纠正患者与家属存在错误认知,消除其心中疑惑。(3)心理疏导:高血压疾病治疗与康复效果会受到患者本人情绪变化的直接影响。简单来讲,若高血压患者处于情绪激动的状态下,那则会对其交感神经造成刺激,促使该神经兴奋性进一步强化,引发血管收缩,促使血压升高。日常护理工作中<sup>[2]</sup>,为避免患者发生此情况,需要护理人员加强患者心理疏导。如予以患者正向引导,使其树立康复信心;寻找话题,主动与患者构建交流,增进双方关系和亲密感,获取患者信任;不吝啬对患者的夸奖和鼓励,指导患者预防不良反应;积极营造舒适睡眠环境,转移患者疾病注意力,引导患者形成乐观、积极心态。(4)饮食指导:将合理、健康饮食对促进老年高血压病转归的积极意义向患者和家属进行讲解,综合患者日常膳食习惯及病情需要,为其编制个性化膳食方案;纠正其日常饮食摄入中存在不当行为,叮嘱患者禁止抽烟、饮酒,对富含脂肪含量的食物摄入进行严格控制,多摄入富含蛋白质及维生素的食物,水果及蔬菜等新鲜瓜果摄入量可适当增加,严格控制盐分摄入,注意微量元素(钾、钠、镁、钙)的补充。同时,指导患者合理分配三餐,避免大吃大喝。(5)运动指导:高血压疾病患者适当进行体育锻炼,既有助于缓解病情,又有利于体质量控制,促进机体免疫力增强。因此,护理人员可围绕患者日常习惯与喜好,综合其身体情况与病况,为患者制定个性化的运动方案;如指导患者通过骑自行车、游泳、慢跑或打太极拳等方式<sup>[3]</sup>,在自身机体能够耐受的强度下展开运动;最为适宜的运动状态即为呼吸轻度加快、身体微微出汗。但注意,护理人员需叮嘱患者,运动期间,若出现相关不适症状,如头晕、心悸等,需马上停止运动,并原地休息。(6)用药干预:叮嘱患者必须按时、按量地坚持服用药物,同时,开展药物宣教,向患者及其家属详细介绍药物种类、应用剂量及作用机制等内容;禁止擅自更改药物的服用时间与服用剂量;教会并指导患者做好并发症预防措施,传授患者自我监测血压的方法与要点。(7)加强随访指导:难治性疾病中,高血压具有一定代表性,坚持长期用药是控制本病的最有效手段<sup>[4]</sup>。为使患者能够坚持服药,在患者出院后,护理人员应通过电话或者入户随访的方式,嘱咐患者到期回院复查,并告知患者按时用药,加强血压自我监测;同时,了解患者心理状况,予以患者安慰和疏导,保持情绪的的稳定,注意病情变化,根据血压监测结果,酌情调节药物服用剂量。指导每日睡前使用热水泡脚,并结合自身喜好播放戏曲或音乐等促进睡眠,以提升睡眠质量;告知患者,日常监测血压时,若发现血压波动,应及时联系医务人员,情况严重

时,需及时就医。

### 1.3 观察指标

①以 SBP——收缩压、DBP——舒张压指标为准,对 2 组干预前、干预后 1 个月血压水平进行测定与比较。

②以 0-100 为评分值,从血压自我监测、遵医嘱用药、合理运动等 5 个维度,应用自制遵医行为量表,对 2 组干预后遵医行为(评分与之呈正比)进行评定与比较。

③以 0-100 为评分值,从一般健康状况、躯体疼痛等 8 个维度,应用 SF-36

生活质量评价量表,对 2 组干预后生活质量(评分与之呈正比)展开评定与比较。

④以 96-120、75-95、<75 为评分值,基于满意、一般满意、不满意标准下,对 2 组护理满意度进行统计与比较。

### 1.4 统计学方法

SPSS21.0 处理数据, ( $\bar{x} \pm s$ ) 与 (%) 表示计量与计数资料, t 值与  $\chi^2$  检验,  $P < 0.05$  有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 血压水平

干预 1 月后,实验组血压水平明显降低 ( $P < 0.05$ )。见下表 1:

表 1 基础组、实验组干预前后血压水平变化情况比较 [ $n(\bar{x} \pm s)$ ]

组别		基础组	实验组	t	P
例数		27	28	/	/
SBP (mmHg)	干预前	162.81 ± 9.62	163.33 ± 12.44	0.173	0.863
	干预后	147.95 ± 11.66	129.27 ± 9.18	6.615	0.000
DBP (mmHg)	干预前	98.39 ± 12.60	97.51 ± 13.22	0.253	0.802
	干预后	92.63 ± 11.54	78.75 ± 9.46	4.886	0.000

### 2.2 遵医行为

实验组遵医行为评分明显较高 ( $P > 0.05$ )。见下表 2:

表 2 基础组、实验组护理干预后遵医行为评分比较 [ $n(\bar{x} \pm s)$ ]

指标	基础组 (n=27)	实验组 (n=28)	t	P
血压自我监测(分)	75.41 ± 5.01	86.36 ± 4.20	8.796	0.000
遵医嘱用药(分)	77.52 ± 6.20	87.74 ± 5.45	6.499	0.000
合理运动(分)	76.41 ± 5.17	87.07 ± 5.16	7.652	0.000
规范饮食(分)	77.02 ± 5.02	88.53 ± 4.26	9.180	0.000
控制情绪(分)	78.45 ± 2.05	90.67 ± 1.21	27.039	0.000

### 2.3 生活质量

实验组评分明显较高 ( $P < 0.05$ )。见下表 3:

表 3 基础组、实验组护理干预前后生活质量评分比较 [ $n(\bar{x} \pm s)$ ]

指标	基础组 (n=27)	实验组 (n=28)	t	P
一般健康状况(分)	78.41 ± 3.04	87.74 ± 2.26	12.949	0.000
躯体疼痛(分)	77.45 ± 2.01	90.26 ± 1.21	28.756	0.000
生理职能(分)	76.41 ± 3.05	89.60 ± 2.16	18.562	0.000
生理机能(分)	77.17 ± 2.04	88.50 ± 1.27	24.825	0.000
情感职能(分)	76.85 ± 3.20	89.63 ± 2.37	16.874	0.000
生活活力(分)	74.41 ± 2.12	88.57 ± 3.25	19.061	0.000
精神健康(分)	75.53 ± 2.20	89.60 ± 2.12	24.154	0.000
社会功能(分)	74.48 ± 2.05	88.50 ± 2.44	23.029	0.000

### 2.4 护理满意度

实验组护理满意度明显较高 ( $P < 0.05$ )。见下表 4:

表 4 基础组、实验组护理满意度比较 [ $n(\%)$ ]

组别	例数	满意	一般满意	不满意	较为满意
基础组	27	11 (40.74)	9 (33.33)	7 (25.93)	20 (74.07)
实验组	28	16 (57.14)	11 (39.29)	1 (3.57)	27 (96.43)
$\chi^2$	/	/	/	/	6.611
P	/	/	/	/	0.010

## 3 讨论

世界范围内,大约有十亿人患有高血压,中国大约有两亿人,且以每年一千万人的速度增长,目前已经是中国最为重要的慢性病。中国 60 岁以上高血压患者的发病率已达到 49%,而其控制率仅为 10%,如果得不到足够的关注,将会引起心、脑、肾等重要脏器的严重并发症,甚至威胁到患者的生命,因而引起了人们的高度关注。

高血压的病因很多,可能与外界环境变化、家族遗传、生活方式不良、饮食等因素有关,在这些因素的作用下,患者的血压就会一直上升,并且会有一定的波动。近年来,我国高血压患者人数呈逐年上升趋势,其中以中老年人为主,至今仍缺乏根治性的治疗手段和药物,其基本目标是防治、减少心脑血管

### 参考文献:

- [1] 刘宏霞,任淑英.系统护理干预在老年高血压病患者护理中的应用分析[J].人人健康,2019,(24):173-174.
- [2] 周莉莉.系统护理干预在老年高血压病患者护理中的有效性探讨[J].心理月刊,2019,14(11):130-131.
- [3] 戴玉,杨淑萍.系统护理干预在老年高血压病患者护理中的应用效果[J].中国当代医药,2019,26(3):246-248+252.
- [4] 徐建云,虞妍.系统护理对老年高血压患者治疗依从性的影响[J].现代医学与健康研究电子杂志,2018,2(21):87-88+90.

管病、降低死亡率。非药物疗法在临床上被广泛使用,且效果显著,通过对患者进行心理干预,可以有效地减轻患者的焦虑、抑郁等症状,并加速患者的康复,提高患者的预后,提高生活质量。

高血压患者的最大特征是血压波动幅度大,脉压差大,并发病、合并症的发生率较高,能否坚持用药对老年高血压的临床疗效有很大的影响,因此,对患者进行护理指导是一项非常重要的工作。

系统护理干预是一种更科学、更全面的护理模式,主要表现在两个方面:一方面,科室会对护理人员进行系统化培训,弥补患者的能力不足,为患者提供更高的护理服务。经过训练,护士们不但拥有较高的专业水平,增强沟通能力、服务意识等,可以提高科室的护理质量,大大的改善患者的医疗体验。而护理人员则要结合患者的状况,进行全面、系统的护理干预。由于患者对药物的认知存在缺陷,因此,护理人员会采用多种方式对患者展开宣传教育,让患者对遵医嘱用药的重要性和血压控制不佳的危害有更深入的了解,进而唤醒患者的主观意识,并主动做好自身的防护工作。对于有消极情绪的患者,护士会尽力与其建立良好的关系,然后深入了解其内心的真实想法,进行有针对性的疏导。在有了发泄的途径之后,患者的心理压力得到了释放,以后也会以更加积极和健康的心态来对待问题;同时,通过系统护理干预,可以改善患者的饮食,保证患者的健康、并辅以心理干预、运动指导等,使患者维持一个好的身体和心理状态,避免因情绪的剧烈波动而导致血压的异常升高。用药指导可以在患者用药的过程中,为患者介绍长期坚持用药的重要性,从而提高患者的治疗依从性,并增强患者的配合行为;积极地进行疾病宣教引导等活动,可以让患者对疾病有更多的认识和认识,从而提升他们的治疗积极性,让他们在生理上、躯体上都能感受到更多的舒适感,从而可以提高他们的临床疗效,让他们的生活质量和预后得到提升。

本研究发现,在两组采用不同的干预模式后,实验组的依医行为更优,生活质量更好,血压指标更低,护理满意度更高。

综上所述,在对高血压老人进行的护理工作中,通过引入系统的护理介入,可以得到非常好的结果。其主要的价值包括:提高患者的遵医行为,提高患者的血压控制效果和生活质量,患者也会因此得到更高的满意程度,这是非常值得提倡的。