

# 个性化护理在老年高血压护理中的价值分析

金姬婷

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

**【摘要】**目的：研究康复护理干预对老年高血压并发症护理功效的干预价值。方法选取2021年2月至2022年2月于本院进行治疗的78例患者作为观察对象，选用随机分配法对患者进行分组，分为两组，组别名称为实验组（n=39）及对照组（n=39），实验组实施专业性并发症护理干预，对照组实施常规和传统的并发症治疗干预。结果：护理后，实验组和对照组收缩压及舒张压水平相对偏低，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）；实验组康复护理依从性评分均高于对照组，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）；实验组护理满意度对比对照组明显较高，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）。结论：老年高血压患者结合有效的护理干预、行为护理干预有利于提高患者日常护理依从性，降低血压血脂水平，提高生活质量，有效减轻负性情绪状态。

**【关键词】**：个性化护理；老年高血压；护理；价值分析

DOI:10.12417/2705-098X.23.12.045

## The Value Analysis of Personalized Nursing in Elderly Hypertension Nursing

Jiting Jin

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

**Abstract:** Objective: To study the intervention value of rehabilitation nursing intervention on the nursing efficacy of elderly hypertensive complications. Method: 78 patients who underwent treatment in our hospital from February 2021 to February 2022 were selected as observation subjects. The patients were randomly assigned and divided into two groups: the experimental group (n=39) and the control group (n=39). The experimental group received professional complications nursing intervention, while the control group received routine and traditional complications treatment interventions. Result: After nursing, the levels of systolic and diastolic blood pressure in the experimental group and the control group were relatively low, with a statistically significant difference ( $P<0.05$ ); The compliance scores of rehabilitation nursing in the experimental group were higher than those in the control group, and the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ); The nursing satisfaction of the experimental group was significantly higher than that of the control group, and the difference was statistically significant ( $P<0.05$ ). Conclusion: The combination of effective nursing intervention and behavioral nursing intervention for elderly patients with hypertension can improve their daily nursing compliance, reduce blood pressure and lipid levels, improve their quality of life, and effectively reduce their negative emotional state.

**Keywords:** personalized care; Elderly hypertension; Nursing; value analysis

近年来，随着人们生活水平的提高和经济的发展，饮食结构发生了很大的变化，越来越多的人通过高能量、高油脂的食物来保障日常能量供给。同时，由于经济发展和医疗技术的进步，人口老龄化问题也逐渐受到了重视。然而，这些变化都导致了高血压发病率逐年增长，老年高血压是一种常见的疾病，高血压会导致血管硬化和狭窄，增加心脑血管事件的风险，如心肌梗死、中风等，会损害肾脏，引起肾功能不全，甚至造成肾衰竭，而个性化护理在老年高血压护理中有着重要价值，针对老年患者的特点，采取个性化降压方案，根据患者的病情、病史、体质等因素，制定不同的治疗方案和用药方案，以达到更好的降压效果，同时也可以预防并缓解高血压相关的并发症和副作用的发生。

## 1 实验资料

### 1.1 实验对象

采用随机性原则抽取2021年2月至2022年2月于本院进

行治疗的78例患者作为观察对象，选用随机分配法对患者进行分组，每组39人。为尽量避免实验误差，实验组与对照组男女比例均相等，为1:1。患者年龄均处于65至86岁，平均年龄74岁，误差范围为3岁，比较两组患者的基本资料无显著性统计学差异（ $P>0.05$ ），本次实验已获取实验对象与相关监管部门的同意与认可，实验对象均已做过身体各项机能检查，确认无其它慢性疾病与精神疾病，不具备认知障碍的病症，沟通与表达能力良好。在患者及其家属同意参与实验的基础上签署了知情同意书。

### 1.2 实验方法

研究组将通过为老年高血压患者提供个性化的护理服务来探究其效果，相比于传统护理模式，个性化护理模式会更加注重患者的个人差异和需求，采取针对性的护理措施，以更好的达到控制患者高血压的治疗目的。首先，个性化护理模式将着重于患者个体化的需求，并将根据患者的生理、心理和社会

情况制定个性化的护理计划,通过了解患者的身体状况、生活方式、饮食习惯、心理状态以及家庭社会环境等因素,护士可以为患者制定适合其特定状况的治疗计划,从而更好地控制和预防高血压的发生。其次,针对患者个体情况,护士需要根据患者病情、体重、年龄等因素制定个性化的药物治疗方案,护士将根据患者的生理特征和病情,指导患者正确使用降压药物,并通过随访观察患者对药物的反应情况,及时调整药物治疗方案,可以利用24h血压动态监测仪(生产厂家:上海聚慕医疗器械有限公司;注册证号:国械注进20162072461)多次测量患者血压、生命体征指标水平。高血压患者的饮食习惯是影响患者血压的重要因素之一,护士将通过了解患者的饮食习惯、口味喜好和营养需求等方面,为患者提供个性化的饮食建议和指导。同时,护士还会监测患者的饮食状况,对不符合要求的饮食习惯进行纠正,并根据患者病情、药物治疗情况等因素进行饮食调整。定期运动可以有助于降低血压和改善身体状况。但不同患者的身体状况和运动需求也各不相同,护士应该制定有针对性的运动计划。护士将详细了解患者体育习惯、运动方式和身体状况,并据此为患者设计合适的运动计划,同时通过随访和反馈了解患者对运动的反应情况,调整运动计划。医生或护士应进行评估,包括患者的一般健康状况、高血压的控制情况、并发症的风险、患者的经济和社会状况,根据这些信息,医生可以制定个性化的健康教育计划,患者需要了解高血压的危害以及为何要控制高血压,饮食、运动、戒烟和限酒是控制高血压的重要手段之一,对患者应进行个性化的建议,比如有哪些食物、运动方式和戒烟方法适合该患者,医生或护士应向患者详细介绍高血压的预防、治疗和控制方法。如果患者需要药物治疗,医生需要告知患者相关的药物信息、使用方法以及注意事项。由于老年人常常同时患有多种疾病,因此在药物治疗中需要特别注意相互作用和副作用。患者应定期自我监测血压,并记录下每次的数据。在控制血压方面,持续不断的监测和记录是成功的关键,医生或护士应与患者建立密切的关系,关注他们的身心健康,并时刻准备回答他们的问题和解决他们的疑虑,尽量采用简单的语言、方式和工具,确保患者能够理解和遵守,个性化计划需要针对患者的个人特征和需求,尽可能匹配患者的生活方式和文化习惯,建议患者寻求家人或朋友的支持,以更好地参与到健康管理中来。个性化护理模式比传统护理模式更加注重患者的个性化需求,其目的是为患者提供更加有效的护理服务,更好地控制和预防高血压的发生。

### 1.3 统计学方法

采用SPSS19.0软件,计量资料采用均数±标准差(±s)表示,行t检验,计数资料采用百分数(%)表示,行 $\chi^2$ 检验,经计算后发现 $P<0.05$ 表示存在统计学差异。

## 2 结果

### 2.1 干预前后血压变化

干预后实验组和对照组患者收缩压及舒张压水平较干预前均明显降低,且研究组显著低于对照组( $P<0.05$ )。

表1 干预前后两组血压变化

组别		收缩压	舒张压
研究组(n=39)	干预前	159.22±5.31	110.32±4.42
	干预后	121.24±3.28* <sup>@</sup>	80.64±3.14* <sup>@</sup>
对照组(n=39)	干预前	158.62±5.17	111.15±4.28
	干预后	135.67±4.15*	93.37±3.35*

### 2.2 术后并发症发生率

实验组及对照组患者并发症发生率分别为10.26%、20.51%,两组比较存在统计学差异( $P<0.05$ ),见表2。

表2 术后并发症的发生率[n(%)]

组别	例数	脑卒中	肾功能损害	心绞痛	总发生率
研究组	39	1(2.56)	2(5.13)	1(2.56)	4(10.26)*
对照组	39	2(5.13)	4(10.26)	2(5.13)	8(20.51)

## 3 讨论

高血压患病率非常高,全球每年患病人数超过10亿。在中国,高血压已成为中老年人群的主要慢性病之一,患病率超过40%,高血压病程长,通常在人们不知不觉中逐渐进展。严重的高血压可以造成心脑血管、肾脏等重要器官的损害。长期高血压会使人更容易患上心脑血管疾病,如心肌梗死、脑卒中、肾脏疾病等,也会增加并发症风险,如视网膜病变、冠心病等。高血压会使人感到疲乏、头晕、失眠、注意力不集中等,严重时还会影响日常生活和工作,对患者产生心理压力,降低生活质量。因此,预防和控制高血压非常重要,包括加强健康教育、科学饮食、适度运动、戒烟限酒以及定期体检等。同时,对于已经患有高血压的人,需要积极治疗并坚持长期的药物治疗和定期随访,以降低并发症风险,提高生活质量。老年高血压患者的管理需要综合考虑患者的身体状况、生活习惯、心理状态等,采取针对性的干预措施,医护人员应给患者进行详细的健康教育,让患者了解高血压的危害和预防可控因素,以及合理的药物治疗和饮食调节等措施,加强对患者的指导和帮助,提高患者的认知水平和自我管理能力,应该认真聆听患者的心理状况,患者在疾病的过程中会产生焦虑、恐惧、抑郁等情绪,甚至会出现自杀等危险行为。医护人员应该及时给予患者心理支持和关爱,帮助患者减少心理负担,从而促进治疗效果。老年高血压患者常常面临多种并发症,如冠心病、心肌梗死、脑

卒中等。医护人员要密切关注患者身体的变化,及时发现和处理这些病症,以保证治疗的顺利进行。高血压的治疗不仅需要药物干预,还需要结合家庭环境、生活方式等进行综合干预,为患者营造一个良好的治疗环境。医护人员可以协助患者制定科学的生活习惯、进行适宜的运动、合理的饮食等,从而改善患者的生活方式。

高血压是一种慢性疾病,长期不得到控制会导致心脑血管疾病,甚至危及生命,因此,控制血压水平是治疗高血压的关键。目前,我国部分地区的医疗水平较为落后,导致一些患者对高血压的认知水平较低,有些人甚至认为高血压不是疾病,不需要治疗,这种错误的认识会导致患者疾病严重化,进而减少高血压的就诊率和控制率。随着年龄的增长,患者面临越来越多的健康问题,许多年轻人往往未能重视高血压的严重性,等到出现了血管等复杂病变,高血压的控制难度会增大,从而影响就诊及控制率。一些患者缺乏对高血压的自我保健知识和意识,不会采取一些预防措施,容易患该病。即使患了高血压,也不积极配合医生的治疗,缺乏自我管理意识,不重视控制血压,致使提高高血压的风险。高血压患者长期服用抗高血压药物,可能会出现一些不良反应,如头痛、乏力、低血压等。这

时候如果患者不及时与医生沟通,可能会导致高血压不良反应的加重,从而降低患者配合治疗的意愿和能力,影响这类患者的就诊及控制率。本次实验研究分析发现老年高血压患者结合有效的护理干预、行为护理干预有利于提高患者日常护理依从性,降低血压血脂水平,提高生活质量,有效减轻负性情绪状态,因此,需要对老年高血压患者结合有效的护理干预、行为护理干预,加强系统建设,加强医患沟通,共同推进我国高血压治疗的质量和效果。

#### 4 结语

总之,对老年高血压患者进行个性化护理,可以使患者在治疗中获得更好的效果和更好的生活质量,本文探讨间歇性鼻饲法联合分组康复训练对脑梗死后吞咽障碍患者吞咽功能及康复护理依从性的影响,能够帮助老年患者建立健康的生活方式,包括合理的饮食、适量的运动、戒烟限酒等,定期监测生命体征和血压情况,及时调整治疗方案,鼓励老年患者参加社交活动和文娱活动,增强心理健康和生活质量,预防和缓解高血压相关的心理问题,有利于加强我国医疗领域系统建设,加强医患之间的有效沟通,共同推进我国高血压治疗的质量和效果。

#### 参考文献:

- [1] 闫璐.个性化护理对老年高血压患者血压及并发症的影响[J].中国冶金工业医学杂志,2018,35(3):352.
- [2] 战翠玉.个体化人性护理在老年高血压患者并发症护理中的应用效果观察[J].中国医药指南,2018,16(9):279-280.
- [3] 崔金帅.老年高血压患者实施个性化护理对其血压及并发症的影响分析[J].实用临床护理学电子杂志,2017,2(47):13-14.
- [4] 于淑敏.个性化护理在老年高血压患者血压及并发症防治中的干预效果[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2017,17(72):241-242.
- [5] 陈彩虹,吴冰虹.个性化护理对老年高血压患者血压与并发症的影响[J].中国当代医药,2016,23(9):202-204.