

# 优质护理对老年高血压患者的影响

马燕霞

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200232

**【摘要】**：此次探究目的则是对优质护理模式在高血压患者治疗当中的使用情况进行解析，了解这种管理模式对高血压患者的实际影响。采用的方法则是选取某医院所收治的30名高血压患者作为研究目标，随机将其分为实验组和对照组，针对对照组人员开展常规性治疗，对于实验组人员进行常规治疗的基础上，结合优质护理模式。最终的结果是实验组的病情有显著提升，生活质量方面明显提高的患者数量要比对照组高，并且发生死亡人数也要比对照组少。最终的结论是优质护理模式的使用更有利于将高血压患者的治疗效果提高。

**【关键词】**：优质护理模式；高血压患者；影响；探究结果

实际临床医学当中，高血压是冠心病以及心肾功能衰竭等各方面主要发病的原因，如今高血压也逐渐成为导致老年患者死亡重要疾病之一。近几年国内的高血压发病概率逐渐提升，但从整体来看，国内居民对于这种疾病的认知程度还比较低，整体把控水平有待提升。从现阶段具体情况来看，不健康的生活方式也是造成高血压疾病发生概率不断增加的主要原因之一，而对这种疾病患者进行治疗过程中，运用优质护理模式，对其病情把控和整体治疗效果的提高有着很明显的推动作用，以此为基础，本文专门对慢性管理模式对高血压患者所造成的影响内容进行探究。

## 1 一般资料和方法

### 1.1 一般资料

此次探究活动当中，选择某医院所收治的30名高血压患者作为研究目标，在这些患者人员当中，男性有18例，女性有17例，患者年龄在58~85岁之间，平均69岁。为配合这次探究工作，患者以及其家属需要签署知情同意书，在实际探究期间，患者如果发生病情恶化或者其他意外状况，要及时停止此次探究工作，对患者进行抢救措施。随机将患者分为研究组和对照组，每组人员有15例，质量组人员的基本资料没有统计学意义，差异无统计学意义（ $P>0.05$ ）。

### 1.2 采用的管理方法

针对对照组高血压人员而言，对其开展常规性治疗，其中包括日常用药以及日常照料。针对实验组高血压人员而言，在常规性治疗的前提下，结合优质护理模式，具体可以从这几方面着手：

第一，开展分级管理。根据高血压患者病情的严重程度进行分级处理，一般情况下，一级患者人员主要是以低危性的高血压患者，对于这种类型的患者，要对患者进行几个月随访，每年随访次数在四次左右，一般随访要对患者的病情把控情况进行全面了解。二级患者着是中危中高血压患者对于这种类型的患者，两个月进行一次随访，一年随访的次数要在六次左右。三级患者则为高危患者一个月进行一次随访，全面随访的次数要在15次左右。

第二，对随访工作进行合理管理。结合随访中所了解到的实际情况，对患者人员进行必要的治疗引导，其中针对一二级患者来说，需要改善其生活习惯。将此作为核心内容进行治疗引导，使其可以从这几方面开展。

(1) 开展健康教育引导以后，工作人员在进行随访期间需要通过必要的健康教育工作，使病人对高血压疾病有一个全面了解，同时能够使患者明确认识到不良生活习惯是导致高血压疾病的重要因素之一，积极配合医护人员主动改善自己不良生活习俗，更有利于这些人员合理把控病情。为患者办理入院手续以后，对其基本情况，其中包含年龄、生活习惯等各项信息进行全面综合性评估。然后引导其完成有关检查工作，根据患者实际情况，对最终检查结果和疾病情况进行全面评估，基于此为其制定个性化护理内容。

(2) 开展运动引导。科学运动是改善高血压病人不良生活习惯非

常重要的一项内容，所以在患者进行随访期间，需要对其进行合理的运动引导干预。同时从作用机理方面来看，合理的运动更有助于促进患者血液循环，推动患者心肾功能的改善。在开展运动引导期间，需要遵循循序渐进的原则，运动强度需要逐渐从低强度到高强度，在前期环节的运动当中主要以散步为主，在每日进食之后需要患者选择空气流动性非常好的地方散步。在散步的前提下能够进一步加强运动强度，例如开展快走运动，在这个运动当中，已出现轻微喘气但可以交谈的情况最为适合。快速运动当中能够分阶段开展，以几分钟为一个环节，运动速度逐渐由慢到快，患者通过快走使其身体有显著变化，运动效果最佳。其次，部分老年患者对打太极有很大兴趣。对于这部分老年患者，医护人员能够引导其每日在指定的时间段通过做此类活动来达到运动效果，并且运用这样的方法可以激发患者的运动兴趣，对高血压患者的病情把控有着很重要的推动作用。

(3) 饮食引导。这同样是改善高血压患者不良生活习惯的重要因素之一。部分患者高血压疾病的发生与其不合理的饮食习惯有很大的关系，所以一定要在随访当中加大对患者的饮食引导工作。实际引导过程中需要患者每日摄取食物定时定量，同时为患者提供食物中所含的糖要尽量低，需要适量增加一些粗粮以及水果的供应量。在患者食谱当中要尽量减少动物内脏以及辛辣刺激的食物，还要适量降低食物的含盐量。整体来看，需要对患者的食物摄入总量进行合理把控。同时严格把控食物当中的胆固醇以及脂肪含量，运用更加科学的饮食引导，有利于患者形成良好的饮食习惯，可以有效把控高血压患者病情。为了更好地保障患者的饮食科学健康，不会由于饮食不好而造成患者的肾脏受损或是需要根据患者实际情况，制定个性化的饮食方案，同时还要告诉患者和家属，需要在饮食上确保低盐、低糖等。以补充蛋白质为主，避免吃辛辣油腻的刺激性食物，与此同时，还要结合患者实际情况，定期开展全面检查工作，保证其饮食健康合理。

(4) 对患者进行心理干预。这种干预方法的主要目的则在于消除患者的负面心理情绪，不断将其治疗的依从性提高，使患者能够正确了解自身疾病。同时更好配合每一项治疗工作，能够让患者疾病的治疗效果提高。在实际开展心理护理过程中，需要医护人员通过跟患者的有效沟通来完成。在沟通当中医护人员要耐心温和，使患者能够了解到高血压疾病发生并不可怕，只要积极配合工作人员治疗工作，患者病情就能得到有效把控。另外，医护人员要向患者全面阐述目前先进的医疗技术，由此减少患者出现焦虑、恐惧等不良情绪，使其能够建立良好信心，不断将患者病情治疗效果提高。护士要跟高血压患者积极进行沟通交流，目的是使其缓解压力和焦虑的情绪，使患者能够提出自身要求，这样医生、护士可以对其具体给予相关鼓励和关心，为患者树立自信心。因为高血压这种疾病发展的速度非常慢，同时很容易在治疗后出现复发情况，对患者日常生活精神方面造成很大影响。与此同时，在长时间治疗期间，患者和家属的经济压力也会很大，担心治疗效果不好而影响其接受治疗的状态，所以医生、护士还要从患者家属方面着手，为其讲解相关疾病知识内容，使其能

够更深层次地对这项疾病进行了解,主动配合医护人员,使患者能够积极接受治疗。

(5) 人文关怀和社会支持方面的干预。为了使患者能够在舒适、温馨的环境中接受治疗,护士可以简单为其进行房间布置,营造舒适环境,与此同时,护士还要对患者给予高度重视和尊重,尽可能满足其提要求。其次,护士还要引导家属给予更多关心和鼓励,使其能够更积极地接受治疗。开展这项护理工作主要是使患者能够正确了解这项疾病,将其治疗依从性提高,对患者开展护理工作时,具体讲解有关疾病内容以及治疗方法和预后的效果,从患者讲解护理操作内容和意义上使其能够更好配合治疗、快速康复。其次,医院还要定期为患者和家属举办有关疾病知识讲座,使其能够在日常生活当中使用正确方法来完成康复。

针对三级患者来说,由于其情况较严重,所以要采取更直观的管理工作。第一,实时监测患者病情情况。将这项工作做好,监测护理的主要目标则在于对患者的身体情况进行全面了解,结合其身体变化第一时间采取解决措施。医护人员还要对患者血压护理情况变化等方面密切进行观察,若患者体温超过正常范围以内,就要对其进行降温处理,例如运用冰袋敷在患者头部或腋下等。第二,将患者脑细胞的保护工作做好。由于一些高血压患者会发生脑出血的状况,由此对于这类患者,医护人员要对其提供持续性的供氧操作。供氧操作的速度需要把控在每分钟两升的低水平状态,这样可以更好避免患者由于脑部缺氧而损害到脑细胞。若患者发生中枢性高热,就要对其进行物理降温,这样可以更好缓解脑水肿所导致的脑细胞损伤情况。

### 1.3 统计学方法

本次探究过程中对数据进行处理可以使用 SPSS18.0 统计学软件,使用 t 进行检验,其差异具有统计学意义 (P<0.05)。

## 2 结果

表 1 患者情况比较[n(\*)]

组别	病情明显好转(例,%)	生活质量明显提升(例,%)	出现死亡(例,%)
试验组	38(76%)	42(84%)	1(2%)
对照组	26(52%)	15(30%)	6(12%)

从以上阐述对比当中可以看出(见表1),实验组病情明显出现好转、生活质量明显提高的患者数量要比对照组高,同时发生死亡概率的人数也要比对照组低。由此,运用优质护理模式更有利于将高血压患者的治疗效果提高。

### 2.1 护理满意度对比

从患者满意度的统计结果当中,可以看出非常满意和基本满意方面,试验组与对照组两组的满意度分别是 92.3%和 64.5%。同时在不满意人数方面,护理组明显要比研究组低,这两组之间的数据存在一定差异性,有统计学意义 p<0.05。

### 参考文献:

- [1] 章明,唐欧杉.某社区优质护理对高血压患者的影响分析[J].中国农村卫生事业管理,2017(02).
- [2] 张永建,李建隆,谢成渝,周海云,刘青云.社区健康服务中心优质护理效果及分析[J].中华全科医学,2018(01).
- [3] 尤川梅,熊先军,吴月华,熊巨洋,姚岚.社区高血压控制效果及其影响因素分析[J].中国卫生事业管理,2019(08).
- [4] 张淑凤,屈艳萍,丛玉萍,王春玲,王哲.护理干预对老年高血压患者的影响[J].中华护理杂志,2018(05).

## 2.2 负性情绪、生活质量评分对比

从以下表中数据结果当中可以看出,对照组患者焦虑以及抑郁评分都要比试验组高,其整体健康评分要比试验组低,这两组之间的差异有统计学意义 p<0.05。

表 2 两组负性情绪、生活质量评分比较

组别	n	焦虑评分	抑郁评分	总体健康评分
试验组	15	33.0±2.4	32.2±2.2	83.6±3.12
对照组	15	41.3±2.6	41.4±3.1	76.8±3.0

## 3 讨论

所谓的优质护理则是通过专业慢性医护工作人员为患者提供连续且全面的病情管理,以获取把控病情进展以及降低并发症、改善患者生活质量等各方面的服务效果。与此同时,还能将患者经济负担和精神方面的压力降低,其具备管理模式专业以及科学性非常强的特征,可以从各个方面和角度为患者提供疾病把控服务,更积极地干预各项危险因素有利于及时改正患者认知错误,为其提供健康管理,有利于帮助其构建和形成正确的健康理念以及意识,使其能养成很好的生活习惯,可规范患者生活行为以及用药行为,为其疾病预防能力和生活方面的保健能提供有效保障,从根源上使患者健康情况得到显著改善和提升。

对患有高血压的患者而言,其主要发病原因则是造成这种疾病发生的原因非常多,发展速度和各个情况会出现快或慢的情况,这项疾病除了对患者生理和心理方面造成很大影响以外,还会导致患者家属承担着巨大经济压力,对病情的治疗造成不利影响。从相关资料中可以得知,患有高血压的患者,发生抑郁的概率要比一般人高,再加上这些人员生病之后,免疫力就会越来越低,对疾病的治疗也非常不利。传统护理当中,经常会根据统一标准对其开展护理干预,然而因为患者之间都会出现一些差异,包括家庭条件以及年龄等,这些都会导致质量效果不稳定问题发生。目前一些医院会运用优质护理模式对其开展护理干预,始终遵循以人为本的原则,根据患者实际情况,从心理以及健康的各个层面对其开展具体且个性化护理,因此,通过运用优质护理干预,对高血压患者开展护理干预。这些人员除了负面情绪能够得到缓解以外,并且在护理满意度和生活质量评分面都要比研究组高,对这两组进行对比差异,具有统计学意义, p<0.05。针对高血压患者进行治疗过程中运用慢性管理模式,可以有助于患者第一时间改善自身不良生活习惯,使一些危重患者的情况得到有效把控。由此医护人员要进一步了解和认知到慢性管理模式的重要性,同时从各个层面着手对高血压患者进行治疗引导,从而可以更好将优质护理模式的实际效果和作用充分发挥出来,有效把控患者病情的过程中不断将其整体治疗效果提高。

## 4 结束语

综上所述,对高血压患者开展优质护理干预方法,可以有效将其负面情绪降低,还能将患者满意度提高,降低医生和患者之间的纠纷,使其身体功能快速恢复,值得大量推广和运用。