

社区护理管理对老年人健康行为的实施效果

黄仟仟 严 丽 李秋妍

梧州市工人医院 广西 梧州 543000

【摘要】目的：针对老年群体实施社区护理管理，评价老年人的健康行为。**方法：**选择2020年1月~2021年1月辖区60岁以上老年群体220人，通过随机将老年人分为对照组110例与观察组110例，分别实施常规护理与社区护理管理，通过为期1年的干预后向研究对象发放“对社区护理管理的满意度”、“健康知识知晓率”以及“遵医行为调查表”，比较干预效果。**结果：**观察组各项遵医行为指标、对护理管理的满意度、对健康知识知晓率均高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论：**通过给予老年群体实施社区护理管理，可以提高老年人健康知识知晓率，使其可以严格地遵医嘱做好生活管理，社区护理管理模式得到了老年人的高度认可与满意，值得推荐。

【关键词】：社区护理管理；老年人健康行为；实施效果

Effect of community nursing management on health behavior of the elderly

Qianqian Huang Li Yan Qiuyan Li

Wuzhou Workers' Hospital, Guangxi, Wuzhou, 543000

Abstract: Objective: To implement community nursing management and evaluate the health behavior of the elderly. Methods: From January 2020 to January 2021, 220 elderly people over the age of 60 in the district were selected. The elderly were randomly divided into control group 110 cases and observation group 110 cases, and routine nursing and community nursing management were respectively implemented. After one year of intervention, subjects were given "satisfaction with community nursing management", "health knowledge awareness rate" and "compliance behavior questionnaire" to compare the effect of intervention. Results: The indexes of compliance behavior, satisfaction of nursing management and awareness of health knowledge in the observation group were higher than those in the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Through the implementation of community nursing management for the elderly group, it can improve the awareness rate of health knowledge of the elderly, so that they can strictly follow the doctor's advice to do a good job in life management, community nursing management model has been highly recognized and satisfied with the elderly, worthy of recommendation.

Keywords: Community nursing management; Health behavior of the elderly; Effect

随着年龄的增长，老年人的身体状态会越来越差，抵抗力逐渐减退，听力、视力、记忆力也明显下降，身体的多个功能发生了很大的变化，对老年人的生活带来了很大的影响，同时面临着诸多的健康挑战，容易增加患各种疾病的风险^[1]。近年来，我国高血压、糖尿病等慢性疾病的发病率呈现逐渐上升趋势，且多见于老年人群中，尤其是生活不规律的老年人^[2]。如果没有做好日常管理，会引发更多的心脑血管的疾病，甚至会威胁到患者的生命健康。对于老年人来讲，关节退化也是非常严重的，在发生跌倒易增加骨折的发生，给老年人的身心带来很大的影响。因此应该采取有效的管理措施，改善老年人身体健康，提高其生活质量。对于合并慢性疾病的老年人，通过加强对生活管理以及严格的遵医嘱按时按量地服用药物可以对自身的疾病起到良好的控制效果^[3]。然而常规的护理管理措施内容比较单一，并没有取得令人满意的效果。社区护理管理主要针对老年人群，使其能够形成健康的生活习惯，预防以及控制疾病的发生。对老年

群体展开健康教育宣教工作、讲解常见的慢性疾病以及预防或者康复措施，并为老年人制定个性化的护理对策^[4]。本次研究选择220例老年人重点分析社区护理管理的应用效果。如下：

1 资料与方法

1.1 研究对象

本次研究选择辖区60岁以上老年群体220人，其中有33例糖尿病患者，40例高血压患者，17例慢性支气管炎患者，19例冠心病患者，30例内外科疾病患者，10例其他疾病，71例老年人身体各项指标良好。通过随机将老年人分为对照组110例与观察组110例。观察组中50例男性，60例女性，年龄在60~88岁，平均年龄（74.12±2.33）岁；对照组中55例男性，55例女性，年龄在61~88岁，平均年龄（75.63±2.84）岁。两组基本资料比较相近（ $P > 0.05$ ），具有可比性。纳入标准：（1）年龄均超过60周岁；（2）无重大疾病如：恶性肿瘤等；（3）临床资料、信息不齐全；（4）均

知晓本次研究内容并自愿参加；（5）意识清醒且具有一定的语言沟通能力。排除标准：（1）配合度不高；（2）听力障碍、语言障碍者；（3）中途退出者。

1.2 治疗方法

对照组实施常规健康管理模式。对老年人展开健康宣教工作，告知患者按时体检，定期进行随访。

观察组实施社区护理管理。（1）社区的护理人员积极与老年人进行沟通，全面掌握老年人的基本资料，如：电话、地址、疾病史、用药情况等，并为其建立电子健康档案，定期采用多种形式对老年人展开健康宣教工作，例如：电话、微信、上门随访等。告知老年人应该养成良好的生活习惯，积极进行生活管理，禁止吸烟、喝酒，日常饮食以清淡、易消化为主，三餐规律，严格限制盐的摄入量，并鼓励其积极参加运动锻炼。（2）对于合并有慢性疾病的老年患者，护理人员应该定期上门对患者进行体格检查，向患者讲解药物的相关知识，指导患者正确的用药方式，使其可以严格地遵医嘱按时用药，同时注意监测患者的血糖水平、体重、血压等。其次，根据患者的具体病情状况制定合理的护理方案。对于老年人的健康需求，护理人员应该及时上门进行康复指导与护理干预。（3）由社区的护理人员定期组织老年人前往医院完成体检，可以预防疾病的发生。（4）结合老年人的特点编写健康教育手册，由于老年人的文化素养、年龄、工作环境、兴趣爱好都有一定的差异性，应该采用适当文字内容，语言简单，通俗易懂，向老年人普及常规的保健知识，帮助老年人避开健康的误区，使其在日常生活中进行自我管理。（5）引导家属给予老年人更多的陪伴与照顾，鼓励老年人积极地参加社交活动，如：合唱比赛、跳舞、书法、茶话会等等，调节老年人的心情与陶冶情操，坚持参加运动锻炼，锻炼身体的同时可以结交新的朋友，使老年人的心情以及生活不断的得到充实。

1.3 评价标准

（1）向研究对象发放调查问卷统计两组老年人的遵医行为（积极参加户外活动、定期接受体检、严格遵医嘱用药、加强生活管理、密切监测血压以及心理状态良好）。

（2）由老年人填写并打分，评分不足60分可视为不满意，61~85分为基本满意，高于85分为非常满意，回收进行统计、比较。

（3）向老年人发放健康知识知晓率调查表，使其进行填写，评分不足60分可视为较差，61~85分为一般，高于85分为良好，回收进行统计、比较。

1.4 统计学方法

采用spss 22.0软件是研究的数据进行整理分析，计数

单位采用%进行表示，计量数据采用（ $\bar{x} \pm s$ ）来进行表示。

2 结果

2.1 比较遵医行为

观察组各项遵医行为指标高于对照组，存在有明显差异（ $P < 0.05$ ），可见表1内容。

表1 比较遵医行为[例,(%)]

组别	积极参加户外活动	心理状态良好	严格遵医嘱用药	加强生活管理	密切监测血压	定期接受体检
对照组 (n=110)	83 (75.45)	74 (67.27)	27 (24.55)	67 (60.91)	62 (56.36)	67 (60.91)
观察组 (n=110)	94 (85.45)	95 (86.36)	59 (53.63)	98 (89.09)	80 (72.73)	85 (77.27)
X ²	8.859	20.475	6.374	16.463	7.466	6.465
P	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.2 比较老年人对社区护理管理的满意度

与对照组相比较，观察组满意度更高，存在有明显差异（ $P < 0.05$ ），可见表2内容。

表2 观察老年人对护理管理的满意度

组别	不满意	较为满意	十分满意	总满意率
对照组 (n=110)	28 (25.45)	47 (42.73)	35 (31.82)	82 (74.55)
观察组 (n=110)	6 (5.45)	50 (45.45)	54 (49.09)	104 (94.55)
X ²				7.825
P				<0.05

2.3 比较健康知识知晓率

与对照组相比较，观察组健康知识知晓率更高，存在有明显差异（ $P < 0.05$ ），表3内容。

表3 观察老年人对健康知识知晓率

组别	较差	一般	良好	总知晓率
对照组 (n=110)	26 (23.64)	54 (49.09)	30 (27.27)	82 (74.55)

观察组 (n=110)	5 (4.55)	55 (50.00)	50 (45.45)	104 (94.55)
X ²				9.456
P				<0.05

3 讨论

伴随着我国经济社会的快速发展,人们生活水平得到了明显的提升,公共卫生条件以及医疗技术有了很大的进步与提高,我国老年人口占比持续提升^[5]。由于老年人的特殊性,随着年龄的增长,经济收入、人际交往有了很大的改变,社交活动有了明显的减少,大部分的老年人与亲属间的沟通比较少,或者子女长期不在身边,老年人存在不同程度的无人慰藉、没人陪伴、就医困难等问题,导致老年人出现抑郁、焦虑等消极情绪^[6]。通过相关调查显示,大部分的老年人都存在有多种慢性疾病,如:糖尿病、高血压、冠心病、脑梗死等等^[7]。通常每一种慢性疾病需要服用多种药物进行治疗,然而临床上大部分的老年人用药并不规范,会出现漏服、错服等现象,药物导致的不良事件明显增加^[10]。临床上部分老年人因缺乏医学知识,购买一些不良的保健品,不仅错过最佳的时期,而且还会增加患者的病情,出现严重的副作用。为此应该积极采取有效的管理措施,对提高患者的生活质量,预防和控制疾病的发生具有十分重要的意义。

通过本次研究可发现,通过采用社区护理管理措施,可以明显提高老年人的遵医行为。由社区的护理人员积极与老年人进行沟通交流,为实现全流程健康管理护理人员为老年人建立电子健康档案,定期对老年人进行体格检查,为患者测量血压、血糖等。在社区护理管理中,尤其注重管理合并慢性疾病的老年人,上门指导患者用药知识,并嘱咐患者应该严格地遵医嘱用药,并为其制定个性化的防治措施^[8]。在整个社区护理服务中,将理论知识与临床实践充分的融合,有计划地展开护理活动,帮助老年人减轻痛苦与负担,促进其养成健康的生活习惯,同时向老年人普及常见疾病的预防知识,增强老年人主观能动性,使其能够严格遵医嘱规范自身的不良行为,最终实现提高辖区居民的健康水平的目的。

参考文献:

- [1] 黄万荣.社区慢性病管理模式在老年高血压管理中的效果评价[J].中国社区医师,2017,33(5):158.
- [2] 吴红丽.全程健康教育模式在糖尿病护理干预中的应用[J].黑龙江科学,2021,12(24):97-98.
- [3] 邓金梅.健康意识理论指导下护理干预对糖尿病肾病患者自护技能心理状态的影响[J].基层医学论坛,2021,25(36):5218-5220.
- [4] 王雪利.社区护理对老年人健康素养的影响分析[J].中国卫生产业,2016,13(17):183-185.
- [5] 雷成艳,陈思思.健康教育及饮食指导在社区老年 2 型糖尿病护理中的应用[J].实用临床护理学电子杂志,2017,2(32):153.
- [6] 李远琴,鲁方.社区健康教育及综合护理干预在 2 型糖尿病患者中的应用效果[J].现代医药卫生,2016,32(18):2899-2901.

的。并根据老年人的具体情况为其制定合理科学的饮食方案,向老年人讲解高盐、高糖饮食带来的危害。通过实施社区护理管理,大部分的老年患者都已经加强生活管理,养成健康的生活方式^[9]。尤其对于存在有慢性疾病的老年人,根据老年人具体的病情,制定合理科学的饮食方案与运动方案,鼓励老年人坚持参加运动锻炼,扩大老年人的交往圈子,不仅可以调节老年人的心情与陶冶情操,而且可以促进身体健康,增强身体的抵抗力。除此之外,社区护理人员推广亲情陪伴与关怀文化,引导老年人的家属给予更多的陪伴与照顾,可以使其感受到来自家庭的温暖,感受到被重视。鼓励老年人积极地去参加社交活动,使其生活变得丰富多彩,并且可以进行自我精神调节,可以改善老年人孤僻的性格,减轻焦虑、抑郁等消极情绪^[10]。

在实施社区管理后,老年人的健康知晓率得到了明显的提升,社区的护理人员通过采用多种的方式对老年人展开健康宣教工作,不断地去纠正老年人的错误认知,养成良好的健康的生活方式与习惯。此外,结合老年患者的特点为其制定个性化的健康教育手册,可以增强老年人防控疾病与促进自身健康的意识与能力,降低疾病的负担,在制定健康手册的过程中采用通俗易懂的语言,语言描述尽量简单,每一个护理环节充分体现出人文关怀,提高老年人的健康知识知晓率,进而使老年群众健康素养逐步提升。社区的护理人员亲自的上门随访指导患者用药、生活方式指导等,并定期的去检查护理干预的效果,同时更加注重调节老年人的心理状况。在实施社区护理管理的过程中,定期安排老年人前往医院进行健康体检,可以做到早发现早治疗,降低高危人群发病风险。尊重每一位老年人,主动征求老年人的建议,不断的优化社区护理服务,给予老年人更加全面综合性的保健服务,老年人对社区护理管理模式有了更高的肯定与满意。

通过给予老年群体实施社区护理管理,可以提高老年人健康知识知晓率,使其可以严格地遵医嘱做好生活管理,社区护理管理得到了老年人的高度认可与满意,值得在临床上大力的推广与应用。

- [7] 夏仁梅.慢性病健康管理模式在社区居家养老服务中的应用研究[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(2):284+297.
- [8] 孙香荣,梁靖,张洪艳,等.某县居家老年人健康状况、养老服务需求及老年医学团队的作用[J].泰山医学院学报,2020,41(1):63-67.
- [9] 章异侠,周勇,金建军,等.医养结合模式下老年慢性疾病患者的社会支持研究—以上海市静安区为例[J].中国社会工作,2019(30):7-14+34.
- [10] 李书光,卢碧亮,李晓雪.实施社区康复治疗对慢性阻塞性肺疾病患者生活质量的影响探讨[J].当代医学,2019,24(28):1128-1129.