

# 优质护理在老年高血压护理中的效果

郭晨颖<sup>1</sup> 申兵<sup>2</sup>

(贵州省人民医院 贵州省贵阳市 550000)

**摘要:** 目的: 探讨优质护理在老年高血压护理中的效果。方法: 将我院 2021 年 1 月-2022 年 1 月 80 例老年高血压患者, 数字随机表法分二组。对照组给予常规护理, 实验组实施优质护理。比较两组护理前后生活质量、生活质量、满意度。结果: 实验组生活质量低于对照组, 生活质量高于对照组, 满意度高于对照组,  $P < 0.05$ 。结论: 老年高血压患者实施优质护理效果确切。

**关键词:** 优质护理; 老年高血压; 护理效果

高血压是老年人的一种慢性病, 其发病率随年龄增长而增加, 农村人群的高血压发病率明显高于城镇人群。老年人高血压的病因有很多, 饮食和生活习惯、不良的情绪等因素, 老年人对盐的敏感性要低, 平时要多吃辛辣的食物, 多运动, 促进身体的新陈代谢。高血压是心脑血管疾病的高危因素, 不能完全根治, 可以通过药物和运动来减轻, 同时还要注意平时的生活, 降低血压对人体的损害。人的生理需要是最基本的需要, 而归属感和社会关爱、支持等要求却是心理上的。在尊重、理解和关怀的前提下, 为病人提供温馨、周到的人性化服务, 使病人的身心得到最大的满足, 这是优质护理的核心目标<sup>[1]</sup>。优质护理把“以人为本”的服务思想贯彻到护理工作中, 用爱与责任来关心每个病人。本研究探讨了优质护理在老年高血压护理中的效果, 报道如下。

## 1 资料和方法

### 1.1 一般资料

将我院 2021 年 3 月-2022 年 1 月 80 例老年高血压患者, 数字随机表法分二组。每组例数 40。

其中实验组年龄 61-76 岁, 平均  $(67.45 \pm 2.45)$  岁, 男 29: 女 11。对照组年龄 62-75 岁, 平均  $(67.78 \pm 2.91)$  岁, 男 27: 女 13。两组一般资料统计  $P > 0.05$ 。

### 1.2 方法

对照组给予常规护理, 实验组实施优质护理。(1) 提高服务意识, 增强优质服务理念。转变护理观念, 把追求社会效益、维护群众利益、构建和谐护患关系作为首要任务, 以病人利益为核心, 建立相互尊重、理解、信任的新型护患关系。护理人员应加强护理意识, 提高护理工作的态度, 积极开展护理工作。推行“以病人为本、健康为本”的护理模式, 实行“以病人为中心, 以健康为中心”的服务。规范护理人员的语言和行为, 指导护理人员做出符合病人实际需要的新服务。(2) 树立专业形象, 规范服务行为。①强化对护理人员的礼仪训练, 通过对病人的服务礼仪和交流技能的培养, 使其在工作中更好地美化服务语言, 注重交谈和交谈技巧, 做到文明、风度、语言友善。加强护患交流, 改进服务方式, 重视诚信服务, 以人为本。在任何时候都要考虑患者, 以增进患者和家人对其的了解与信赖。②服务规范将服务的微笑、热情的服务态度、艺术的沟通技能等有机的结合起来。微笑是服务的最根本准则, 它是服务的一种外在表现, 它对患者的总体情感起到了积极的导向作用。(3) 护理人员职业素养与思维能力的提升。①护理人员要具备丰富的专业理论知识, 可以在晨会、查房、疑难病例讨论等方式, 帮助护理人员提升自己的业务能力。②护士必须精通各种护理技术。在实施操作之前, 要细心地向患者讲解操作的重要性及可能发生的不舒服, 以消除患者的紧张。在操作中, 严格遵守检查、消毒、观察患者的反应。操作完成后, 应对患者进行细致的讲解, 以提高患者对护理工作的满意度。(4) 心理护理: 老年高血压病人会出现头晕等身体不适症状, 从而增加其心理负担, 对疾病的认识过于负面,

负面情绪会直接影响到后续的治疗。医务工作者应主动与病人沟通, 并对病人语言中存在的潜在心理问题进行分析。用和善的语言向病人介绍医院和主治医师, 并对他们进行成功的案例分析, 使他们有自信的治疗。对病人的有关问题进行及时解答, 并积极提供护理服务。如果病人同意, 可以在病房里放一些柔和的音乐, 让病人按照音乐的节奏来调节自己的呼吸和精神状态。(5) 健康教育: 向病人讲解高血压的严重性, 分析其发生的原因, 说明目前的干预和护理措施。对病人目前存在的潜在问题进行分析, 并对病人进行提醒。在病房内外张贴有关健康事项的宣传横幅, 确保时时提醒病人的具体行为。(6) 饮食指导。指导患者减少摄入的盐, 尽量少吃油, 多吃一些新鲜的水果和蔬菜。了解病人饮食喜好, 改变其错误的饮食习惯, 制定饮食方案, 坚持低盐、低脂、清淡饮食, 多吃蔬菜水果, 戒烟戒酒, 不要吃辛辣刺激性的食物。很多老年人的味觉都会下降, 所以他们喜欢吃高盐分的食物, 且很多人都有抽烟、喝酒的坏习惯, 这就要求病人戒烟戒酒, 或者限制饮酒量, 有效的控制食物的含盐量。(7) 运动方案。运动方案要与病人的具体情况相适应, 多做一些有氧运动, 如散步、太极、慢跑等, 运动要循序渐进, 有规律的运动, 逐步增多, 最好是第二天感觉不到疲倦, 要长期坚持, 要保证充足的睡眠, 要早睡早起。每天都要进行血压的监测, 并作为对照。(8) 药物治疗护理。老年人的记忆力下降, 经常会出现漏服、多服药物的现象, 要让病人的家人监督, 用不同的颜料做好记号, 记录下服用的时间、药物的名称和用量, 并将药物放置在醒目的地方。

### 1.3 观察指标

比较两组护理前后生活质量、生活质量、满意度。

### 1.4 统计学处理

SPSS23.0 软件中, 计数  $\chi^2$  统计, 计量行  $t$  检验,  $P < 0.05$  表示差异有意义。

## 2 结果

### 2.1 生活质量比较

护理前两组生活质量比较,  $P > 0.05$ , 护理后两组均显著改善, 而其中实验组血压显著低于对照组,  $P < 0.05$ 。如表 1。

表 1 护理前后生活质量比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	时间	舒张压 (mmHg)	收缩压 (mmHg)
实验组	护理前	94.13 $\pm$ 6.96	151.52 $\pm$ 3.28
	护理后	78.34 $\pm$ 3.21	121.15 $\pm$ 2.35
对照组	护理前	94.14 $\pm$ 6.58	151.89 $\pm$ 3.18
	护理后	85.67 $\pm$ 4.53	140.48 $\pm$ 2.12

### 2.2 生活质量比较

护理前两组生活质量比较,  $P > 0.05$ , 护理后两组均显著改善, 而其中实验组生活质量显著高于对照组,  $P < 0.05$ 。如表 2。

表 2 护理前后生活质量比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	时间	物质生活	躯体功能	心理功能	社会功能
实验	护理	67.56 $\pm$	65.37 $\pm$	67.56 $\pm$	67.37 $\pm$

组	前	4.82	2.56	4.87	5.36
	护理	92.12 ±	93.21 ±	93.12 ±	93.21 ±
	后	6.91	5.23	4.94	5.56
对照	护理	67.53 ±	65.35 ±	67.34 ±	67.45 ±
组	前	4.70	2.56	4.81	5.31
	护理	82.45 ±	83.23 ±	83.45 ±	82.55 ±
	后	6.24	4.12	4.34	5.12

2.3 满意度

实验组的满意度比对照组高(P < 0.05)。

表 3 两组护理满意度比较

组别 (n)	满意	比较满意	不满意	满意度
对照组 (40)	20	12	8	32(80.00)
实验组 (40)	28	12	0	40(100.00)
X <sup>2</sup>				6.806
P				0.009

3 讨论

近年来,我国老年人的高血压发病率呈逐年上升趋势,其中男性和女性分别为 54.1%和 55.3%。高血压的病因有很多,比如反复的紧张,过度的劳累,精神压力大,再加上老年人的生理和身体机能逐渐衰退,各种恢复功能也会慢慢消失,大家都知道高血压是要长期服药来控制的,平时要注意生活中的饮食,要做到低盐少脂,同时还要注意平时的生活习惯,不要抽烟喝酒,不要太过激动,平时要做好日常的护理<sup>[2]</sup>。

然而,传统的护理方法无法满足病人的治疗需要,在临床护理中,病人的血压控制效果不理想。本文就老年高血压病人的护理工作提出了优质的护理对策。优质护理是一种全新的、科学的护理模式,它从心理护理和健康教育等多方面着眼于病人,把病人的需要作为工作的中心,并不断改进。优质护理服务是一项民生工程,它既要满足护理工作的需求,又要让病人受益,也要让护理工作者受益,要做到分层、规范化、规范化,工作流程精简,降低护理失误的发生率,护士要强化基础护理,加强与病人的交流,增强病人的满意度,为病人提供一个温馨、舒适、满意的医疗环境,不断提升护理质量,充实、拓展护理的工作内涵<sup>[3-4]</sup>。

总的来说,优质护理需要做到三点,第一是观念上的革新,使临床护士特别是护理管理者要勇于改革、勇于改革、弃旧求新。第二是管理创新。护士应积极探索符合当前医疗制度的管理制度和临床工作方式,更新观念,进行改革。要培养护士热爱医院,增强护士的自觉性和主动性,不断改进护士的工作态度和工作水平。使科室的护理人员从“被管理”到“参与管理”,实现了每个护士在工作中的作用和最大的价值<sup>[5-6]</sup>。以优质的护理产品占领市场,以满足医疗行业的激烈竞争。第三是技术革新:高新医疗技术日新月异,先进的医疗器械、技术在医疗中得到广泛的应用,使医疗技术、医疗质量不断提高。护理工作与医学工作同等重要,为了适应新时代的发展,我们必须勇于更新自己的理论知识和实践行为,对自己的临床经验进行科学的总结和分析,抓住创新机会,以达到“科技兴护”的战略目的<sup>[7-8]</sup>。

对于老年高血压患者,优质护理可为患者提供优质、全面的护理服务,在护理过程中,通过对患者的不良生活方式、饮食习惯进行矫正,尽可能地减少对患者的健康风险。有关的研究结果显示,

健康教育有助于病人获得有关疾病的知识和形成良好的习惯<sup>[9-11]</sup>。在日常护理中,与优质的护理相结合,可以使患者建立良好的健康观念,并能促进患者的合作与遵医行为的提高。另外,在用药指导下,着重说明长期服药的重要性,不得擅自改变用药剂量,减少不良反应发生,保证血压稳定。同时,由于病情不能完全治愈,还得长期服用药物,心理上的压力会导致血压升高,从而产生应激反应,从而影响整体的治疗效果。优质的护理可以及时的引导病人疏泄自身的负面情绪,让病人在护士的帮助下表达自己的担忧和想法,并通知病人的家人陪伴在病人的身边,从心理上给予病人一定的支持,减轻病人的心理负担<sup>[12-13]</sup>。

本研究显示,实验组生活质量低于对照组,生活质量高于对照组,满意度高于对照组, P < 0.05。护理后生活质量评分和血压水平均优于对照组,说明良好的护理有助于血压的控制。优质的护理包括药物、心理疏导、健康知识的宣传,其通过尽可能减少影响疗效的因素,提高病人的自信心和合作意识,保持血压稳定,提高生活质量<sup>[14-15]</sup>。

可见,老年高血压患者实施优质护理效果确切。

参考文献:

[1]李乐. 优质护理,提高老年高血压患者生活质量[J]. 东方养生,2022,(07):60-61.

[2]叶琳艳. 临床优质护理在老年高血压患者护理中的应用[J]. 心血管病防治知识,2022,12(18):61-63.

[3]覃小丽,严丹,梁英梅,车少冬. 优质护理在老年高血压病患者中的应用效果[J]. 护理实践与研究,2022,19(09):1340-1343.

[4]董方. 优质护理对老年高血压患者治疗依从性及生活质量的影响[J]. 中国冶金工业医学杂志,2022,39(02):156.

[5]孟颖. 对老年高血压患者实施常规护理、优质护理的有效性 & 价值对比研究[J]. 中国医药指南,2022,20(01):151-153+157.

[6]汪星星. 优质护理服务对老年高血压患者的临床效果[J]. 名医,2021,(23):108-109.

[7]马姣. 优质护理对老年高血压患者的影响[J]. 中国冶金工业医学杂志,2021,38(06):659.

[8]郭金字. 优质护理干预在老年高血压患者中应用效果及对生活质量的影响[J]. 中国医药指南,2021,19(29):10-12.

[9]焦海蓉. 探讨老年高血压护理应用优质护理服务后的效果[J]. 医学食疗与健康,2021,19(15):160+162.

[10]宋伟,宦红梅. 优质护理应用在老年高血压患者护理中的效果及对患者的生活质量和睡眠质量的影响[J]. 人人健康,2021,(11):94-95.

[11]李菲. 优质护理在老年高血压患者中的应用效果研究[J]. 基层医学论坛,2021,25(12):1724-1725.

[12]张凤乐. 优质护理干预在老年高血压患者中的应用效果[J]. 黑龙江中医药,2021,50(02):349-350.

[13]陈碧琼. 院前急救护理联合院内优质护理对老年高血压合并脑出血患者预后效果的影响观察[J]. 心血管病防治知识,2021,11(09):48-50.

[14]王丽丽. 优质护理服务在老年高血压患者中的应用效果[J]. 中国医药指南,2020,18(28):181-182.

[15]卢丹. 老年高血压护理应用优质护理服务后的效果[J]. 实用妇科内分泌电子杂志,2020,7(21):89-90.