

综合护理对老年高血压患者血压及生活质量的影响

史瑶瑶

(内蒙古自治区兴安盟人民医院 内蒙古自治区乌兰浩特市 137400)

摘要:目的: 医院中针对老年高血压患者来讲提供综合护理干预方法, 查看对患者得血压、生活质量等方面的情况带来的影响。方法: 医院中老年高血压患者 90 例被纳入到研究中, 随机均分为观察组与对照组各 45 例, 其中对照组运用常规护理方法, 观察组采用综合护理方法。结果: 护理干预后, 观察组患者的健康行为评分、生活质量评分、血压水平要明显好于对照组 ($P < 0.05$)。结论: 临床上面对老年高血压患者来讲, 提供给这一疾病患者综合护理干预的方法, 可以帮助患者更多的了解有关健康行为的知识, 优化患者的实际生活质量, 进而帮助患者保持稳定的血压水平, 患者满意度很高, 运用起来更得人心。
关键词: 综合护理; 老年高血压患者; 血压; 生活质量; 影响

临床上面对收治的老年高血压患者, 他们属于较为常见的一种心内科疾病类型, 疾病特征主要是表现为老年患者的收缩压或者是舒张压升高。患者长时间患有高血压容易造成身体当中的心血管系统出现动脉硬化问题, 从而导致患者的身体各个器官或者是系统功能产生一定程度的障碍。医学上分析导致心血管疾病产生的一个独立危险因素就是高血压。随着老年高血压患者年龄的逐步提升, 舒张压会出现较为显著的降低, 从而产生非常大的脉压差现象。由于老年患者自身的生理功能下降, 经常会出现并发疾病, 如糖尿病、冠心病等, 等到患者患有高血压疾病之后, 将会大大提高患上其他类型疾病的几率。临床上治疗老年高血压的患者来讲, 根本治疗目的在于控制患者的血压水平, 减少患者出现各种类型心血管疾病的几率, 降低患者的死亡率。

医院要从老年高血压患者的服用药物的情况、生活、饮食习惯等方面展开干预, 能够确保治疗的最终效果, 降低高血压引发因素给患者身体带来的影响。此次研究当中重点分析综合护理干预的方法对于老年高血压患者的生活质量、血压情况所产生的影响, 分析如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

医院中老年高血压患者 90 例被纳入到研究中, 全部的患者中男 48 例, 女 42 例, 平均患者年龄(68.46 ± 7.72)岁, 全部患者资料并不存在显著差异 ($P > 0.05$)。

1.2 护理方法

对照组运用常规护理方法, 观察组采用综合护理方法:

1.2.1 健康教育

医院中的护理人员要及时为患者分发有关疾病的健康小手册, 组织患者参与到健康讲座当中, 或者运用面对面的护理方法, 为患者提供更加深刻的健康教育。护理人员需要重点为患者的高血压带来的危害、患者的用药、生活、运动等方面提供健康指导。另外, 护理人员还能够安排患者参与到病友会当中, 强化医患之间相互沟通交流的效果。并且, 医院还能够为患者邀请心血管疾病的有关专家学者, 给患者介绍有关疾病的知识点, 让健康教育保持更好的科学水平。

1.2.2 心理疏导

护理人员要严格按照患者长时间疾病的困扰带来的不良情绪, 与患者展开更加深刻的沟通和交流, 充分了解患者不良情绪产生的原因, 及时为患者提供安慰。护理人员要耐心听取患者的声音, 为患者提供更多表达自己想法的机会, 让患者内心尽可能保持开心的状态。特别是老年人, 担忧为家人带来压力产生焦虑情绪, 这时候护理人员要帮助患者得到家人的支持。

1.2.3 饮食指导

护理人员要参照患者饮食情况带来的血压变化, 合理科学给患者提供更个性化的饮食方案。护理人员要指引患者每天要严格控制好摄入的总热量, 关注保持均衡的营养状态。护理人员还需要重视饮食清淡, 降低高脂肪、钠盐、高胆固醇类型食物的摄入量, 要让患者多吃一些富含纤维素、富含蛋白质的食物。护理人员要求患者每天定量定时饮食, 避免出现暴饮暴食的现象, 严控患者体质量。

1.2.4 运动护理

护理人员要及时为患者提供一定的指导, 让患者可以及时参与到比较简单、比较容易操作的运动中, 如散步、太极等, 护理人员还要告知患者每次的活动时间需要控制在 30-60 分钟, 保持自身不疲惫为主。

1.2.5 用药护理

护理人员还需要严格根据患者的实际病情, 给他们安排更具针对性、个性化的服用药物的计划, 并且护理人员还需要告诉患者科学合理服用药物的中药意义, 保障患者不会随便更改服用药物的药量或者随便停止用药。与此同时, 护理人员要给患者介绍服用药物之后可能会出现各种不良反应以及应对方案, 进而提高患者服用药物的安全水平, 保障用药的效果。

1.2.6 睡眠护理

通常地讲, 高血压患者疾病的病程比较长, 通常会出现不同程度的睡眠障碍。护理人员为了能够让患者保持更为充足的睡眠, 要确保患者所处的睡眠环境的安静程度, 尽可能在夜间降低各种声音出现的音量, 在白天时护理人员要指导患者以观看喜欢的电视、读报等方式来分散注意力, 降低白天的睡眠时长, 帮助患者养成规律的作息。并且, 护理人员还能指引患者通过听自己喜欢的音乐、音频等来快速进入睡眠。

1.3 观察指标

对比干预前后两组患者健康行为评分、血压水平以及护理干预后的患者生活质量评分情况。

1.4 统计学方法

研究中每一个出现的数据都要输入到统计学软件当中展开分析, 数据之间产生的差异所具备的统计学意义要采用 $P < 0.05$ 这个方法来进行表现。

2 结果

2.1 护理干预前后两组患者健康行为

干预前, 两组患者健康行为不具备显著差异 ($P > 0.05$); 护理干预后, 观察组患者的健康行为评分高于对照组 ($P < 0.05$), 具体情况见表 1。

表 1 对比两组患者护理干预前后健康行为评分情况 ($\bar{x} \pm s$)

健康行为	干预前		干预后	
	观察组	对照组	观察组	对照组
情绪控制	5.65 ± 0.80	5.71 ± 0.82	8.54 ± 0.92	7.30 ± 1.25
自我监测	6.34 ± 0.75	6.52 ± 0.80	8.52 ± 0.72	7.37 ± 1.25
遵医用药	7.72 ± 1.02	7.85 ± 1.12	12.60 ± 1.37	12.42 ± 1.36
运动管理	10.82 ± 1.15	11.06 ± 1.22	16.02 ± 2.45	14.55 ± 2.17
饮食管理	10.75 ± 1.25	11.85 ± 1.43	16.22 ± 4.54	13.75 ± 1.59
总分	41.48 ± 6.23	42.89 ± 6.33	62.01 ± 7.15	55.86 ± 7.15

2.2 干预后两组患者生活质量评分情况

干预后, 观察组患者生活质量评分好于对照组患者 ($P < 0.05$), 具体情况见表 2。

表 2 对比两组患者护理干预后的生活质量评分情况 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	生理职能	心理职能	社会职能	物质生活
观察组	45	22.33 ± 3.25	23.21 ± 3.14	23.37 ± 2.62	22.76 ± 3.67
对照组	45	18.15 ± 2.18	18.12 ± 1.25	18.67 ± 1.32	18.33 ± 1.70
P		< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

2.3 护理干预前后两组患者血压水平

干预前, 两组患者血压水平不具备显著差异 ($P > 0.05$); 护理干预后, 观察组患者的血压水平好于对照组 ($P < 0.05$), 具体情况见表 3。

表 3 两组患者护理干预前后血压水平比较 ($\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	舒张压		收缩压	
	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组 (n=45)	94.73 ± 7.22	77.25 ± 7.13	151.36 ±	121.20 ±

		11.25	12.04
对照组 (n=45)	94.75 ± 7.26	88.65 ± 8.25	151.48 ± 135.85 ±
P	> 0.05	< 0.05	> 0.05 < 0.05

3 讨论

面对老年疾病的患者来讲,他们自身的免疫力、身体功能逐步降低,血压控制情况并不理想,在治疗效果、并发症出现情况、自我管理等方面亟待提升。根据过去的研究表明,通过有效控制好老年高血压患者在实际生活中的运动、饮食、药物、情绪等方面的情况,可以在很大程度上帮助患者控制血压水平,有效预防患者出现各种并发症。所以,医院当中要及时对老年高血压患者所存在的危险因素实施良好控制,培养患者的良好生活习惯,进而提高患者的自我管理能力和。

现如今的护理管理观念冲破了原本单调的护理管理理念,从原本单纯参照医嘱护理模式过渡为以患者作为中心,能够强化对患者的心理、生理、社会等多个方面的护理效果。综合护理方法作为一种应运而生的新型护理方式,在多种护理方法当中依靠自身以人为本的护理观念,备受医护人员、患者的欢迎,在患者的药物护理、饮食护理、心理护理等多个方面更注重细节,护理人员可以保持最理想的护理工作状态,为患者提供更具针对性、总体化的护理服务,能够构建起护患之间和谐的关系,减少各种护患纠纷出现率。护理人员从多个方面为患者进行考虑,满足患者多方面的需求,让护理变得更具有个性化,可以帮助患者增强治疗效果的同时改善患者不良情绪,让患者能够保持自信心,真正控制好自身的血压水平,改善患者的生活质量。综合护理干预的方法更加重视护理的责任制度,强调护理人员本身的责任意识,要求护理人员要努力提高自己的护理技术水平,保障护理工作质量,进而帮助患者身心健康发展。

通过上述研究结果可以了解到,综合护理干预能够让患者提高

对疾病相关知识的掌握程度,大大提高患者自身的健康行为评分,进而提高患者对于治疗和护理工作的依从度,提高自信心,保障最终的治疗效果。综合护理干预方法还能够帮助患者改变不良情绪变化,让患者保持乐观积极的状态,提高患者对护理工作人员的信任感,提高自身治疗的决心。另外,综合护理干预的方式还能够让患者有效控制好自身的血压水平,通过为患者提供健康教育、心理护理、饮食护理、用药护理、睡眠护理等方面的服务,帮助患者认识到疾病的相关知识,让患者可以在生活中主动采用预防手段,改正自身不正确的饮食和行为习惯,准确识别判断并发症出现预兆,和医护人员积极进行联系,掌握自身血压情况,一旦发现异常,立即就医,及早康复。

总之,医院中收入的老年高血压疾病的患者中,护理人员给他们提供综合护理干预的服务方式,能够为患者有效控制血压水平,提高生活质量,运用意义较大,值得推广。

参考文献:

- [1]李雪梅.老年高血压患者综合护理应用研究[J].山西卫生健康职业学院学报,2021,31(02):96-97.
- [2]朱丽萍.综合护理干预对老年高血压患者的影响[J].医学食疗与健康,2021,19(05):122-123+126.
- [3]程晓丹.综合护理在老年高血压患者中的应用价值[J].中国医药指南,2021,19(05):116-118.
- [4]郑晓彤.综合护理干预在老年高血压合并急性心梗患者护理中的应用效果研究[J].中西医结合心血管病电子杂志,2021,9(01):97-99.
- [5]王子君.综合护理干预对老年高血压患者治疗依从性的影响和满意度评价[J].山西卫生健康职业学院学报,2020,30(05):102-104.
- [6]戴晓芬,戴流芳.综合护理在老年高血压护理中的应用效果[J].中国卫生标准管理,2020,11(17):151-153.