

# 护理干预在老年慢性病患者健康管理中的作用分析

张晓娟

(甘肃医学院附属医院 甘肃省平凉市 744000)

**摘要:**目的: 分析护理干预在老年慢性病患者健康管理中的作用。方法: 选取老年慢性病患者 104 例, 时间为 2020 年 1 月-2022 年 1 月, 将患者随机分成对照组和观察组, 每组 52 例。对照组采取常规健康管理, 观察组采取积极的护理干预进行健康管理。比较两组护理后的健康行为及护理效果。结果: 在健康行为方面, 观察组合理饮食 84.62%、积极运动 90.38%、心态平和 92.31%、戒烟戒酒 80.77%、不适随诊 86.54%, 分别高于对照组的 48.08%、51.92%、71.15%、46.15%、50.00%,  $P < 0.05$ 。在护理效果方面, 观察组的知识掌握率 94.23%、健康依从率 92.31%、护理满意率 98.08%, 分别高于对照组的 75.00%、73.08%、82.69%, 观察组 1 年内再住院率 3.85% 低于对照组的 19.23%,  $P < 0.05$ 。结论: 在老年慢性病患者健康管理中, 采用积极的护理干预措施, 能使患者的日常健康生活行为得到明显改善, 同时对于强化知识掌握, 提高依从性和满意度, 减少再住院都有较好的作用。

**关键词:** 护理干预; 老年慢性病; 健康管理; 作用

在当今社会中, 随着人口老龄化的不断发展, 各种老年慢性病的发病率也有所提升。作为一种重要的公共性健康问题, 老年慢性病一般病程都较长, 且并发症较多, 对于老年患者的自理能力、身体健康、生活质量等都有很大影响<sup>[1]</sup>。老年慢性病患者具有一定的特殊性, 如年龄较大、身体功能减退、身心承受能力弱等。同时慢性病也需要长期坚持治疗和控制, 因而对老年患者的依从性、满意度都是一个较大的挑战<sup>[2]</sup>。所以, 在老年慢性病患者健康管理中, 也要开展相应的护理干预措施, 使患者各方面情况得到改善, 从而强化健康管理的效果。基于此, 本文选取老年慢性病患者 104 例, 时间为 2020 年 1 月-2022 年 1 月, 分析了护理干预在老年慢性病患者健康管理中的作用。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取老年慢性病患者 104 例, 时间为 2020 年 1 月-2022 年 1 月, 将患者随机分成对照组和观察组, 每组 52 例。在对照组中, 患者性别为男性 28 例、女性 24 例, 年龄为最小 62 岁、最大 85 岁, 平均  $(73.16 \pm 4.22)$  岁; 在观察组中, 患者性别为男性 27 例、女性 25 例, 年龄为最小 63 岁、最大 86 岁, 平均  $(73.23 \pm 4.16)$  岁。在上述指标中, 两组对比, 均无显著差异,  $P > 0.05$ 。该研究经医学伦理委员会批准。

**纳入标准:** 均符合老年慢性病的诊断标准, 年龄在 60 岁以上, 研究内容已告知患者和家属, 并取得同意。

**排除标准:** 有精神疾病的患者, 有认知沟通障碍的患者, 合并恶性肿瘤的患者, 病情严重需住院治疗的患者。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 对照组

对照组采取常规健康管理。常规定期测量血压、血糖、血脂等基础指标, 把握患者近期病情变化, 询问患者主观感受。提供基础

的人文关怀、健康指导。

#### 1.2.2 观察组

观察组采取积极的护理干预进行健康管理。开展心理护理, 由于老年慢性病的病程较长, 患者需要长期坚持用药治疗。出于对自己病情的担忧, 对家庭经济负担的压力等, 可出现不安、焦虑、自卑等不良心理, 产生明显的情绪波动, 会引起各项生理指标改变。所以, 要开展积极的心理疏导和情绪调节, 联合家属共同为患者提供心理支持。通过针对性心理干预, 使患者心态放松、情绪改善, 进而提高依从性和配合度。开展健康教育, 针对老年慢性病病程较长、容易反复等特点, 加强对患者自我保护和自我防范意识的提升。在健康教育中, 详细讲解各种慢性病的相关知识和预防干预方法, 强调日常行为方式和生活习惯对病情的影响。讲解心脏功能障碍、心血管疾病的预防方法, 说明吸烟饮酒对病情和身体的不良影响。针对患者实际情况, 采取一对一健康教育的方法, 为患者提供针对性的健康指导。让患者全面了解自身疾病相关的知识, 从而积极改善自身的健康行为。开展饮食干预, 体现出饮食控制调整对老年慢性病的积极作用和良好效果, 为患者安排科学的饮食。根据患者实际情况, 制定个性化和针对性的饮食计划, 坚持规律三餐, 严格戒烟戒酒, 控制好脂肪、盐分、糖类的摄入, 多补充蛋白质、维生素、纤维素, 不吃辛辣刺激。开展运动干预, 为患者制定科学的运动内容, 每天运动 1 次, 每次运动 30min 左右。注意对运动量合理控制, 劳逸结合, 心率控制水平在 170-年龄以内, 促进患者身体素质的提升和改善。开展治疗行为干预, 与患者保持有效沟通, 掌握患者对自身疾病的了解情况, 明确患者的具体需求。强调患者遵医嘱积极接受和配合治疗的重要作用, 纠正患者疾病认知, 规范患者的日常行为。

#### 1.3 评价指标

比较两组护理后的健康行为及护理效果。其中, 健康行为指标

包括合理饮食、积极运动、心态平和、戒烟戒酒、不适随诊。护理效果指标包括知识掌握率、健康依从率、护理满意率、1年内再住院率。

#### 1.4 统计学处理

数据应用 SPSS20.0 软件处理,以数或率、均数 ± 标准差的方式,分别表示计数、计量资料,并且使用  $\chi^2$ 、t 分别检验,以  $P < 0.05$ ,代表有显著差异。

### 2 结果

#### 2.1 在健康行为方面两组的对比

在健康行为方面,观察组合理饮食 84.62%、积极运动 90.38%、心态平和 92.31%、戒烟戒酒 80.77%、不适随诊 86.54%,分别高于对照组的 48.08%、51.92%、71.15%、46.15%、50.00%,  $P < 0.05$ 。

表 1 在健康行为方面两组的对比[n(%)]

组别	例数	合理饮食	积极运动	心态平和	戒烟戒酒	不适随诊
观察组	52	44 (84.62)	47 (90.38)	48 (92.31)	42 (80.77)	45 (86.54)
对照组	52	25 (48.08)	27 (51.92)	37 (71.15)	24 (46.15)	26 (50.00)
$\chi^2$		13.953	16.912	6.440	11.984	14.382
P		0.000	0.000	0.011	0.001	0.000

#### 2.2 在护理效果方面两组的对比

在护理效果方面,观察组的知识掌握率 94.23%、健康依从率 92.31%、护理满意率 98.08%,分别高于对照组的 75.00%、73.08%、82.69%,观察组 1 年内再住院率 3.85% 低于对照组的 19.23%,  $P < 0.05$ 。

表 2 在护理效果方面两组的对比[n(%)]

组别	例数	知识掌握率	健康依从率	护理满意率	1年内再住院率
观察组	52	49 (94.23)	48 (92.31)	51 (98.08)	2 (3.85)
对照组	52	39 (75.00)	38 (73.08)	43 (82.69)	10 (19.23)
$\chi^2$		5.983	5.442	5.421	4.616
P		0.014	0.020	0.020	0.032

### 3 讨论

近年来,随着我国人口老龄化的不断发展,老年人口的数量也在持续增加。根据世界卫生组织的定义,将 65 岁以上的人称为老年人。而在中华医学会当中,对老年人的年龄划分界限一般是 60 岁<sup>[1]</sup>。影响老年人健康的一个重要因素就是各种老年慢性病,我国老年慢性病患者的数量比较多,特别是糖尿病、高血压、高血脂等疾病的发病率都非常高,已经受到了医学界及社会各界的高度重视<sup>[4]</sup>。为了改善老年慢性病患者的健康状况,应当对其开展有效的健康管理,同时配合积极有效的护理干预,使患者健康情况得到改善,

疾病知识得到提升,进而保证规范、健康的日常生活行为,对自身健康起到积极的作用<sup>[5]</sup>。

在老年慢性病患者的健康管理中,开展积极的护理干预是非常必要的。通过运用多种护理干预措施,如心理干预、健康教育、饮食干预、运动干预、治疗行为干预等,能够促进患者身心状态的改善<sup>[6]</sup>。具体来说,心理干预能使患者心理情绪状态得到好转,通过心理疏导及家庭情感知识,让患者达到更好的治疗积极性和信心。通过健康教育,让患者了解更多的疾病相关知识内容,有助于调整行为方式、改善生活习惯。通过饮食干预,可保证规律的三餐和合理的饮食营养结果,并督促患者戒烟戒酒,减轻对身体的危害<sup>[7]</sup>。通过运动干预,使患者保持合理运动锻炼,促进身体素质和各项机能的改善与提升。通过治疗行为干预,能让患者更好的保持遵医行为,在各项治疗中都能积极配合,提升治疗效果。本文研究结果显示,观察组患者接受积极的护理干预后,在健康生活行为方面和护理效果方面均明显优于对照组,  $P < 0.05$ 。说明在老年慢性病患者的健康管理中,运用积极的护理干预,能够使健康管理效果得到增强,对患者的病情控制、身体康复、健康提升等也都有着明显的积极作用<sup>[8]</sup>。

综上所述,在老年慢性病患者健康管理中,采用积极的护理干预措施,能使患者的日常健康生活行为得到明显改善,同时对于强化知识掌握,提高依从性和满意度,减少再住院都有较好的作用。

#### 参考文献:

- [1]王爱芬,王公明.中医护理干预在社区慢性病健康管理中的效果分析[J].中国基层医药,2019,26(12):184-188.
  - [2]白静.探讨健康教育与慢性病管理护理在社区老年糖尿病患者中的作用[J].世界最新医学信息文摘,2020,43(22):177-179.
  - [3]裴颖.护理干预在保健科老年慢性病患者健康管理中的应用价值探讨[J].医药界,2019,15(4):162-164.
  - [4]尹陈娜.探讨健康教育与慢性病管理护理在社区老年糖尿病患者中的作用[J].全科口腔医学电子杂志,2019,33(41):156-157.
  - [5]宋君瑶.护理干预在社区老年慢性病患者健康管理中的作用专题研究[J].科学养生,2020,23(6):208-209
  - [6]张倩.护理干预在社区老年慢性病患者健康管理中的作用探讨[J].医学食疗与健康,2020,18(7):234-235.
  - [7]于建.护理干预在社区老年慢性病患者健康管理中的作用探讨[J].中国保健营养,2021,31(7):229-230.
  - [8]仝丽娥.护理干预在社区老年慢性病健康管理中的作用[J].中国科技期刊数据库医药,2021,16(5):211-212.
- 作者简介:张晓娟,女,汉,甘肃省平凉市,1980.11.29,工作单位:甘肃医学院附属医院,主管护师,大专学历