

# 社区护理对老年高血压患者的影响

朱君鸽

(西京学院 陕西 西安 710100)

**摘要:** 社区护理区别于一般护理,对于老年高血压患者具有一定的干预性。其能够提高老年人对于高血压的重视,同时能够完成患者对于医嘱的执行力。本文通过对老年高血压患者进行分组护理,研究护理结果对患者的生活质量影响,最终确定社区护理对老年高血压患者的影响。  
**关键词:** 高血压患者;社区护理;护理干预

**前言:** 高血压是一种在老年人群中常见的慢性心脑血管疾病。本病并发症多,并且容易出现心力衰竭、肾功能不全、冠心病以及糖尿病。作为一种与生活密切相关的慢性疾病,需要进行长期的治疗以及集中的后期护理。目前,很多的研究表明,社区护理能够有效干预高血压患者的护理过程,完成对患者的生活质量影响。因此,我们对于社区护理对老年高血压患者的护理过程及结论,进行试验研究。

## 一、研究资料和方法

### 1. 基础资料

本次研究通过选取老年高血压患者 102 例,选取对象为社区及周边医务室接诊老年高血压患者,这些患者年龄符合 45 周岁以上,并排除其他严重疾病,例如肝功能不全、肾功能不全以及其他影响诊断的病症患者。另外,要保证患者了解研究过程,并签署知情同意书。

102 例患者确定后,随机分为两组,每组 51 例。通过对患者的基础数据进行统计,具体数据如表 1:

组别	人数	年龄	男性患者	女性患者	病程
组 1	51 人	60~79 岁	23	28	2~7 年
组 2	51 人	66~79 岁	24	27	2.5~7 年

表 1 患者基础数据对比

两组数据从年龄、性别到病程方面,都没有明显的差异,适合进行对比试验,具有参照意义。

### 2. 实验方法

对于两组患者,分别采用不同的护理方式,并用方式对组别命名。组 1 为常规护理组,用作最后研究护理结果的参照。组 2 为社区护理组,主要的实验对象及结果观察对象。

常规护理组,采用针对老年高血压患者的常规护理方法,包括高血压药物护理、生活护理以及健康宣教等等。另一组社区护理组,除了和上一组采用同样的常规护理外,还同时采用社区护理。社区护理的具体方案及措施如下:

**针对性方案。**护理人员根据每个患者的患病情况信息,进行针对性护理方案的定制,患病情况信息包括有自身病史、家族病史、治疗结果、运动饮食方案以及用药情况等等。根据这些患者的具体情况,制定护理方案。

**饮食护理。**通过护理方案的制定,对于该患者,建立起独特的饮食方案,并宣教饮食护理的重要性,同时对患者的饮食过程进行监督,确保其正确的饮食,例如减少糖分、油类摄入,三餐按时且营养均衡等等。

**心理干预。**老年高血压患者,由于年龄原因对患病具有抵抗情绪,并且容易出现排斥治疗的情况。同时,老年患者心理上依赖性较强,缺乏安全感,社区护理要配合家属,做好心理安抚工作,适时给予患者心理疏导,进行心理干预的护理。

**健康知识宣教:**这部分护理内容,是使社区护理区别于其他护理的主要因素。高血压疾病需要患者在日常生活中的持续治疗,因此,对患者进行一对一的健康宣教,进行正确的对抗疾病方式的教学,能够提升患者生活中的自我护理以及自救意识。

**后续监测。**这个过程可以进行一对一的随访监测,但是由于本次研究患者基数过大,采取发放病情监测表的形式进行监测,给每名老人一张病情监测表,监测血压结果记录其中,每三天进行表格的回访。

### 3. 结果指标

对于两组老年高血压患者,评价护理效果的结果指标为生活质量评分,其中主要评价量有躯体功能、心理功能、社会领域以及物质生活,每项以 10 分计算,合计 50 分,分数越高代表生活质量程度越高。

另外,增设一项血压稳定情况的评分,以两组患者的血压监测

情况进行评分。

## 二、护理研究结果

通过相同时间的常规护理以及社区护理后,对于两组老年高血压患者的生活质量以及血压稳定情况进行统计。

两组患者生活质量评分如表 2:

组别	人数	躯体功能	心理功能	社会领域	物质生活
常规护理组	51 人	6.1	6.4	4.3	8.6
社区护理组	51 人	9.7	9.5	5.5	9.8

表 2 患者生活质量评分数据

两组患者的血压稳定情况如表 3:

组别	人数	收缩压	舒张压
常规护理组	51 人	135.2	87.6
社区护理组	51 人	127.6	82.4

表 3 患者血压稳定情况评分数据

从生活质量评分来看,两组老年高血压患者在进行护理之后,生活质量都有一定的改善。其中社区护理组的患者在躯体功能、心理功能以及物质生活方面都有较高的评分,达到 9.5 以上,而常规护理组,只有物质生活方面,评分较高为 8.6 分,但是同样低于社区护理组评分。

从血压稳定情况来看,社区护理组的老年高血压患者,总体血压平稳,且平均值更低。

## 三、结论分析及总结

通过以上的社区护理对老年高血压患者的护理结论研究来看,社区护理最后达到的护理效果,更为明显,患者的血压更为平稳,且更接近正常血压值水平。在生活质量提升方面,也有更突出的表现。通过对这些结论进行分析,我们得出以下几点关于社区护理的总结:

### 1. 医嘱遵循更为严谨

由于高血压疾病对于饮食的控制、用药的控制都用明确的要求,并需要长期的坚持,这种严格的医嘱,很多时候不能够被患者所遵循。但是社区护理,能够通过针对性方案的制定、后续医疗的跟进以及回访等措施,完成患者的监督,让患者在生活中完成对医嘱的严谨遵循。从而减轻了患者家庭治疗的依赖性。老年患者在生活中,能够被培养其自主医疗的意识,提醒自己吃药,遵守饮食规则,从而达到控制病情、提升生活质量的目的。

### 2. 健康知识宣教作用明显

健康知识宣教建立的是患者对自身疾病的认识,同时完成自愿自主配合治疗,并完成有利于健康的行为。通过有效的健康知识宣教,能够提升患者掌握的高血压相关知识,同时利用这些知识,完成初步的自身判断。并且,有效的杜绝掉了“讳疾忌医”以及“盲目从医”的情况。是对于患者自身健康管理的有效保证。其他不包含这项护理内容的护理工作,无法完成这种保证。

另外,许多老年人闲暇时间较多,利用这个时间进行健康知识宣教,有利于开发老年人的生活,减少他们对于一些虚假宣传的依赖。

**结语:**社区护理从社区细节入手,对病患进行无微不至的关怀,从而完成来对老年高血压患者的照顾,改善了患者的生活质量,完成了患者的自我健康行为控制。从研究结果上看,更具有护理作用,和医疗价值,对于老年高血压患者的康复,更有实际意义。

### 参考文献:

- [1]高欣.社区护理对老年高血压患者生活质量的分析[J].中国城乡企业卫生.2019,34(3):122-123.
- [2]赵佳怡.社区护理对老年高血压患者生活质量的影响[J].中西医结合心血管病杂志(电子版).2019,7(2):106-107.
- [3]曾泓沛.社区护理对老年高血压患者的影响分析[J].广东化工.2019,46(17):19-19.