

健康管理模式在高血压老年患者护理中的临床效果观察

廖娜

(湖北省中医院老年病科)

摘要: 目的 研究健康管理模式在高血压老年患者护理中的临床效果。方法 从我院择选高血压老年患者 120 例,时间线 2019 年 9 月—2021 年 6 月,分为实施传统的护理(对照组)与实施健康管理模式(观察组),2 组均为 n=60。比较两组效果。结果 观察组的血压水平低于对照组, ($p < 0.05$), 观察组的满意度高于对照组, ($p < 0.05$)。结论 针对高血压老年患者, 临床行健康管理模式, 值得推广。

关键词: 健康管理模式; 高血压老年患者; 血压水平

高血压属于一种非常常见的一种心脑血管疾病, 主要的发病因素是由于受到遗传、生活习惯、环境、精神等影响, 患者的临床症状表现为乏力、心悸、头晕、头痛等, 如果没有及时控制好血压, 采取有效的护理方法, 那么会严重影响患者的身体健康。健康管理模式是一种具有科学性理论的管理模式, 通过对患者进行有计划、有目标、有组织的管理, 增强患者及全社会组织的积极性, 进而对患者实施有效的护理干预, 促进患者更好的恢复, 提高生活质量^[1-2]。本文对我院老年高血压患者的管理方法进行探讨, 分析应用健康管理模式的效果, 如下。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

从我院择选高血压老年患者 120 例,时间线 2019 年 9 月—2021 年 6 月,分为对照组与观察组, 2 组均为 n=60。患者的病例资料比较, ($p > 0.05$), 有可比性, 见表 1。

表 1 资料对比 (n,%) ($\bar{x} \pm s$)

| 组别 | 例数 | 男性 | 女性 | 年龄(岁) |
|------------|----|------------|------------|--------------|
| 观察组 | 60 | 32 (53.33) | 28 (46.67) | 60.39 ± 3.25 |
| 对照组 | 60 | 33 (55.00) | 27 (45.00) | 60.56 ± 3.76 |
| χ^2/t | | 0.033 | 0.033 | 0.265 |
| P | | 0.855 | 0.855 | 0.791 |

1.2 方法

对照组: 实施传统的护理, 定期对患者的血压进行监测, 了解血压变化并指导用药, 叮嘱患者在发现身体有异常后及时告知医生处理。观察组: 实施健康管理模式, 方法如下: ①成立优质健康管理小组。由医院经验丰富、高资历的医生、护士长、护理人员组成健康管理小组, 由护士长担任小组组长, 组长小组成员和定期培训疾病相关知识并考核, 提高护理人员的理论知识与操作技能。按照患者的实际病情来制定针对性的健康管理计划, 提高患者治疗和护理的依从性与配合度。②健康宣教。护理人眼定期组织患者开展疾病健康讲座, 详细告知患者高血压疾病的发病机制、发病诱因、治疗方法、护理内容、需注意的事项等, 提高患者对疾病知识的掌握度。护理人员积极与学生沟通交流, 叮嘱患者遵医用药, 告知正确用药对改善疾病的重要性, 并多鼓励和关心患者, 满足患者一切合理需求, 从而使患者感受到社会的关爱, 以积极的心态来面对疾病的治疗。③运动指导。结合患者的实际情况来制定个性化的运动方案, 例如散步、慢跑、打太极等有氧运动, 避免剧烈运动, 保持合理的运动时间, 提高机体抵抗力。④饮食护理。根据患者的个人喜好与实际情况来制定个性化的饮食方案, 确保每日摄取足够的营养, 以清淡易消化为原则, 控制能量的摄取, 多吃新鲜的水果和蔬菜, 确保低盐进食, 戒烟酒, 忌辛辣。此外, 确保患者养成健康的睡眠习惯, 早睡早起, 不熬夜。

1.3 观察指标

①分析患者的血压水平。对患者的舒张压(DBP)和收缩压(SBP)进行评估。

②分析患者对护理的满意度。以 100 分为标准, $\geq 100-85$ 分为很满意, $\geq 65-84$ 分为满意, < 65 分为不满意。

1.4 统计学方法

用 SPSS22.0 统计学软件进行统计, 计量资料($\bar{x} \pm s$)表示, 用 t

检验, 计数资料 (%) 表示, 用 χ^2 检验, $p < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2. 结果

2.1 分析患者的血压水平

观察组的血压水平低于对照组, ($p < 0.05$), 见表 2。

表 2 患者的血压水平分析 ($\bar{x} \pm s$)

| 组别 | 例数 | DBP (mmHg) | SBP (mmHg) |
|-----|----|----------------|--------------|
| 观察组 | 60 | 120.33 ± 12.91 | 82.52 ± 7.27 |
| 对照组 | 60 | 142.79 ± 13.45 | 96.38 ± 8.76 |
| t | | 10.433 | 10.544 |
| P | | 0.000 | 0.001 |

2.2 分析患者对护理的满意度

观察组的满意度高于对照组, ($p < 0.05$), 见表 3。

表 3 患者对护理的满意度分析 (n,%)

| 组别 | 例数 | 很满意 | 满意 | 不满意 | 满意度 |
|----------|----|------------|------------|------------|------------|
| 观察组 | 60 | 24 (40.00) | 34 (56.67) | 2 (3.33) | 58 (96.67) |
| 对照组 | 60 | 18 (30.00) | 30 (50.00) | 12 (20.00) | 48 (80.00) |
| χ^2 | | | | | 8.086 |
| P | | | | | 0.004 |

3. 讨论

高血压具有病程长、病情进展快、高致残率与致死率的慢性疾病, 若患者没有引起重视, 不及时控制血压水平, 那么还会引发心肌梗死、脑卒中、冠心病等严重并发症, 严重损害患者的组织器官, 影响患者的生活质量, 甚至还会有生命危险。经过临床对高血压疾病防治的深入探讨, 对诱发高血压疾病的高危因素实施有效的护理干预, 采取针对性的护理措施来控制患者的血压水平, 从而减少并发的发生率。健康管理模式是目前临床一种新型的高血压管理模式, 有效结合类现代管理学与医学, 不仅能提高患者对健康知识的掌握与自我保健意识, 还能满足患者对医疗的需求, 从而有效控制患者的血压水平, 改善患者的生活质量^[3-4]。

本研究观察组的血压水平低于对照组, 满意度高于对照组。这与高爱玲^[5]等研究基本一致。

综上所述, 针对高血压老年患者, 临床行健康管理模式, 不仅能控制患者的血压水平, 还能提高患者对护理的满意度, 值得推广。

参考文献

- [1] 田丽丹. 健康管理模式在老年高血压患者护理中的应用效果[J]. 中国民康医学, 2019, 31(15): 132-134.
- [2] 杨杰珍. 健康教育管理模式在老年高血压护理中应用效果调查[J]. 糖尿病天地, 2019, 16(2): 208.
- [3] 王春, 胡胜江. 以自我管理为导向的 5A 护理模式在老年高血压患者中的应用效果[J]. 现代实用医学, 2019, 31(1): 115-117.
- [4] 徐晴晴. 健康教育与慢性病管理护理在社区老年高血压中的应用效果及对血压的影响[J]. 首都食品与医药, 2021, 28(7): 149-150.
- [5] 高爱玲, 陆颖. 延续性 4C 管理模式护理干预对老年高血压患者情绪及生活质量的影响[J]. 临床心身疾病杂志, 2021, 27(4): 78-83.