

自我监测联合家庭支持护理对高血压病患者 血压控制率与用药依从性的影响

张文杰

乌兰察布市中心医院 内蒙古乌兰察布

【摘要】目的 探究把自我监测和家庭支持护理联合起来应用到高血压病患者身上所产生的临床效果，并且分析这种护理模式对于患者血压控制率以及用药依从性所造成的影响，从而为在临床上对高血压护理方案进行优化、提升慢病管理的质量提供参考方面的依据。**方法** 选取在 2024 年 7 月至 2025 年 6 月这一时间段内我院所收治的 200 例高血压病患者当作研究的对象，这些患者的年龄处于 35 岁到 70 岁之间，采用随机数字表的方法把这些患者分成对照组和实验组，每个组有 100 例患者。对照组实施高血压方面的常规护理干预措施，实验组在常规护理的基础之上开展自我监测和家庭支持护理联合的干预措施，持续进行干预 6 个月。对两组患者在干预之前和干预之后的血压水平、血压控制率、用药依从性评分以及生活质量评分进行对比，对于计量资料进行 t 检验，对于计数资料进行 χ^2 检验，当 $P < 0.05$ 的时候认为差异具有统计学方面的意义。**结果** 在干预之后，两组患者的收缩压和舒张压水平都比干预之前要低，并且实验组的水平低于对照组；实验组的血压控制率为 89.00%，比对照组的 68.00% 要高；实验组的用药依从性评分和生活质量评分都高于对照组，组与组之间的数据差异都具有统计学方面的意义 ($P < 0.05$)。**结论** 把自我监测和家庭支持护理联合起来应用到高血压病患者身上，能够有效地提升患者的自我管理能力，增强用药依从性，优化血压控制的效果，改善患者的生活质量，这是一种高效并且可行的高血压慢病护理模式，值得在临床上进行推广。

【关键词】 高血压病；自我监测；家庭支持护理；血压控制率；用药依从性；慢病管理

【收稿日期】 2026 年 6 月 5 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 2 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20260362

The impact of self-monitoring combined with family support nursing on blood pressure control rate and medication adherence in hypertensive patients

Wenjie Zhang

Ulanqab Central Hospital, Ulanqab, Inner Mongolia

【Abstract】 Objective To investigate the clinical efficacy of self-monitoring combined with family support nursing in hypertensive patients, analyze the impact of this nursing model on blood pressure control rate and medication adherence, and provide reference for optimizing clinical hypertension care protocols and improving chronic disease management quality. **Methods** A total of 200 hypertensive patients admitted to our hospital from July 2024 to June 2025 were selected as study subjects, aged 35-70 years. They were randomly divided into a control group and an experimental group using a random number table, with 100 cases in each group. The control group received conventional hypertension nursing interventions, while the experimental group received self-monitoring combined with family support nursing interventions on the basis of conventional care, with continuous intervention for 6 months. Blood pressure levels, blood pressure control rate, medication adherence scores, and quality of life scores were compared between the two groups before and after intervention. Measurement data were analyzed using t -tests, and categorical data were analyzed using χ^2 tests. A $P < 0.05$ was considered statistically significant. **Results** After intervention, both groups showed lower systolic and diastolic blood pressure levels compared to pre-intervention levels, with the experimental group showing lower values than the control group. The blood pressure control rate in the experimental group was 89.00%, higher than the control group's 68.00%. The medication adherence scores and quality of life scores in the experimental group were both higher than those in the control

group, with statistically significant differences between groups ($P<0.05$). **Conclusion** The application of self-monitoring combined with family support nursing in hypertensive patients can effectively enhance self-management capabilities, improve medication adherence, optimize blood pressure control outcomes, and improve patients' quality of life. This is an efficient and feasible nursing model for hypertension chronic disease management, worthy of clinical promotion.

【Keywords】 Hypertension; Self-monitoring; Family support care; Blood pressure control rate; Medication adherence; Chronic disease management

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取在 2024 年 7 月至 2025 年 6 月这段时间我院神经内科所收治的 200 例患者，这些患者是符合《中国高血压防治指南（2023 版）》里面原发性高血压诊断标准的，患者年龄处于 35 岁到 70 岁这个范围，病程是 1 年到 15 年。采用随机数字表这种方法把患者分成对照组和实验组，每个组有 100 例患者。对照组当中男性有 56 例、女性有 44 例，平均年龄（ 52.32 ± 5.47 ）岁，平均病程（ 6.85 ± 2.31 ）年，学历是小学及以下的有 32 例等情况；实验组当中男性有 58 例、女性有 42 例，平均年龄（ 52.16 ± 5.63 ）岁，平均病程（ 7.02 ± 2.44 ）年，学历是小学及以下的有 30 例等情况。这两组在性别、年龄等一般资料这方面的差异是无统计学意义的（ $P>0.05$ ），分组是具有可比性的。本次研究经过了医院伦理委员会的批准，患者以及患者的家属知情且同意。

1.2 病例选择标准

1.2.1 把符合相关标准的情况纳入进来的标准

患者符合对于原发性高血压所制定的诊断标准，并且被确诊的时间达到大于或者等于 3 个月；患者的年龄处于 35 岁到 70 岁这个范围，意识是清晰的并且能够配合相关事项；患者不存在严重的靶器官并发症以及恶性肿瘤等情况；患者具备沟通的能力，家属能够参与到护理当中；患者的资料是完整的，依从性良好并且能够完成 6 个月的随访。

1.2.2 把不符合相关标准的情况排除出去的标准

属于继发性或者恶性高血压的患者；患者合并有

严重的器质性病变；患者存在认知方面或者精神方面的疾病；患者长期卧床，并且没有家属进行陪伴；患者中途退出或者出现失访的情况；患者合并有其他严重的慢性病，这些慢性病会对评估造成干扰。

1.3 方法

两组均给予常规降压药治疗，根据情况个体化选药。对照组实施常规护理，实验组在此基础上增加自我监测联合家庭支持护理，干预时长均为 6 个月。

1.3.1 对照组

实施常规护理，入院讲解发病机制等知识、发放手册，定期测血压，出院做好指导，每月电话随访，仅做基础宣教与随访。

1.3.2 实验组

在常规护理基础上实施自我监测联合家庭支持护理，构建“医护+患者+家属”模式。具体措施：

- （1）自我监测护理干预：①健康宣教与技能培训。
- ②制定监测计划。
- （2）家庭支持护理干预：①家属专项培训。②家庭监督与支持。③家庭随访与反馈。

1.4 观察指标

血压水平。
血压控制率。
用药依从性。
生活质量。

1.5 统计学处理

采用 SPSS 26.0 统计学软件处理研究数据。

2 结果

具体数据详见表 1、表 2。

表 1 两组干预前后血压水平、用药依从性评分对比（ $\bar{x}\pm s$ ）

组别	例数	时间	收缩压（mmHg）	舒张压（mmHg）	用药依从性评分（分）
对照组	100	干预前	156.72±8.46	98.53±6.28	5.26±1.32
		干预后	138.45±7.29	86.37±5.41	6.18±1.45
实验组	100	干预前	155.98±8.37	97.96±6.15	5.31±1.29
		干预后	126.33±6.84	78.26±4.92	7.65±1.23
干预后组间 t 值		-	11.264	10.892	8.745
P 值		-	<0.05	<0.05	<0.05

表2 两组血压控制率、生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	血压控制达标[n (%)]	生活质量评分 (分)
对照组	100	68 (68.00)	70.36±6.52
实验组	100	89 (89.00)	85.69±7.14
χ^2/t 值	-	15.782	16.327
P 值	-	<0.05	<0.05

3 讨论

作为临床高发慢性心血管病的高血压，因具病程长、根治难需长期服药且控制不佳易引发严重并发症的特点，其病情控制既依赖药物又离不开护理干预与自我管理；侧重院内宣教与监测却缺乏对患者自我管理能力培养和家庭支持挖掘的常规护理，致患者出院后存在血压控制问题，故构建兼顾自我管理与家庭支持的护理模式对提升血压控制率、改善预后至关重要。作为慢病管理核心且能提升患者自我管控意识的自我监测护理，与依托家属陪伴监督可提升患者治疗依从性并改善心理状态的家庭支持护理相结合形成的闭环护理模式，契合高血压慢病管理需求。

本次研究显示的干预 6 个月后两组血压均降低、用药依从性和生活质量均提升且实验组血压控制效果、用药依从性和生活质量评分均优于对照组的结果，证实自我监测联合家庭支持护理可优化血压控制并提升用药依从性和生活质量，该模式因能激发患者主观能动性并利用家庭支持，解决了院外护理断层和依从性下降问题。

临床护理需摒弃单一院内常规护理，强化自我监测指导与家庭支持干预，实施时应遵循个体化原则制定适配方案且护理人员需定期随访，对年龄大、认知弱的患者要加大家属培训。

本次研究选取的 35-70 岁高血压患者，该护理模式因能针对性解决其痛点而适合临床推广，然研究仅观察 6 个月短期效果，后续可延长随访时间、扩大样本量并细化护理方案。

综上所述，应用于高血压患者的自我监测联合家庭支持护理效果显著，因优于常规护理而成为临床优选方案，值得推广。

参考文献

- [1] 程海良.基层社区卫生院对高血压病患者的管理干预对患者并发脑卒中的影响[C]//浙江省基层卫生协会.浙江省第二十八届基层卫生改革与发展大会暨 2020 年度学术会议论文集.湖州市南浔区和孚镇卫生院,2020:66-69.
- [2] 龚清娥.循证护理在老年 2 型糖尿病合并高血压病患者中的应用及对血压控制率的影响评价[J].心血管病防治知识,2020,10(35):82-84.
- [3] 吴英,冯莉,徐和平,等.强化社区医生对老年高血压患者规范化管理的效果观察及分析[J].心血管病防治知识,2020,10(21):50-52.
- [4] 刘春鹤.原发性高血压以全科医学模式治疗的价值研究[J].当代医学,2020,26(14):109-111.
- [5] 张泽伟,陈浩涛,黄伟鹏,等.临床药师干预对高血压病患者疗效及用药依从性的影响[J].中国医院用药评价与分析,2018,18(12):1703-1705+1708.
- [6] 邓利群,左惠娟,王锦纹,等.我国不同地区社区高血压病患者疾病管理现状及效果分析[J].中国医药,2018,13(12):1791-1796.
- [7] 鲍玉新,刘娟丽,海虹.血压自我监测联合家庭护理对高血压病患者心理波动的影响[J].新疆中医药,2017,35(04):72-74.
- [8] 薛彦菊,孙芳.应用临床护理路径对老年高血压病患者的护理效果[J].世界最新医学信息文摘,2017,17(55): 212+218.

版权声明：©2026 作者与开放获取期刊研究中心（OAJRC）所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS