全科护理在高血压患者护理中的干预方案和临床意义

雷成娇

兰州新区栖霞社区卫生服务中心　甘肃兰州

【摘要】**目的** 分析在高血压患者护理中开展全科护理干预方案的临床应用意义。**方法** 选取 2023 年 9 月至 2025 年 10 月期间我院接收的高血压患者 128 例，将入选患者以随机数字表法分成观察组 64 例和对照组 64 例。对照组患者给予常规护理，观察组患者接受全科护理干预。将两组护理效果进行对比分析。**结果** 干预后，观察组患者的自我管理能力、用药依从性评分均明显高于对照组，血压水平明显低于对照组，生活质量改善效果优于对照组（$P<0.05$）。**结论** 对高血压患者开展全科护理干预，能够进一步提升患者的自我管理能力和用药依从性，从而提高血压控制效果，改善患者生活质量。

【关键词】高血压；全科护理；干预方案；临床意义

【收稿日期】2026 年 10 月 6 日　　【出刊日期】2026 年 11 月 8 日　　【DOI】10.12208/j.jacn.20260615

Intervention program and clinical significance of general nursing in the care of hypertensive patients

Chengjiao Lei

Lanzhou New District Qixia Community Health Service Center, Lanzhou, Gansu

【**Abstract**】**Objective** To analyze the clinical significance of implementing comprehensive nursing intervention programs in hypertension patient care. **Methods** A total of 128 hypertension patients admitted to our hospital between September 2023 and October 2025 were selected. The patients were randomly assigned into an observation group (64 cases) and a control group (64 cases) using a random number table. The control group received routine nursing care, while the observation group underwent comprehensive nursing intervention. Comparative analysis of nursing outcomes was conducted between the two groups. **Results** After intervention, the observation group demonstrated significantly higher self-management capabilities and medication adherence scores compared to the control group, along with markedly lower blood pressure levels and better quality of life improvements (P<0.05). **Conclusion** Implementing comprehensive nursing interventions for hypertension patients can effectively enhance self-management abilities and medication adherence, thereby improving blood pressure control outcomes and quality of life.

【**Keywords**】Hypertension; General nursing; Intervention program; Clinical significance

高血压，作为一种慢性疾病，其特征是动脉血压的持续升高，严重威胁着人类的健康。这一疾病的成因多样，可能涉及遗传、环境及生活方式等多个方面。在临床护理管理中，针对高血压的治疗和管理策略包括药物治疗、生活方式的调整和健康教育[1]。药物治疗旨在通过使用降压药物来控制血压，减少并发症的风险；生活方式干预则包括饮食调整、规律运动、戒烟限酒等措施，以促进血压的长期控制；健康教育则着重于提高患者对高血压的认识，增强其自我管理能力[2]。尽管如此，当前的护理管理仍面临挑战，包括护理资源的不足、护理服务质量的不均衡以及患者治疗依从性的问题，这些问题需要得到有效的解决以提升高血压患者的护理质量[3]。为探寻最佳方案，本研究旨在分析全科护理干预在高血压患者管理中的应用效果，现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在本研究中，我们选取了 2023 年 9 月至 2025 年 10 月间本院接收的 128 例高血压患者作为样本。通过随机数字表法，将这些患者随机分为两组，即观察组和对照组，每组各包含 64 例。在观察组中，男性患者有 34 例，女性患者有 30 例，患者的年龄范围在 49 至 78 岁之间，平均年龄为（63.50±5.40）岁。而在对照组中，男性患者有 33 例，女性患者有 31 例，年龄分布在 49 至 80 岁之间，平均年龄为（64.50±5.50）岁。对两组

患者的临床资料进行了比较，结果显示，两组在性别构成、年龄分布等关键指标上无统计学差异（P＞0.05），因此两组患者具备可比性。

1.2 方法

对照组给予常规护理管理，护理管理内容主要包括血压监测、药物治疗、健康教育、生活干预等方面。血压监测是护理工作的基础，通过定时测量血压，了解患者血压变化情况。药物治疗则是通过调整药物剂量和种类，以达到控制血压的目的。健康教育包括向患者讲解高血压相关知识，提高患者的自我管理能力。生活干预则针对患者的生活方式进行调整，如控制饮食、增加运动等。

观察组采取全科护理干预：（1）个体化评估：首先，对每位高血压患者进行全面评估，包括病史、家族史、生活方式、用药史和血压测量等，以制定个性化的护理计划。（2）血压监测：定期监测患者的血压，教会患者使用血压计自我监测，确保患者了解血压控制的重要性。（3）药物治疗指导：根据患者的血压水平和医生的建议，详细解释降压药物的作用、剂量、用法和可能的副作用，指导患者正确用药。（4）生活方式干预：提供饮食指导，推荐低盐、低脂、高纤维的饮食，鼓励患者增加蔬菜和水果的摄入量。同时，指导患者进行规律的有氧运动，如快走、游泳或骑自行车。（5）心理支持：评估患者的心理状态，提供心理支持和咨询，帮助患者应对高血压带来的压力和焦虑。（6）健康教育：通过讲座、手册或在线资源等形式，教育患者关于高血压的知识，包括病因、症状、并发症和预防措施。（7）自我管理技能培训：教授患者自我管理技能，如如何根据血压变化调整药物剂量，如何在生活中应对突发情况。（8）并发症预防：针对高血压可能引发的并发症，如心脏病、脑卒中和肾脏疾病，进行预防和教育。（9）定期随访：安排定期的随访，评估护理干预的效果，调整治疗方案，确保患者的血压得到有效控制。（10）患者教育：鼓励患者参与决策过程，提高其对治疗方案的认同感和依从性，增强自我管理能力。

1.3 观察指标

（1）采用自制评分表评价两组患者的自我管理能力、用药依从性，单项指标总分值为 100 分，得分越高表示指标改善越好。（2）检测两组患者护理前后收缩压（SBP）、舒张压（DBP）水平变化。（3）生活质量评价：通过健康调查简表（SF-36）量表评估两组患者的生活质量，最高分值 100 分，得分越高则证实患者生活质量越好。

1.4 统计学方法

采用 SPSS 24.0 统计学软件处理两组数据。计量资料用（$\bar{x}\pm s$）表示，采取 t 检验，以 P＜0.05 表示差异有统计学意义。

2 结果

护理前两组指标对比无显著差异（P＞0.05）；护理后，观察组自我管理能力和用药依从性与对照相比显著提升，SBP、DBP 水平低于对照组，生活质量评分高于对照组（P＜0.05），见表 1。

表 1 两组护理各项指标对比（$\bar{x}\pm s$）

组别	n	自我管理能力（分）		用药依从性（分）		SBP（mmHg）		DBP（mmHg）		生活质量（分）	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	64	56.39±2.43	93.03±6.21*	62.36±4.16	93.48±6.49*	198.62±6.12	139.56±4.02*	129.69±3.12	99.14±1.38*	61.90±4.32	92.59±6.30*
对照组	64	56.25±2.32	85.45±5.36*	62.45±4.21	82.52±5.82*	199.56±6.04	169.10±5.54*	128.72±3.16	110.62±2.26*	61.95±4.53	84.62±5.61*
t 值		0.333	7.392	0.121	10.058	0.874	34.525	1.747	34.682	0.063	7.558
P 值		0.739	0.001	0.903	0.001	0.384	0.001	0.083	0.001	0.949	0.001

注：与本组护理前比较，*P＜0.05。

3 讨论

高血压的发生与遗传、环境和生活方式等多种因素密切相关。遗传因素使个体在家族中具有高血压病史时面临更高的风险，而环境因素如高海拔地区生活或噪音污染的暴露，以及生活方式因素如高盐饮食、缺乏运动、吸烟和酗酒等，都是高血压的重要诱因[4]。高血压的危害性不容忽视，它不仅加重心脏负荷，可能导致心肌肥厚和心力衰竭，还显著增加脑卒中的风险，严重时可能危及生命。此外，高血压还可能损害肾脏功能，引发肾功能不全，以及增加视网膜病变的风险，甚至导致失明[5]。尽管常规护理管理在高血压患者的护理中扮演关键角色，但依然存在一些缺陷，如护理资源的不充分，难以满足患者不断增长的护理需求；护理质量的波动，部分护理人员缺乏必要的专业知识和技能[6]；患者

依从性的问题，部分患者未能严格遵医嘱用药或改变不良生活习惯；以及护理干预措施的单一性，缺乏针对个体差异的个性化护理策略。这些问题共同构成了高血压护理管理的挑战，需要进一步的改进和优化[7]。

为进一步提高患者血压控制效果，我院对其患者实施了全科护理干预，且最终取得了较好的干预效果。分析原因，全科护理模式是一种以患者为中心，依托护理程序，追求持续改进的护理理念。它倡导全面、全程、连续、个体化的护理服务，旨在为患者提供从入院到出院，甚至康复期的全方位照护。这种护理模式不仅提升了护理服务的整体质量，还显著降低了并发症的发生率，从而增强了患者的满意度[8]。在高血压患者的护理中，全科护理干预方案发挥着重要作用。它通过细致入微的全程监控和个体化护理，使得护理人员能够及时发现并应对患者的病情变化，有效预防并发症的出现[9]。同时，全科护理通过增强与患者的沟通，更好地理解患者的需求，提高患者的自我管理能力，进而提升患者的依从性。此外，全科护理的可持续性和时效性使其能够灵活适应医疗环境的变化和社会需求的发展，为高血压患者提供更加科学、人性化的护理服务[10]。

综上所述，对高血压患者开展全科护理干预，可有效提升患者的用药依从性和自我行为管理能力，确保血压水平控制在最佳状态，改善患者生活质量。

参考文献

[1] 林丽花,林思婷.全科理念下"连续动态随访"护理新模式改善老年高血压患者血压控制情况的研究[J].心血管病防治知识,2024,14(9):94-96.

[2] 敖小丽,何秀珍.全科护理在高血压患者护理中的干预方案和临床意义[J].吉林医学,2024,45(4):949-952.

[3] 彭贞贞.全科护理新模式结合动态云随访对冠心病合并高血压患者健康行为与社会支持的影响[J].临床医学研究与实践,2025,10(15):179-182.

[4] 曾小艳,游灼芝,柯巧滨,等.团队模式下闭环式健康教育联合全科理念下连续动态随访护理对高血压患者血压、自护能力的影响[J].心血管病防治知识,2024,14(23):80-82.

[5] 蔡海宏,林丽萍.全科理念下"连续动态随访"护理新模式对老年高血压患者血压控制情况的影响[J].心血管病防治知识,2025,15(1):98-101.

[6] 陈淑荣,王艳丽,徐斌.全科理念下连续动态随访护理对老年高血压并冠心病患者的作用分析[J].心血管病防治知识,2024,14(7):116-118,127.

[7] 杜春,张凤妤,张海潮,等.基于全科理念的随访护理模式在高血压患者随访中的应用[J]. 保健医学研究与实践,2023,20(7):90-93.

[8] 钟浪.全科护理模式对老年冠心病伴高血压患者居家护理的效果[J].妇幼护理,2025,5(9):2201-2203.

[9] 殷旭婷,徐岚.思维导图在宫腔镜电切手术术中并发症护理中的应用[J].当代护士（下旬刊）,2020,27(9):97-99.

[10] 曹蓉蓉.全科护理干预对老年高血压合并糖尿病患者病情控制、自我效能及生活质量的影响[J].临床护理研究,2023,32(17):94-96,99.

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