

老年高血压护理中行综合护理的效果及满意度分析

王 贺

北京市房山区城关街道社区卫生服务中心 北京

【摘要】目的 分析综合护理应用于老年高血压中的应用成效。**方法** 选取 2023 年 10 月至 2024 年 10 月期间，我院收治的老年高血压患者作为此次研究样本，根据随机数字表法将其分为参考组和实验组，参考组采取常规护理，实验组采取综合护理。比较两组在血压水平、自护能力评分及护理满意度上的差异。**结果** 相比于参考组，实验组的血压水平及自护能力评分显著更优 ($P<0.05$)；实验组的护理满意度显著更高 ($P<0.05$)。**结论** 综合护理应用于老年高血压患者中具有显著效果，不仅能有效控制血压水平，提升患者的自护能力，还能显著提高护理满意度，具有广泛的临床推广价值。

【关键词】 老年高血压；综合护理；血压水平；自护能力；护理满意度

【收稿日期】 2025 年 2 月 12 日

【出刊日期】 2025 年 3 月 7 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20250156

Analysis of the effect and satisfaction of comprehensive nursing in elderly hypertension care

He Wang

Community Health Service Center, Chengguan Street, Fangshan District, Beijing

【Abstract】Objective To analyze the application effectiveness of comprehensive nursing in elderly hypertension. **Methods** Elderly hypertensive patients admitted to our hospital from October 2023 to October 2024 were selected as the study sample. They were randomly divided into a reference group and an experimental group using a random number table method. The reference group received routine care, while the experimental group received comprehensive care. Compare the differences in blood pressure levels, self-care ability scores, and nursing satisfaction between two groups. **Results** Compared with the reference group, the experimental group showed significantly better blood pressure levels and self-care ability scores ($P<0.05$); The nursing satisfaction of the experimental group was significantly higher ($P<0.05$). **Conclusion** The application of comprehensive nursing in elderly hypertensive patients has significant effects, not only effectively controlling blood pressure levels and improving patients' self-care ability, but also significantly improving nursing satisfaction, and has wide clinical promotion value.

【Keywords】 Elderly hypertension; Comprehensive nursing; Blood pressure level; Self-protection ability; Nursing satisfaction

高血压作为老年人群中常见的慢性疾病，其发病机制复杂，涉及生活方式、遗传因素及环境因素等多重因素^[1]。此病不仅威胁着患者的心、脑、肾等重要器官健康，还显著增加了心血管疾病的风险，对老年人的生活质量造成了严重影响^[2]。

随着医疗技术的进步和护理模式的转变，综合护理是一种兼具全面性和细致性的护理模式，逐渐应用于老年高血压患者的护理中。本研究旨在探讨老年高血压护理中应用综合护理的实际应用成效，为临床护理提供参考依据，具体报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

选取 2023 年 10 月至 2024 年 10 月我院收治的 100 例老年高血压患者作为此次研究样本，依据随机数字表法分为参考组和实验组，每组各 50 例。参考组中，男性 28 例，女性 22 例，年龄 60-85 岁，平均 (72.56 ± 6.58) 岁；病程 1-15 年，平均 (7.54 ± 2.54) 年。实验组中，男性 26 例，女性 24 例，年龄 61-83 岁，平均 (72.49 ± 6.56) 岁；病程 1-14 年，平均 (7.50 ± 2.56) 年。两组资料差异不大 ($P>0.05$)。

纳入标准：（1）符合高血压诊断标准；（2）年龄 ≥ 60 岁；（3）签署知情同意书；（4）病历资料完备。

排除标准：（1）合并其他重大器官疾病；（2）认知功能受损；（3）无法配合完成研究；（4）同时期参与其他研究。

1.2 方法

参考组采取常规护理，涵盖血压监控、药物使用指导及饮食管理等基础措施。实验组采取综合护理，具体内容包括：

（1）健康教育：通过多元化的教育形式，如定期组织专题研讨会、分发配有图文的健康教育手册、展示科普短片等方式，以浅显易懂的方法向患者传授高血压相关知识。内容涵盖高血压的病因机制、典型症状、潜在危害以及科学防治策略。同时，鼓励患者记录血压日记，定期监测并记录自己的血压变化。此外，还利用微信群、公众号等新媒体平台，提供持续的健康教育资源和互动交流平台。

（2）心理干预：通过一对一的心理咨询、团体心理辅导以及放松训练等方式，深入了解患者的情绪状态，及时发现并有效缓解其焦虑、抑郁等负面情绪。运用认知行为疗法、正念冥想等技术，帮助患者建立积极的应对机制，增强心理韧性。同时，鼓励家属参与心理支持过程，共同营造一个温馨、支持的家庭氛围。

（3）饮食指导：据患者的具体病情、年龄、性别、体重等因素，量身定制个性化的饮食计划。强调低盐、低脂、高纤维的饮食原则，推荐富含钾、镁等微量元素的食物，如新鲜蔬菜、水果、全谷物等，同时限制高盐、高糖、高脂肪食物的摄入。通过制定每日饮食记录表，鼓励患者记录并反思自己的饮食习惯。此外，还教授患者如何识别食物标签，选择低盐、低脂的加工食品。

（4）运动指导：依据患者的体质状况、日常运动偏好及个人兴趣，量身定制个性化的锻炼方案。推荐以散步、慢跑、太极拳、瑜伽等中低强度的有氧运动为主。运动过程中，鼓励患者佩戴心率监测设备，实时监控运动强度，避免过度运动导致的不适。同时，定期评

估患者的运动效果，根据反馈调整运动计划。

（5）用药指导：耐心地向患者阐述每种药物的疗效原理、具体用法、用量以及潜在的不良反应。详细核对患者的用药清单，必要时与医生沟通调整用药方案。同时，强调遵医嘱用药的重要性，鼓励患者按时服药，不要随意增减剂量或更换药物。为定期安排血压测量，并根据测量结果调整用药剂量。

1.3 观察指标

（1）血压水平及自护能力：采用电子血压计测量患者的收缩压和舒张压；采用自我护理能力量表（ESCA）评估患者的自护能力，得分的高低与患者自护能的强弱呈正比。

（2）护理满意度：采用自制护理满意度调查问卷，对患者的护理满意度进行调查。问卷涵盖服务态度、护理专业能力、健康宣教、心理支持等多个维度，分为非常满意、满意和不满意三个等级，总满意度=非常满意占比+满意占比。

1.4 统计学分析

研究数据经 SPSS23.0 处理，采用卡方（ χ^2 ）对分类变量进行统计，使用 t 对连续变量进行统计，以%和（ $\bar{x} \pm s$ ）表示， $P < 0.05$ 表示差异显著。

2 结果

2.1 对比两组的血压水平及自护能力评分

实验组的血压水平及自护能力评分显著更优（ $P < 0.05$ ），详见表 1。

2.2 对比两组的护理满意度

实验组的护理满意度显著更高（ $P < 0.05$ ），详见表 2。

3 讨论

高血压作为一种慢性、进展性疾病，对老年人的日常生活质量构成了重大挑战。老年患者往往伴随着多种并发症和生理功能的下降，使得高血压的管理更加复杂和困难^[3]。因此，通过科学的护理手段，有效控制血压水平，减少并发症的发生，提高患者的生活质量，成为老年高血压护理的重要目标^[4]。

表 1 两组的血压水平及自护能力评分比较（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	例数	血压水平（mmHg）		ESCA（分）
		舒张压	收缩压	
实验组	50	75.56 $\pm$ 6.57	130.49 $\pm$ 10.46	125.54 $\pm$ 15.52
参考组	50	85.58 $\pm$ 7.54	145.62 $\pm$ 12.57	105.37 $\pm$ 12.54
t	-	7.085	6.542	8.049
P	-	0.001	0.001	0.001

表 2 两组护理满意度比较[n, (%)]

组别	例数	非常满意	满意	不满意	总满意
实验组	50	30 (60.00)	19 (38.00)	1 (2.00)	49 (98.00)
参考组	50	20 (40.00)	22 (44.00)	8 (16.00)	42 (84.00)
χ^2	-				11.966
<i>P</i>	-				0.001

常规护理虽然能够为老年高血压患者提供基本的血压监测、用药指导和饮食建议，但其局限性在于未能充分考虑到患者的个体差异，同时也缺乏对患者心理、社会支持等方面的关注^[5]。相比之下，综合护理则是一种更加全面、细致的护理模式。它涵盖了健康教育、心理干预、饮食指导、运动指导和用药指导等多个方面，旨在通过全方位、多维度的干预措施，提高患者的健康意识和自我管理能力，从而有效控制血压水平^[6-7]。本研究结果显示，实验组在血压水平及自护能力评分上均显著优于参考组，这充分说明了综合护理在老年高血压管理中的有效性。每一条结果的成因都可以归结为综合护理对患者个体差异的充分考虑，以及对患者生活方式、心理状态等多方面的全面关注。例如，通过健康教育，患者能够更深入地了解高血压的相关知识，提高自我监测和管理的能力；在心理干预方面，运用心理咨询、心理疏导等技巧，帮助患者缓解焦虑、抑郁等负面情绪，建立对抗疾病的积极心态；通过个性化的饮食和运动计划，患者能够改善生活方式，降低血压水平；而细致的用药指导，则确保了患者能够正确、安全地使用降压药物，避免了药物不良反应的发生^[8-9]。

综上所述，综合护理在老年高血压护理中具有显著的应用价值。它不仅能够有效控制血压水平，提升患者的自护能力，还能显著提高护理满意度，为患者提供更加全面、细致的护理服务。

参考文献

[1] 李芬. 综合护理干预在老年高血压患者中的应用研究[J]. 基层医学论坛,2024,28(28):87-89,152.

[2] 熊萍,邹飞,王瑾,等. 老年综合评估联合预见性护理对老年高血压患者的影响研究[J]. 中国医学创新,2024,21(20):94-99.

[3] 刘妮娜,辛海滨. 综合护理在女性老年高血压脑出血中的应用效果[J]. 妇儿健康导刊,2024,3(3):172-174,178.

[4] 徐娜,褚晓霞,罗冰芝,等. 综合护理干预对老年高血压患者血压控制效果及生活质量的影响[J]. 甘肃医药,2024,43(6): 564-566.

[5] 陈晓燕,张雪莲. 探讨综合护理在老年高血压护理中的临床应用[J]. 黑龙江医药,2023,36(2):476-478.

[6] 史春艳. 综合护理干预对老年高血压患者血压水平及遵医行为的影响分析[J]. 基层医学论坛,2022,26(21):37-40.

[7] 胡京京,张波,张雅男. 综合护理用于老年高血压患者效果研究[J]. 山西卫生健康职业学院学报,2023,33(2):97-98.

[8] 蔡素华. 综合护理干预对老年高血压患者的效果及对睡眠质量的影响[J]. 世界睡眠医学杂志,2023,10(12):2816-2818.

[9] 陈萍. 综合护理对老年高血压患者脑出血的护理效果分析[J]. 黑龙江中医药,2022,51(4):162-163.

版权声明：©2025 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