

延续性护理对高血压合并心律失常患者自我管理能力和预后的作用

杜迎鑫

安贞医院 北京

【摘要】目的 探讨对高血压合并心律失常患者采取延续性护理对其自我管理能力和预后的影响。**方法** 取 2024 年 1 月-2025 年 1 月我院 100 例高血压合并心律失常患者参与本次研究，借助电脑随机盲选的形式将患者均分至研究组及参照组，并给予研究组延续性护理，给予参照组常规护理，观察护理效果，总结各组研究数据，比较两组患者自我管理能力和评分、血压指标、心律失常发作次数、生活质量评分，通过统计学 SPSS30.0 系统进行分析，对比组间差异，体现护理效果。**结果** 数据显示，自我管理能力和评分研究组对比参照组较高 ($P<0.05$)；血压指标护理前两组对比无差异性 ($P>0.05$)，护理后研究组对比参照组较低 ($P<0.05$)；心律失常发作次数研究组对比参照组较少 ($P<0.05$)；生活质量评分研究组对比参照组较高 ($P<0.05$)。**结论** 延续性护理的应用，可有效提升高血压合并心律失常患者自我管理能力和，更好的控制血压，降低心律失常发作次数，改善预后，增强生活质量，应用效果理想，具临床推广价值。

【关键词】 延续性护理；高血压；心律失常；自我管理能力和；预后

【收稿日期】 2025 年 8 月 12 日

【出刊日期】 2025 年 9 月 15 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250460

The role of continuity of care in self-management ability and prognosis of patients with hypertension and arrhythmia

Yingxin Du

Anzhen Hospital, Beijing

【Abstract】Objective To explore the impact of continuity of care on self-management ability and prognosis in patients with hypertension complicated with arrhythmia. **Methods** From January 2024 to January 2025, 100 patients with hypertension and arrhythmia in our hospital were selected to participate in this study. The patients were randomly divided into a study group and a reference group using a computer blind selection method, and continued care was given to the study group while routine care was given to the reference group. The nursing effect was observed, and the research data of each group was summarized. The self-management ability score, blood pressure indicators, frequency of arrhythmia attacks, and quality of life score of the two groups were compared. The data was analyzed using the SPSS 30.0 system to compare the differences between groups and reflect the nursing effect. The results showed that the self-management ability score of the research group was higher than that of the reference group ($P<0.05$); There was no significant difference in blood pressure indicators between the two groups before nursing ($P>0.05$), while the study group had a lower blood pressure index compared to the reference group after nursing ($P<0.05$); The number of arrhythmia attacks in the study group was lower than that in the reference group ($P<0.05$); The quality of life score of the research group was higher than that of the reference group ($P<0.05$). **Conclusion** The application of continuity of care can effectively improve the self-management ability of patients with hypertension and arrhythmia, better control blood pressure, reduce the frequency of arrhythmia attacks, improve prognosis, enhance quality of life, and has ideal application effects and clinical promotion value.

【Keywords】 Continuity of care; Hypertension; Arrhythmia; Self-management ability; Prognosis

高血压作为常见的慢性心血管疾病，全球患病人数众多^[1]。长期高血压会增加心脏负荷，致使心肌肥厚、左房和左室扩大，进而引发舒张功能减退，极大提高了

心律失常的发生风险。而心律失常又会进一步影响心脏功能，严重时可引发心脏骤停、猝死等，严重威胁患者生命健康^[2]。高血压合并心律失常患者需要长期治疗

与管理,但患者住院治疗时间有限,出院后的自我管理对控制病情、预防并发症极为关键。然而,患者出院后常因缺乏专业指导和监督,自我管理能力不足,导致血压控制不佳,心律失常频繁发作,生活质量下降^[3]。本研究探讨对高血压合并心律失常患者采取延续性护理对其自我管理能力和预后的影响,具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

取2024年1月-2025年1月我院100例高血压合并心律失常患者参与本次研究,借助电脑随机盲选的形式将患者均分至研究组及参照组,研究组:年龄50-80岁,均数(65.55 ± 2.18)岁,男28例、女22例;参照组:年龄52-80,均数(66.56 ± 2.09)岁,男29例、女21例;客观比对两组患儿基础资料,差异提示均衡($P > 0.05$),可于后续进行数据分析。

纳入标准:符合高血压和心律失常的诊断标准;意识清楚,具备基本沟通能力;自愿参与本研究并签署知情同意书。

排除标准:合并严重肝肾功能障碍、恶性肿瘤等其他严重疾病;精神疾病患者;无法配合完成研究的患者。

1.2 方法

参照组:常规护理,入院时进行健康宣教,告知患者高血压和心律失常的基础知识、注意事项等;给予药物指导,说明各类药物的服用方法、作用及可能的不良反应;密切进行病情监测,包括定时测量血压、心率、观察症状变化等。出院时给予出院指导,叮嘱患者按时服药、定期复查,如有不适及时就诊。

研究组:在常规护理基础上实施延续性护理。① 组建专业团队:由心内科医生、经验丰富的护士、专业营养师、康复治疗师共同组成延续性护理小组。小组成员均接受高血压合并心律失常护理知识和技能的专业培训,提升综合服务能力。② 全面出院评估:患者出院前1天,延续性护理小组对其进行全面评估。评估内容涵盖病情严重程度、心理状态(是否存在焦虑、抑郁等不良情绪)、日常生活方式(饮食、运动、作息等)以及当前自我管理能力和水平等。根据评估结果,为每位患者量身定制个性化的延续性护理计划。③ 多元定期随访:出院后1周内进行首次电话随访,详细了解患者出院后的病情变化、药物服用是否规律、自我管理执行情况等,针对问题给予专业指导和建议。之后,每月开展1次电话随访或微信随访,及时解答患者疑问。每3个月安排1次门诊随访,为患者进行全面身体检

查,包括血压、心电图、心脏超声等,依据检查结果调整治疗方案。④ 丰富健康教育:借助微信公众号定期推送高血压和心律失常相关科普文章、短视频;定期举办线上视频讲座,邀请专家讲解疾病知识;为患者发放精心编制的健康手册。同时,每两个月组织1次线下健康讲座,由小组成员现场授课并解答患者疑问,增强患者对疾病的认知。⑤ 精细生活干预:根据患者身体状况和生活习惯,制定个性化饮食和运动计划。饮食上,指导患者遵循低盐(每日食盐摄入量不超过5克)、低脂(减少动物脂肪摄入)、低糖饮食原则,多食用蔬菜(每日摄入量不少于500克)、水果(每日200-350克)、全谷物等富含膳食纤维食物,合理控制体重。运动方面,建议患者每周进行至少150分钟中等强度有氧运动,如快走(每分钟100-120步)、慢跑(速度控制在每小时6-8公里)、游泳等,避免剧烈运动和过度劳累。提醒患者戒烟限酒,保持规律作息,每晚保证7-8小时睡眠。⑥ 贴心心理护理:通过电话、微信、面谈等多种方式与患者沟通交流,及时察觉患者心理状态变化。对于出现焦虑、抑郁等不良情绪的患者,给予针对性心理支持和疏导,分享成功治疗案例,鼓励患者积极面对疾病,树立战胜疾病的信心。⑦ 强化自我管理:教导患者正确使用血压计和心率测量设备,每天定时测量并详细记录血压和心率数值,以便及时发现病情变化。让患者熟悉各类药物的不良反应表现,一旦出现不适症状能够及时就医。鼓励患者积极参与自我管理,每月对自我管理效果进行评估,根据评估结果调整自我管理计划^[4]。

1.3 判定标准

自我管理能力:采用高血压患者自我管理力量表评估,即:疾病知识掌握、饮食管理、运动管理、药物管理、情绪管理、血压监测。

血压控制情况:监测收缩压、舒张压。

心律失常发作次数:记录护理6个月发作次数。

生活质量:运用生活质量综合评定问卷(GQOLI-74)评估,即:躯体功能、心理功能、社会功能、生理功能。

1.4 统计学方法

调研中所有数据资料全部运用SPSS30.0系统实行专业分析,当中计数数据运用($\bar{x} \pm s, \%$)代替,两组差别比照运用t、 χ^2 检测。若两组比照结果 $P < 0.05$,则说明实验价值显现。

2 结果

2.1 统计并对比两组患者自我管理能力和

研究组对比参照组：疾病知识掌握（89.06±3.52VS72.31±2.13）、饮食管理（88.18±2.39VS73.72±2.48）、运动管理（88.58±2.93VS71.25±2.31）、药物管理（89.58±2.18VS74.31±2.24）、情绪管理（89.42±2.34VS73.18±2.46）、血压监测（90.92±2.13VS74.43±2.55），数据对比有明显差异（P<0.05）。

2.2 统计并对比两组患者血压指标

护理前 研究组对比参照组：收缩压（158.62±3.58VS158.37±3.41）mmHg、舒张压（114.61±

3.23VS114.52±3.22）mmHg，两组数据无明显差异（P>0.05）；护理后 研究组对比参照组：收缩压（85.13±3.29VS100.25±3.18）mmHg、舒张压（123.61±3.29VS144.28±3.51）mmHg，数据对比有明显差异（P<0.05）。

2.3 记录患者心律失常发作次数

研究组（3.2±1.5）次低于参照组（6.8±2.3）次，数据对比有明显差异（P<0.05）。

2.4 统计两组患者生活质量评分，见表 1

表 1 对比两组患者生活质量评分（ $\bar{x}\pm s$ ）

组别	例数	躯体功能	心理功能	生理功能	社会功能
研究组	50	83.12±2.27	85.18±0.63	85.56±2.38	86.43±2.58
参照组	50	72.43±2.01	73.29±0.18	72.62±2.29	73.82±2.41
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

高血压患者因长期血压异常，致心脏结构与功能改变，引发心律失常，表现为心跳节律、频率异常，可加重病情，增加心血管事件风险，需综合管理血压与心律^[5]。高血压合并心律失常严重威胁患者生活质量和生命健康，患者自我管理能力对疾病治疗和康复意义重大。延续性护理是将院内护理服务延伸至院外，通过定期随访、健康指导、心理支持等，为患者提供持续照护，助力其出院后自我管理，优化康复效果、改善预后^[6]。

本研究结果显示，实施延续性护理后，研究组患者自我管理能力评分，疾病知识掌握（89.06±3.52）、饮食管理（88.18±2.39）、运动管理（88.58±2.93）、药物管理（89.58±2.18）、情绪管理（89.42±2.34）、血压监测（90.92±2.13）各项均显著高于参照组，表明延续性护理能有效提升患者自我管理能力。通过组建专业护理小组，为患者提供全面、系统、个性化护理服务。出院前全面评估，让护理人员深入了解患者病情和需求，制定针对性护理计划^[7]。定期随访及时发现患者自我管理问题并给予指导。多样化健康教育提升患者疾病认知，增强自我管理意识和能力。生活方式干预帮助患者养成健康生活习惯，心理护理使患者保持良好心理状态，进一步促进自我管理能力提升^[8]。

血压控制不佳是高血压患者发生心血管事件的重要危险因素，心律失常发作会加重心脏负担，影响血压控制。本研究中，护理 6 个月后，研究组患者收缩压（85.13±3.29）mmHg、舒张压（123.61±3.29）mmHg 均显著低于参照组，心律失常发作次数研究组（3.2±1.5）次低于参照组（6.8±2.3）次。这表明延续性护理

能有效改善高血压合并心律失常患者血压控制情况，减少心律失常发作次数。通过密切监测患者血压和心率，及时调整治疗方案，确保药物治疗有效性。生活方式干预中的饮食和运动指导，有助于降低血压，减轻心脏负担，减少心律失常发生风险。心理护理缓解患者不良情绪，避免因情绪波动导致血压升高和心律失常发作^[9]。

生活质量是衡量患者健康状况和治疗效果的重要指标。本研究结果表明，护理 6 个月后，研究组患者生活质量综合评定问卷各维度评分，躯体功能（83.12±2.27）、心理功能（85.18±0.63）、生理功能（85.56±2.38）、社会功能（86.43±2.58）均显著高于参照组，说明延续性护理能显著提升高血压合并心律失常患者生活质量。从多个方面对患者进行干预，不仅控制病情，还改善心理状态和生活方式。患者自我管理能力提高，使其能更好应对疾病，积极参与治疗和康复，从而提高治疗疾病的信心^[10]。

综上所述，延续性护理的应用，可有效提升高血压合并心律失常患者自我管理能力，更好的控制血压，降低心律失常发作次数，改善预后，增强生活质量，应用效果理想，具临床推广价值。

参考文献

[1] 王增香. 延续性护理干预对慢性肾功能衰竭血液透析患者负性情绪及自我管理能力的影[J]. 中国医药指南,2020,18(14):235-236.

[2] 吴瑞芹,靳翠翠. 延续性护理结合同伴教育在老年高血压患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志,2024,30(22):25-28.

- [3] 周艳芳,刘素艳,王希娟. 延续性护理对慢性心衰合并心律失常患者心功能及自我管理能力的影 响[J]. 包头医学,2022,46(3):41-43.
- [4] 蔡建模. 基于延续性护理下的自护理论护理干预对高血压患者血压以及健康行为的价值[J]. 心血管病防治知识,2024,14(8):113-115.
- [5] 庄雪芳. 一对一健康教育联合微信平台延续性护理对高血压患者的效果 [J]. 心血管病防治知识,2024,14(6):60-62.
- [6] 赵新利,马丹凤,张雨健. 延续性护理对冠心病伴高血压患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志,2021,27(13):12-14.
- [7] 张琳. 探讨延续性护理应用于心律失常伴心源性晕厥患者中的临床价值[J].心理月刊,2020,15(9):131.
- [8] 庞瑞杰. 延续性护理对心力衰竭合并心律失常患者生活质量 和遵医行为的影响观察[J]. 首都食品与医药,2020,27(17):155.
- [9] 张艳丽,陈旭,梁多,等. 医院-家庭无缝隙延续性护理在高血压合并冠心病患者中的应用 [J]. 临床医学工程,2024,31(10):1265-1266.
- [10] 钟琳,杨敏. 基于互联网平台的延续性护理对冠心病合并高血压患者的影响[J]. 中外医学研究, 2024, 22(25): 104-108.

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