

基于整体护理理念的个性化护理在骨质疏松症老年患者护理中的效果

万 婕, 徐旻敏, 卜丽娜*

上海市杨浦区沪东老年护理院 上海

【摘要】目的 分析在老年骨质疏松症患者中开展基于整体护理理念的个性化护理的临床应用效果。**方法** 此次研究对象选取在我院接受治疗的骨质疏松症老年患者 80 例, 分组采取随机数字表法, 共划分为观察组和对照组, 每组各有 40 例。对照组接受常规护理, 观察组开展基于整体护理理念的个性化护理, 对比分析两组取得的护理效果。**结果** 护理后, 观察组患者的遵医行为与对照组相比显著提升, 患者的疼痛程度明显轻于对照组, 患者骨密度改善效果均优于对照组, 生活质量与对照组相比显著提高, ($P < 0.05$)。**结论** 对骨质疏松症老年患者护理中开展基于整体护理理念的个性化护理干预, 可进一步提高临床护理质量以及患者的遵医行为, 从而能够有效改善患者的骨质疏松症状, 减轻患者的病痛折磨, 提高患者生活质量。

【关键词】 骨质疏松症; 老年患者; 整体护理理念; 个性化护理; 效果分析

【收稿日期】 2026 年 3 月 12 日

【出刊日期】 2026 年 4 月 5 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260226

The effect of personalized nursing based on the overall nursing concept in the care of elderly patients with osteoporosis

Jie Wan, Minmin Xu, Lina Bu*

Shanghai Yangpu District Huodong Elderly Nursing Home, Shanghai

【Abstract】 Objective To analyze the clinical application effect of personalized nursing based on the overall nursing concept in the care of elderly patients with osteoporosis. **Methods** This study selected 80 elderly patients with osteoporosis who received treatment in our hospital as the research objects. Grouping was conducted using the random number table method, and they were divided into the observation group and the control group, with 40 cases in each group. The control group received routine care, and the observation group received personalized nursing based on the overall nursing concept. The nursing effects of the two groups were compared and analyzed. **Results** After nursing, the compliance behavior of patients in the observation group was significantly improved compared with that of the control group, the pain degree of patients was significantly less than that of the control group, the improvement effect of bone density in the observation group was better than that of the control group, and the quality of life of patients was significantly improved compared with that of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Conducting personalized nursing based on the overall nursing concept in the care of elderly patients with osteoporosis can further improve the clinical nursing quality and patients' compliance behavior, thereby effectively improving the symptoms of osteoporosis in patients, reducing their pain and suffering, and improving their quality of life.

【Keywords】 Osteoporosis; Elderly patients; Overall nursing concept; Personalized nursing; Effect analysis

老年骨质疏松症, 作为中老年群体中较为普遍的代谢性骨病, 其特点是骨量减少和骨组织微观结构破坏, 使得骨骼变得脆弱, 易于发生骨折。这种疾病不仅降低了患者的生活质量, 增加了骨折的风险, 还可能引发生慢性疼痛、活动受限等并发症^[1]。在我国, 针对老年

骨质疏松症的临床护理管理仍处于初级阶段, 护理实践中多集中于治疗和康复, 往往忽视了患者的全面性和个性化护理需求。具体来说, 护理人员的专业知识和技能水平有待进一步提高, 对骨质疏松症的诊断、治疗和护理缺乏深入的理解; 此外, 护理模式较为单一, 缺

*通讯作者: 卜丽娜

乏针对个体差异的个性化护理方案;同时,护理资源的分配不够合理,设施和设备相对落后,难以满足患者的多样化需求。因此,对老年骨质疏松症的认识、预防和治疗显得尤为关键^[2]。为进一步提高临床护理管理质量,我院对其患者开展了基于整体护理理念的个性化护理,并将其干预效果在文中进行了详细叙述。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2025 年 1 月至 2025 年 12 月期间在我院接受治疗的骨质疏松症老年患者 80 例作为本文分析对象,通过随机数字表法将 80 例患者分成 40 例观察组与 40 例对照组,对照组患者中分为男性 22 例、女性 18 例,年龄范围在 60~88 岁之间,平均年龄为(74.00±2.30)岁;观察组患者包括男性 23 例和女性 17 例,年龄在 50~79 岁之间,年龄均值为(64.50±2.40)岁。两组临床资料对比无显著差异(P>0.05)存在可比性。

1.2 方法

给予对照组常规护理,内容包括对患者进行细致的病情评估,以明确其骨质疏松的严重程度及并发症的具体情况;根据患者状况,提供针对性的运动指导,以增强骨骼的稳定性;优化患者的饮食方案,确保钙和维生素 D 等关键营养素的充足摄入;最后,持续监控患者的病情进展,并根据需要适时调整治疗策略。

给予观察组基于整体护理理念的个性化护理,(1)全面评估与个性化方案制定:首先,对老年骨质疏松症患者进行全面评估,包括病史、骨密度检测、生理功能和生活质量等。根据评估结果,制定个性化的护理方案,确保干预措施与患者的具体状况相匹配。(2)营养支持与饮食指导:实施营养支持计划,确保患者摄入充足的钙、维生素 D 和其他必需营养素。提供详细的饮食指导,鼓励患者食用富含钙和维生素 D 的食物,如奶制品、鱼类和深绿色蔬菜。(3)运动疗法与功能锻炼:根据患者的身体状况,制定适宜的运动计划,包括有氧运动、力量训练和平衡练习,以增强骨骼强度和肌肉力量,减少跌倒风险。(4)疼痛管理:针对骨质

疏松症引起的疼痛,采用非药物和药物治疗相结合的方式进行管理。非药物治疗包括物理治疗和冷热敷,药物治疗则需在医生的指导下进行。(5)心理护理与支持:提供心理支持和健康教育,帮助患者应对骨质疏松症带来的心理压力,提高其对疾病管理的积极性和自我效能感。(6)跌倒预防与安全环境改善:评估患者居住环境的安全性,采取措施消除跌倒风险,如安装扶手、铺设防滑地面等。同时,教导患者跌倒时的自我保护措施。(7)定期监测与随访:建立患者档案,定期监测骨密度、生理功能和生活质量指标。根据监测结果调整护理方案,确保干预措施的有效性。(8)健康教育与患者教育:开展骨质疏松症相关知识的教育,提高患者的疾病认知和自我管理能力,使其能够积极参与治疗和康复过程。(9)多学科合作与综合治疗:与医生、营养师、物理治疗师等多学科专业人员合作,为患者提供综合治疗和护理,确保护理干预的全面性和专业性。(10)持续教育与技能提升:为护理人员提供骨质疏松症相关知识的持续教育,提升其护理技能和临床决策能力,以更好地服务于患者。

1.3 观察指标

①遵医行为:采取自制调查问卷表开展评价,分值为 0-10 分,分值越高指标越好。②疼痛程度:使用视觉模拟评分法(VAS)评价,满分为 10 分,分值越高疼痛越重。③记录对比两组患者护理治疗前后的骨密度值改善情况。④生活质量:通过简明健康状况调查(SF-36)量表评价,总分为 100 分,得分越低表示生活质量越差。

1.4 统计学处理

通过 SPSS25.0 软件处理两组数据,计量指标采取($\bar{x} \pm s$)描述,实施 t 检验,两组数据对比显示为 P<0.05 有统计学意义。

2 结果

护理前,组间指标对比无显著差异(P>0.05);护理后与对照组结果相比,观察组遵医行为得到显著提升,疼痛程度明显减轻,骨密度值改善效果占据优势,生活质量也明显提高(P<0.05),见下表 1。

表 1 两组指标结果对比($\bar{x} \pm s$)

分组	n	遵医行为(分)		疼痛程度(分)		骨密度值 pA (g/cm ²)		生活质量/分	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	护理前	护理后
观察组	40	6.3±0.8	9.2±0.7	6.2±0.6	3.5±0.5	0.5±0.3	0.9±0.6	57.5±5.2	92.3±7.9
对照组	40	6.2±0.7	8.7±0.5	6.1±0.5	4.8±0.9	0.4±0.2	0.6±0.4	57.6±5.3	86.6±6.5
t 值		0.5949	3.6760	0.8097	7.9858	1.7541	2.6311	0.0851	3.5238
P 值		0.5536	0.0004	0.4205	0.0001	0.0833	0.0103	0.9323	0.0007

3 讨论

老年骨质疏松症的发生与遗传背景、生活习惯、内分泌状况及药物应用等多种因素密切相关。遗传因素为骨质疏松症的发生奠定了基础,而吸烟、饮酒、缺乏体育锻炼等不良生活习惯则是诱发该病的重要因素^[3]。内分泌疾病,如甲状腺功能亢进症和糖尿病,以及激素类药物和抗癫痫药物的使用,也可能影响骨骼的正常代谢,从而引发骨质疏松。这种疾病对健康的危害不容小觑,它显著提高了髌部、脊柱和腕部等部位骨折的风险,而骨折本身也会导致慢性疼痛和活动受限,严重干扰患者的日常生活。此外,骨质疏松症还与心血管疾病、呼吸系统疾病等并发症的风险增加有关^[4]。

尽管常规护理在一定程度上能够缓解老年骨质疏松症的症状,但仍然存在不足。护理模式往往未能针对个体差异进行个性化调整,导致护理方案无法充分满足患者的特定需求。同时,护理人员的专业知识和技能水平亟待提升,以便更好地应对骨质疏松症的诊断、治疗和护理难题^[5]。此外,护理资源配置的不合理以及设施和设备的相对落后,也限制了护理质量和效率的提高,无法满足患者日益增长的多样化需求。因此,针对老年骨质疏松症的护理策略亟需优化和改进^[6]。为此,我院对骨质疏松症老年患者治疗期间开展了基于整体护理理念的个性化护理,且最终取得了更加理想的干预效果。在老年骨质疏松症患者的照护过程中,整体护理理念指导下,个性化的护理模式尤为关键,其核心在于将患者置于护理的中心。该模式全面考虑患者的生理、心理及社会层面的需求,旨在通过提供全面、连贯且个性化的照护服务,提高患者的生活质量,降低并发症的发生风险,并加快康复速度。个性化护理的关键在于,根据患者的具体病情和需求,定制专属的照护方案^[7]。此外,加强照护人员与患者之间的沟通,深入理解患者的心理状况,并提供相应的心理支持。同时,个性化护理还强调医疗资源的整合,确保患者获得全面照护。这种护理模式不仅提升了照护人员的专业能力和服务质量,还优化了医疗资源配置,提高了资源利用效率,对于老年骨质疏松症患者的照护实践具有重要的意义和价值^[8]。

综上所述,通过在老年骨质疏松症患者的护理中实施基于整体护理理念的个性化护理干预,能够显著提升临床护理的整体水平,并增强患者对医嘱的依从性。这种方法有助于显著缓解患者的骨质疏松症状,减轻其痛苦,并显著提升患者的生活品质。

参考文献

- [1] 洪艳芳,吴新宇,陈思吟.基于整体护理理念的个性化护理在骨质疏松症老年患者护理中的效果[J].中西医结合护理(中英文),2025,11(1):89-92.
- [2] 冯芳,张娟.基于老年综合评估(CGA)的个体化护理对改善老年骨质疏松症患者生活质量的作用[J].新疆医学,2025,55(4):505-508,513.
- [3] 黄小芬,郑欢欢,李建辉,等."互联网+"三级联动管理在骨质疏松症老年患者延续护理中的应用[J].护理与康复,2024,23(11):63-66,71.
- [4] 苏晴,齐琪,乔颖,等.老年性骨质疏松症患者精细化延续性护理体系的构建与应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2024,10(12):97-99.
- [5] 周晓英,裘玉荣.Guided Care 护理模式对老年骨质疏松症患者自我管理能力和生活质量的影响[J].中外医疗,2024,43(16):169-173.
- [6] 孙玉娟,常晶晶,康晓荣.协同护理配合健康指导对老年绝经期女性骨质疏松症患者应对方式、自我效能的影响[J].齐鲁护理杂志,2021,27(3):103-105.
- [7] 张红玲.老年骨质疏松症患者骨折的高风险因素及针对性护理效果评价[J].山东医学高等专科学校学报,2023,45(1):65-67.
- [8] 尹宁.康复护理干预在老年女性骨质疏松症患者髌骨骨折术后的应用价值[J].中外女性健康研究,2023,17(18):113-115.

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