

个性化护理应用于老年高血压患者血压及并发症的效果分析

张 孟, 郑宇鑫*, 董可欣, 冯小照, 郭旭坤, 杨 周

吉林大学第二医院 吉林长春

【摘要】目的 探讨个性化护理对老年高血压患者血压控制、并发症防护价值。**方法** 本次研究时间段为 2023 年 1 月-2026 年 1 月, 研究对象为 60 岁以上老年高血压患者, 按照随机数表法, 将符合研究的 80 例患者分为对照组和观察组。对对照组患者开展常规护理、对观察组患者开展个性化护理, 对比患者护理后的血压指标、生活质量、并发症结果。**结果** 经过护理后, 观察组患者的收缩压、舒张压指标均显著降低, 对比对照组 ($P<0.05$), 有统计学意义。观察组患者的健康调查简表 (SF-36) 指标中精神状态、生理职能、社会功能分数结果均优于对照组, 观察组的并发症发生率显著低于对照组, 各项指标结果对比有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 个性化护理措施可以为老年高血压患者提供舒适护理环境, 可精准匹配患者病症和生理需求, 有利于稳定血压, 提升生活质量, 预防并发症发生, 可推广。

【关键词】 个性化护理; 老年高血压患者; 并发症; 护理效果

【收稿日期】 2026 年 8 月 3 日

【出刊日期】 2026 年 9 月 4 日

【DOI】 10.12208/j.jmmn.20260479

Analysis of the effect of personalized nursing on blood pressure and complications in elderly patients with hypertension

Meng Zhang, Yuxin Zheng*, Kexin Dong, Xiaozhuo Feng, Xukun Guo, Zhou Yang

The Second Hospital of Jilin University, Changchun, Jilin

【Abstract】Objective To analyze the effect of personalized nursing on blood pressure and complications in elderly patients with hypertension. **Methods** In this study, 80 elderly hypertensive patients with income from January 2023 to January 2026 in our hospital were randomly number received routine care, while the observation group received personalized care. The blood pressure indicators, life, and complications. **Results** After nursing care, the systolic and diastolic blood pressure indicators of the observation group patients were significantly reduced ($P<0.05$). The MOS 36-Item Short-Form Health Survey (SF-36) scores of mental state, physiological function. The incidence of complications, and the comparison of various indicators was statistically significant, ($P<0.05$). **Conclusion** Personalized nursing measures can create a comfortable nursing environment for elderly hypertensive patients, accurately match their symptoms and physiological needs, help stabilize blood pressure, improve quality of life, prevent complications, and can be promoted.

【Keywords】 Personalized care; Elderly hypertensive patients; Complication; Nursing effect

老年高血压患者表现为血管弹性减退、昼夜节律紊乱、靶器官易持续受损等特点, 患者需要接受长期规范化用药稳定血压, 预防并发症^[1]。老年患者因文化水平、疾病认知、基础疾病、生活习惯有差异, 加之患病时间长, 对治疗存在负面、怀疑、抵触情绪, 不利于用药, 生活管理工作开展^[2]。对患者开展个性化护理, 可体现以人为本、精准个体化护理需求, 能够针对每个患者病症特点、临床用药、身心需求开展个体化护理策略。

现针对个性化护理对老年高血压患者临床护理价值进行分析, 报道如下:

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

本次研究时间段为 2023 年 1 月-2026 年 1 月, 研究对象为 60 岁以上老年高血压患者, 按照随机数表法, 将符合研究的 80 例患者分为对照组和观察组。对照组 40 例, 男性 21 例, 女性 19 例, 年龄为 66 岁-77 岁,

*通讯作者: 郑宇鑫 (1998-) 女, 汉族, 河南省焦作市温县人, 本科, 护师。

平均年龄为 (68.30 ± 7.09) 岁; 病程 6-12 年, 平均 (8.36 ± 2.96) 年。观察组 40 例, 男性 23 例, 女性 17 例, 年龄为 65 岁-73 岁, 平均年龄为 (67.76 ± 6.85) 岁; 病程 7-12 年, 平均 (8.41 ± 2.88) 年。两组基本资料无差异, $P > 0.05$, 具有可比性。

1.2 方法

对照组患者接受常规高血压护理, 医护人员对患者开展疾病、用药相关健康宣教, 发放宣传手册; 每日监测患者血压波动情况, 提醒患者规范用药, 适当休息、保持饮食清淡等事宜, 所有患者均接受同质化护理。

观察组患者接受个性化护理: (1) 制定个体化护理档案, 入院后医护人员对患者一对一交流, 了解其家庭照护情况和目前治疗需求; 结合患者的血压波动情况、用药需求、生活需求、身心表现等制定个体化护理策略。(2) 个性化用药护理, 了解患者病史、用药种类、合并慢性疾病和记忆力情况。为患者或家属发放服药提醒卡, 其中包括每日用药药物名称, 剂量, 要求患者用药后记录。要求家属协助护理, 期间拒绝停药、错用药以及漏用药。若患者用药后存在胃肠道紊乱、头晕、低血压等问题, 需要及时上报医生, 调整用药。(3) 个性化饮食锻炼护理, 结合患者体重、血糖和饮食习惯为患者制定饮食计划, 要求患者每日食盐摄入量低于 5g, 若有高血脂、肥胖症状, 可加入膳食纤维、优质蛋白质摄入, 严禁摄入高油高脂食物。若有消瘦、虚弱症状, 建议在低盐低脂基础上适当增加营养补给。结合患者的运动习惯和耐受力, 为患者制定个性化锻炼计划, 对有锻炼习惯且耐受力较好的患者, 建议每日运动 30min 有氧锻炼, 3-4 次/周。若患者年龄较大, 自理能力受限, 可接受被动肢体牵拉、慢走等锻炼, 若有喘气、头晕、心慌等不适, 需要立即停下休息。(4) 个性化随访干预, 住院期间医护人员动态监测患者情况, 间隔 4h 监测一次并记录; 患者出院后居家康复期间, 每周电话随访 2 次, 每月上门随访 1 次, 微信动态回复答疑。随访内容包括用药提醒, 饮食锻炼落实核对, 生活作息建议以及血压监测提醒和监测质量分析。患者居家康复期间若有不适需要及时和医护人员联系或直接来院复查。

1.3 观察指标

①血压指标: 收缩压、舒张压, 正常参考值: 收缩压 90-139mmHg, 舒张压 60-89mmHg。

②生活质量评分: 采用 SF-36 生活质量量表评估, 包含精神状态、生理职能、社会功能, 每项满分 100 分, 分数值越高, 结果越好。

③并发症发生率: 统计两组患者干预期间头晕、头痛、眼底病变、水肿并发症发生率。

1.4 统计学分析

使用 SPSS22.0 统计学软件, 计数资料为 $[n(\%)]$, 予以 χ^2 检验; 计量资料为 $(\bar{x} \pm s)$, 予以 t 检验。 $P < 0.05$, 提示有统计学意义。

2 结果

2.1 两组老年高血压患者血压指标对比

对照组收缩压(SBP): 146.45 ± 10.36 (mmHg)、观察组 SBP: 140.36 ± 9.85 (mmHg)、观察组 SBP 指标显著低于对照组, 统计学对比($t=2.6944$ 、 $P=0.0086$), $P < 0.05$, 有统计学意义。

对照组舒张压(DBP): 96.65 ± 12.49 (mmHg)、观察组 DBP: 90.36 ± 11.09 (mmHg)、观察组 DBP 指标显著低于对照组, 统计学对比($t=2.3817$ 、 $P=0.0197$), $P < 0.05$, 有统计学意义。

对照组平均动脉压(MAP): 108.73 ± 11.48 (mmHg)、观察组 MAP: 103.32 ± 9.63 (mmHg)、观察组 MAP 指标显著低于对照组, 统计学对比($t=2.2835$ 、 $P=0.0251$), $P < 0.05$, 有统计学意义。

2.2 两组老年高血压患者 SF-36 指标对比

对照组精神状态 73.23 ± 8.93 (分)、观察组精神状态 80.61 ± 9.21 (分)、观察组精神状态指标显著高于对照组, 统计学对比($t=3.6384$ 、 $P=0.0005$), $P < 0.05$, 有统计学意义。

对照组生理职能 73.89 ± 8.01 (分)、观察组生理职能 81.93 ± 9.53 (分)、观察组生理职能指标显著高于对照组, 统计学对比($t=4.0846$ 、 $P=0.0001$), $P < 0.05$, 有统计学意义。

对照组社会功能 74.60 ± 8.11 (分)、观察组社会功能 79.32 ± 9.48 (分)、观察组社会功能指标显著高于对照组, 统计学对比($t=2.3928$ 、 $P=0.0191$), $P < 0.05$, 有统计学意义。

2.3 两组老年高血压患者术后并发症对比

对照组: 头痛 2 例(5.00%)、头晕 1 例(2.50%)、水肿 2 例(5.00%)、眼底病变 1 例(2.50%), 合计并发症 6 例(15.00%); 观察组: 水肿 1 例(2.50%), 合计并发症 1 例(2.50%)、观察组并发症发生率指标显著低于对照组, 统计学对比($\chi^2=3.9139$ 、 $P=0.0479$), $P < 0.05$, 有统计学意义。

3 讨论

如今我国老龄化问题持续加剧, 社会老年高血压慢性病的患病群体也在持续扩大, 为我国医疗卫生事业建

设带来挑战。高血压疾病具有病症周期长、疾病迁延难愈且需要终身服药管控等特点,加之年龄较大患者存在机体衰退、血管弹性减弱等问题,患病后极易出现血压波动表现,可增加突发心脑血管不良事件风险^[3]。

传统慢性病护理具有同质化护理缺陷,医护人员仅对患者开展用药支持,观察血压指标,忽略个体差异,导致护理结果不同^[4]。个性化护理措施基于以人为本,创新护理,综合护理特点,可以从心理、饮食作息、生活习惯、用药指导等多维度需求开展护理支持,可帮助患者改善体征,有利于血压水平控制^[5]。个性化护理模式开展期间,医护人员先收集患者的个体资料,结合其年龄较大,病史周期较长,记忆力较差等特点开展个性化用药护理,如为患者设置用药提醒卡,指导家属监督患者用药,开展不良反应提醒,能够实现规范化用药管理,规避错用药、滥用药等风险^[6]。同时结合患者的年龄、耐受力 and 锻炼习惯开展饮食、锻炼计划,可针对其体质和生活作息提出饮食建议,可满足纠正高盐、高脂、缺乏运动等危险因素,促进血脂代谢,有效控制血压^[7]。护理期间医护人员对患者开展随访支持,期间提供饮食、锻炼、生活、用药等随访建议指导,联合微信及时答疑,可建立友好护患关系,增加双方互动,提升患者用药依从性和自我管理能力的,有利于改善其生活质量,长期控制血压水平^[8]。本文将参与研究的老年高血压患者开展护理研究,观察组患者接受个性化护理后血压水平显著改善,并发症较少,患者生活质量结局理想,结果均优于接受常规对照组的患者。

综上所述,个性化护理措施能够遵从患者的身心需求,建立个体化、针对性的护理方案。可提升患者的自我防护意识和依从性,减少错用药、滥用药等风险。加之生活饮食、锻炼支持,有利于提高其生活质量,护理结果更为理想。表明个性化护理满足老年高血压患者血压控制、生活管理需求,建议推广。

参考文献

- [1] 彭悦, 滕黎妮, 周德俊. 老年高血压患者发生心血管并发症危险因素及护理对策 [J]. 国际护理学杂志, 2026, 45 (5): 949-954.
- [2] 何婷婷. 个性化护理联合心理干预应用于老年高血压患者护理中的应用效果分析 [J]. 当代医药论丛, 2026, 24 (2): 190-192.
- [3] 张芬, 司晓娜, 高波. 基于个性化角度侧卧的循证护理联合压疮风险预警措施在长期卧床老年高血压患者中的应用 [J]. 齐鲁护理杂志, 2024, 30 (23): 121-123.
- [4] 申丽莉, 马伟. 风险控制管理联合个性化护理在老年高血压脑出血患者中的应用效果分析 [J]. 中国社区医师, 2024, 40 (18): 119-121.
- [5] 高晓梅. 个性化家庭访视在社区老年高血压患者护理中的应用效果研究 [J]. 黑龙江中医药, 2024, 53 (3): 320-322.
- [6] 刘思铄, 李小宁. 基于信息化的个性化干预对老年高血压患者服药依从性和自我管理水平的的影响——评《阜外高血压手册第2版》 [J]. 世界中医药, 2024, 19 (7): 1063.
- [7] 叶文娣. 饮食营养护理在高血压患者中的应用效果及对血压控制的影响研究 [J]. 中国医药指南, 2025, 23 (7): 179-181.
- [8] 朱金玉, 刘婷. 个性化认知干预护理对老年高血压患者的作用分析 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2024, 12 (10): 12-15.

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