

探究纽曼保健系统模式在老年高血压病护理中的应用

尤黎黎, 马航, 王香团, 郝艳茹

宁夏医科大学总医院老年与特需医学科综合病区 宁夏银川

【摘要】目的 浅析老年高血压患者采用纽曼保健系统模式进行指导, 为患者健康生活提供建议。**方法** 选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月收治的老年高血压患者 120 例, 对照组采用基础护理; 观察组采用纽曼保健系统模式, 对比护理效果。**结果** 观察组患者的血压指标优于对照组, 对比差异显著 ($P < 0.05$); 此外, 观察组患者生活质量高于对照组, 对比差异显著 ($P < 0.05$)。**结论** 针对老年高血压患者实施纽曼保健系统模式不仅能够控制血压水平, 使其相对稳定, 还能够帮助患者积极应对生活, 改善生活质量。

【关键词】 纽曼保健系统模式; 老年高血压病; 护理效果; 血压水平; 生活质量

【收稿日期】 2026 年 1 月 2 日

【出刊日期】 2026 年 2 月 5 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20260067

Explore the application of Newman health care system model in the care of elderly hypertension

Lili You, Hang Ma, Xiangtuan Wang, Yanru Hao

Department of Geriatrics and Special Needs Medicine, General Hospital of Ningxia Medical University, Yinchuan, Ningxia

【Abstract】Objective To analyze the elderly patients with hypertension by using the Newman health care system model to provide suggestions for the healthy life of patients. **Methods** A total of 120 elderly hypertensive patients admitted from January to December 2024 were randomly assigned to a control group (receiving routine care) and an observation group (receiving the Newman Health System Model intervention). The nursing effects were compared between the two groups. **Results** The blood pressure index of the observation group was better than that of the control group ($P < 0.05$); moreover, the quality of life of the observation group was higher than that of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The implementation of the Newman health care system model for elderly patients with hypertension can not only control the blood pressure level and make it relatively stable, but also help patients to actively cope with life and improve the quality of life.

【Keywords】 Newman health care system model; Elderly hypertension; Nursing effect; Blood pressure level; Quality of life

高血压属于常见的慢性病, 指的是由于血管病压力高于正常压力范围而导致的生理异常, 在静息状态下患者的动脉收缩压超过 140mmHg, 舒张压超过 90mmHg^[1]。同时, 在近些年, 人们的生活习惯改变, 生活压力增加, 使高血压患者人数增多。无论是中青年群体还是老年群体, 都应当关注疾病带来的负面影响, 积极调整生活, 坚持医嘱用药。然而, 鉴于高血压病程长、病因的复杂性, 其管理和控制不仅仅依赖于药物治疗和生理指标的监测, 同样需要关注患者的心理状态以及社会环境, 常规护理在原发性高血压患者管理中存在不足, 效果欠佳^[2]。因此, 我们提出采用纽曼保健模式对患者进行指导, 该模式采用了三级预防理论、压

力与适应理论和系统理论, 故而是一个综合性理论方案。鉴于此, 选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月收治的老年高血压患者 120 例, 重点讨论纽曼保健系统模式的效果, 现将内容报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月收治的老年高血压患者 120 例, 依照数字随机分组法, 观察组男 32 例, 女 28 例; 年龄在 61-80 岁, 平均年龄 (65.34 ± 10.56) 岁; 病程在 3-20 年, 平均 (10.23 ± 4.56) 年。对照组男 31 例, 女 29 例; 年龄在 60-79 岁, 平均年龄 (64.89 ± 11.23) 岁; 病程在 2-18 年, 平均 (10.78 ± 4.32) 年。两组病患

基线数据均衡匹配, 具有高度可比较性。

纳入标准: (1) 所有患者符合高血压诊断, 检查各项资料全, 同意参与。(2) 患者有正常的认知和意识, 与医护人员沟通病情。(3) 患者年龄均在 60 岁以上。

排除标准: (1) 患者伴有传染病或者癌症等不治之症; (2) 患者伴有精神类疾病, 严重的心理疾病, 认知行为无法一致; (3) 患者中途由于自身原因退出。

1.2 干预方法

对照组采用基础护理, 与患者讲解疾病的表现以及常用的治疗方案, 告知患者健康生活的理念和措施, 促使其在观念上重视慢性病的发展。具体则包括一系列生活方式的调整措施, 比如合理饮食安排、适量运动、戒烟限酒等, 这些措施可以帮助患者降低血压水平。

观察组采用纽曼保健系统模式, 首先要进行患者情况分析, 了解患者的血压情况是否有不良的生活作息, 如吸烟、酗酒、饮食口味较重。随后对患者进行心理评估, 了解患者的心理状态, 通过沟通以及健康宣教等了解患者对疾病的认识和态度。除此之外, 很多老年患者在居家期间有孤独感和压抑感, 在社区护理人员的陪伴下能够得到情感上的安抚。当患者有其他身体不适时, 也能够通过交流反馈病情症状和感受, 能够预防其他不良事件对患者健康的影响。建议围绕患者欠缺的疾病知识进行重点讲解, 强化患者的自我防御能力, 可结合患者病情制定科学的运动方案, 选择慢跑或快走等形式, 将心率控制在每分钟 130~150 次, 若有气短情况可以停止运动。在预防管理中, 应当叮嘱患者医嘱用药的重要性, 预防心脑血管不良事件的发生, 避免血压过度波动。在一级预防中需要评估患者对疾病知识的掌握情况, 通过本图视频方式讲解疾病相关知识, 在二级防护中要关注患者的情绪变化, 防止情绪异常激动。在心理干预过程

中, 对于长期处于烦躁焦虑状态下的患者应当帮助其释放压力。在三级防护中, 不仅要为患者制定健康教育计划, 还应当记录患者的血压波动变化情况, 通过电话随访等方式进行了解患者居家期间的表现, 告知患者定时测量血压, 掌握血压规律变化的必要性, 并且对血压较高的患者应当加强预防指导。最后则是家属工作需要由家属对患者日常生活进行监督, 给予患者更多的关怀, 使患者以积极乐观的心态接纳治疗。

1.3 评价标准

对比患者血压水平。确保动态血压监测系统电量充足, 处于正常工作状态, 连接记录设备, 患者在稳定患者情绪下进行血压检测, 避免外界因素对血压测量造成影响, 进行 3 次收缩压和舒张压检测并取平均值以提高准确性。

对比患者生活质量, 采用 SF-36 生活质量调查表评估, 具体包括生理健康、心理健康、社会功能等 8 个维度, 每个维度得分为 0~100 分, 得分越高表示生活质量越好。

1.4 统计方法

将调查中的相关数据输入到 SPSS 26.0 统计学软件包予以处理, 计数资料应用 n (%) 描述, 计量资料应用 ($\bar{x} \pm s$) 描述, 组间经 t 和 χ^2 检验, $P < 0.05$ 表示有统计学意义。

2 结果

2.1 对比患者的血压水平

观察组患者的血压指标高于对照组, 对比差异显著 ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 对比患者的生活质量

观察组患者生活质量高于对照组, 对比差异显著 ($P < 0.05$), 见表 2。

表 1 两组患者血压水平对比分析 ($\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	SBP		DBP	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (n=60)	145.31±8.33	125.62±5.13	98.24±5.13	84.25±3.62
观察组 (n=60)	145.32±8.34	116.84±4.24	97.23±5.12	79.24±3.13
t	0.0053	8.3435	0.8813	6.6212
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 两组患者生活质量评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	生理功能	生理职能	躯体疼痛	总体健康	活力	社会功能	情感职能	精神健康
观察组	60	88.23±6.78	85.45±7.23	86.34±5.45	82.34±6.56	80.23±7.12	84.56±6.89	87.65±5.43	85.32±6.78
对照组	60	79.34±8.12	76.54±8.34	78.23±6.78	75.43±7.65	72.34±8.23	76.34±7.56	78.23±6.54	77.34±7.89
t 值	-	4.345	4.567	5.98	8.162	5.374	4.373	4.986	5.085
P 值	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

高血压患者的并发症多,因此必须有效控制血压,预防心力衰竭,脑血管意外等事件,同时还应当在医护人员的建议下纠正错误的生活饮食习惯,定期测量血压,关注身体不适,防止疾病恶化。

在护理措施中,采用纽曼保健系统模式能够在动态护理指导下为患者提供医疗服务,纽曼保健模式中的预防护理能够明确护理内容,针对患者的血压控制效果提供不同层级的预防指导,使其达到相对健康的状态^[3]。有报道指出,纽曼保健模式能够帮助患者在压力下进行调整,同时基于心理学相关理论就压力产生的原因进行分析,通过访谈了解患者的身心状态和实际需求,使护理方案的制定,更个性化,富有实用性^[4]。在与患者的沟通中,应当帮助患者了解高血压产生的原因疾病进展以及治疗方案的优势,不仅要增强患者的治疗信心,还要帮助其切实地改变生活状态,控制血压,提升患者的治疗依从性。与此同时,结合患者个体情况,了解疾病的波动性变化,针对常见并发症加强预防管理,将风险扼杀^[5]。

结合本次调研,观察组患者的血压指标优于对照组,对比差异显著($P < 0.05$);究其原因,在纽曼保健护理管理中,通过通俗的讲解让患者了解到高血压的相关知识,提升了对疾病的正确认识^[6]。在日常生活、饮食中具有自我管理意识,从而有助于稳定血压。此外,观察组患者生活质量高于对照组,对比差异显著($P < 0.05$)。另有,在护理模式下增强了护理人员的工作责任,促使其以积极主动的方式与患者沟通并维系良好的护患关系,特别是在与老年患者沟通时,其存在孤独、失落感,应当给予正向心理疏导。有学者提出,纽曼保健模式能够通过压力分析来为患者提供护理支持,并将护理分为一级、二级和三级预防^[7]。当患者的压力源超过正常防线时,则需要为患者提供更强大的支持,防止其由于情绪激动而引发血压升高或由于私自停用药物而导致血压波动。在三级预防中要通过养成长期的、科学的生活习惯来避免相关并发症。在护理中要关注提升患者的薄弱区域能力,如生理机能差、心态水平差,通过护理人员的指导进行调节后,可以增强患者的健

康水平,防止血压波动,降低疾病复发率^[8]。故而,纽曼保健系统模式具有自身优势,有助于稳定患者的血压水平,在日常生活中更加关注自己的需求和身体状态的变化。

综上所述,针对老年高血压患者实施纽曼保健系统模式不仅能够控制血压水平,使其相对稳定,还能够帮助患者积极应对生活,改善生活质量。

参考文献

- [1] 陈光美,杨榕芳,吕雅芳,等. 基于纽曼保健的多级护理模式在高血压合并膝关节炎患者自我管理行为及生命质量的影响 [J]. 心血管病防治知识, 2023, 13 (05): 55-57.
- [2] 张亚靓,岳丽春,袁晶. 纽曼保健模式在老年高血压病患者中的应用效果 [J]. 护理实践与研究, 2022, 19 (07): 1006-1009.
- [3] 金秀梅. 纽曼保健系统模式在高血压患者中的实践意义 [J]. 智慧健康, 2022, 8 (09): 166-168.
- [4] 杨密. 纽曼保健系统对妊娠期高血压患者自我管理能力和妊娠结局的影响 [J]. 心血管病防治知识, 2021, 11 (27): 74-76.
- [5] 徐汉丽. 纽曼保健系统模式应用于高血压护理中的作用研究 [J]. 心血管病防治知识, 2021, 11 (15): 80-82.
- [6] 耿小雪,牛婷婷. 纽曼保健系统对妊娠期高血压患者自我管理能力和妊娠结局的影响 [J]. 临床医学研究与实践, 2021, 6 (15): 178-180.
- [7] 王德荣,马国华,刘恒,等. 基于纽曼保健系统模式的护理干预对农村老年高血压前期患者的应用效果评价 [J]. 系统医学, 2020, 5 (02): 174-177.
- [8] 马璐璐,王爽,赵枝玉. 纽曼保健系统模式联合音乐疗法对高血压患者血压及生活质量的影响 [J]. 慢性病学杂志, 2019, 20 (10): 1540-1541.

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