

针对性护理对老年高血压患者自我管理水平的改善探讨

高星宇

北京市大兴区林校路街道社区卫生服务中心 北京

【摘要】目的 分析在老年高血压患者的临床护理方案中应用针对性护理的医学价值。方法 将 2023 年 1 月-2023 年 12 月内于本院就诊的 104 例老年高血压以区组随机法分 52 例对照组常规护理，52 例观察组实施针对性护理。在不同护理模式差异下，以护理前后的自我管理行为、自护评分、血压水平实施对比。结果 护理前，两组患者护理指标对比无统计学意义 ($P > 0.05$)。而护理后，观察组自我管理行为、自护评分、血压水平平均优于对照组，指标对比有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论 老年高血压患者的临床护理方案中应用针对性护理可提高患者自我管理能力和自护意识，促使血压管理科学。

【关键词】老年高血压；针对性护理；动脉血管粥样硬化；自护意识；自我行为管理

【收稿日期】2025 年 3 月 22 日

【出刊日期】2025 年 4 月 27 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250226

Exploration on the improvement of self-management level in elderly patients with hypertension through targeted nursing care

Xingyu Gao

Community Health Service Center, Linxiao Road Street, Daxing District, Beijing

【Abstract】Objective To analyze the medical value of targeted nursing in the clinical nursing plan for elderly patients with hypertension. Methods 104 elderly patients with hypertension who visited our hospital from January 2023 to December 2023 were randomly divided into a control group (52 cases) receiving routine nursing care and an observation group (52 cases) receiving targeted nursing care. Compare self-management behavior, self-care scores, and blood pressure levels before and after nursing under different nursing modes. Results Before nursing, there was no statistically significant difference in nursing indicators between the two groups of patients ($P > 0.05$). After nursing, the observation group showed better management behavior, self-care score, and blood pressure level than the control group, and the comparison of indicators was statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion The application of targeted nursing in the clinical nursing plan for elderly hypertensive patients can improve their self-management ability and self-care awareness, and promote scientific blood pressure management.

【Keywords】Elderly hypertension; Targeted nursing; Arterial atherosclerosis; Self-protection awareness; Self behavior management

经临床研究证实，高血压是脑卒中、脑出血以及冠心病等的高危独立因素，可增加患者致残、致死的风险，影响其生命周期和生命质量^[1-2]。现目前，我国高血压疾病受众高达 1 亿，有三分之二的患者为老年群体。这部分患者因为认知水平低、健康意识差等原因自我管理水平低，致使血压管理效果不符合临床预期目标^[3]。基于此，临床提出应当重视老年高血压患者的自我能力，从提高自我决策和健康意识的角度改善其自我管理。针对性护理是当前临床常见的护理方式，其

核心概念是围绕着可能减低和影响患者自我管理能力的因素提高和改进意见，促进更高质量的有效管理^[4]。本文旨在分析在老年高血压患者的临床护理方案中应用针对性护理的医学价值。

1 对象和方法

1.1 对象

将 2023 年 1 月-2023 年 12 月内于本院就诊的老年高血压患者为研究对象，纳入标准：年龄 ≥ 55 岁；经临床诊断确诊为高血压；知情且自愿加入该项研究；可

实现有效的言语沟通和交流；排除标准：患者护理依从性较差；合并有精神分裂以及其他精神疾病；将符合标准的 104 例老年高血压以区组随机法分 52 例对照组常规护理，52 例观察组实施针对性护理。对照组患者男女比例为 32:20 例，年龄范围为 55-72 岁，均值年龄为 (62.37 ± 0.62) 岁。观察组患者男女比例为 31:21 例，年龄范围为 57-78 岁，均值年龄为 (61.38 ± 0.42) 岁。两组患者一般资料对比差异不具有统计学意义 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组采取常规护理管理，即测量患者血压，记录血压变化，指导患者遵医嘱服药。

观察组采取针对性护理管理：成立针对性护理小组：由于责任护士以及护士长等组成小组，结合自身经验以及院内既往史护理案例，总结和分析出影响老年高血压患者的自我管理因素，主要包含有认知影响、无有效监管、健康意识薄弱差、必要的自护技能未掌握。针对以上因素实施针对性的护理。针对认知护理干预：采取简单易于理解的方式，如动画、视频、文字以及对患者展开认知宣教，重点强调高血压的危害，可以真实的高血压造成的案例，如脑卒中案例、脑出血案例等实施宣教，引起患者重视。宣教按时、按量的用药优势，同时强调运动、饮食、调整生活习惯等血压管理的优势。在此期间针对常见的老年人的错误认知实施纠正，如用药不坚持、因经济或者其他原因随意更换药物品种。针对家庭有效监管：一对一对陪同家属进行健康宣教，强调家庭氛围和支持对患者控制血压的重要性，家庭内应设置用药提醒、用药闹钟、高血压专用餐单等对患者实施血压管理支持，发挥家属监管作用，促患者用药以及饮食等依从。针对健康意识薄弱差：邀请高血压控制较好的患者作为榜样，树立典型，发挥同伴学习价值，促使患者积极学习。还可引导患者在积极的同类型疾病的患者互相交流，学习一些有用的自我管理方法。针对自护技能：采用讲座、一对一宣教等方式，教学患者自我测量血压、记录和制作血压日记、掌握计盐、计油

等饮食热量计算方式，促自我管理水平的提高。

1.3 观察指标

对比两组患者护理前后自我管理行为评分以及自护评分，参考高血压患者自我管理行为量表，具有饮食、运动、用药以及情绪、休息管理等维度，33 个条目，5 等级赋值法，总分 60-140 分，分数越大，自我管理行为越好；参考 ESCA 自护能力评分，包含有自我意愿、自我护理能力等维度，0-172 分，分数越大，自我护理水平越高。对比两组患者护理前后的血压管理水平，包含有收缩压以及舒张压。

1.4 统计学分析

试验开展期间，以 Excel 表格做信息统一收录，上传至 SPSS26.0 版本计算，计量数据符合正态分布，以 t 检验，形式为均值 $\pm$ 标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表达，用 χ^2 检验，例和率计数资料以率 (%) 表达，差异有统计学意义，($P < 0.05$)。

2 结果

2.1 对比两组患者护理前后自我管理行为评分以及自护评分

护理前，两组指标对比差异不具有统计学意义，($P > 0.05$)。而护理后，观察组自我管理行为评分以及 ESCA 自护行为评分高于对照组，差异有统计学意义，($P < 0.05$)。见表 1。

2.2 对比两组患者护理前后的血压管理指标

护理前，两组指标对比差异不具有统计学意义，($P > 0.05$)。而护理后，观察组患者的血压管理指标达标，且观察组低于对照组，差异有统计学意义，($P < 0.05$)。见表 2。

3 讨论

临床医学模式现已发生改变，而护理模式也发生了明显的升级。既往史的护理一般围绕基础性护理进行护理，而现代护理从人的身-心-灵-社实施护理，更体现了以人为本和以患者为护理中心的护理理念^[5-6]。针对性护理专有所指，特意为某人或者某个群体实施定制，促使其干预更具深入性^[7]。

表 1 对比两组患者护理前后的血压管理指标 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	高血压患者自我管理行为 (分)		ESCA 自护能力 (分)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	52	85.65 $\pm$ 3.06	118.74 $\pm$ 3.57	86.54 $\pm$ 5.18	136.27 $\pm$ 2.54
对照组	52	85.64 $\pm$ 5.12	96.32 $\pm$ 4.19	86.39 $\pm$ 5.78	97.63 $\pm$ 5.27
t	-	0.365	12.321	0.574	20.362
P	-	0.311	0.001	0.315	0.001

表 2 对比两组患者护理前后的血压管理指标 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	收缩压 (mmhg)		舒张压 (mmhg)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	52	153.48±3.06	140.74±3.57	92.14±0.18	76.27±0.14
对照组	52	154.69±2.12	143.352±6.18	94.19±0.7	91.63±2.27
<i>t</i>	-	0.725	8.623	0.630	12.324
<i>P</i>	-	0.305	0.001	0.274	0.001

如在本文的研究中, 针对性护理围绕老年高血压管理实施护理, 从多个方面定制护理干预行为, 包含有针对性其认知因素, 以多项方式提高认知, 同时就健康意识薄弱差针对性的加强健康意识的教育, 种种措施对准患者实施干预, 体现了全面护理的积极价值^[8]。高血压的疾病机制是动脉粥样硬化等造成的血管壁弹性减弱和动脉循环血液血压升高, 可造成大量的并发症, 极其需要必要干预。在本文的研究中, 护理前, 两组患者自我管理行为和自护行为评分对比差异不具有统计学意义, 而护理后观察组的患者自我管理行为更高、自护行为更高, 究其原因是针对性护理有意识的给患者创造了自我管理改善的氛围和条件, 通过激发患者的自我效能, 提高其自我决策, 参与自身护理和行为管理, 患者可在医护人员的指导和辅助下, 积极的进行自我管理, 包含有饮食、运动、情绪、用药等方面的健康行为^[9]。健康行为贯彻深入, 患者的自护水平提高, 更让其受益和主观能动性增加。而在观察指标 2 中, 实施了针对性护理的观察组护理后血压管理水平更佳, 推测其原因是针对性护理有利于患者从自我行为出发, 树立健康习惯、用药习惯, 掌握自我技能, 促使多方面管理血压, 让血压控制符合临床预期。

综上所述, 老年高血压患者的临床护理方案中应用针对性护理可提高患者自我管理能力和自护意识, 促使血压管理科学。

知识,2024,14(14):105-109.

[3] 任振娟, 裴静, 任振亭, 等. 基于适应性领导理论的自我管理居家照护模式对老年糖尿病合并高血压患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(9): 52-55.

[4] 唐华杰. 健康行为过程模型指导下的护理干预对老年高血压患者服药依从性和自我效能感的影响[J]. 黑龙江医学, 2023, 47(3): 316-318.

[5] 吴秀琴, 钱三晴, 龚林. 基于 SEAMS 评估的针对性护理干预在老年高血压患者的血压控制及用药依从性的影响[J]. 黑龙江医药科学, 2024, 47(2): 84-85, 89.

[6] 赵艳荣. 老年高血压患者血压水平和自我管理疾病能力与护理干预的相关性研究[J]. 医学信息, 2023, 30(8): 153-154.

[7] 曹源地, 段莹莹, 黄方方. 老年高血压患者应用 COX 健康行为互动模式的护理效果及自我管理水平的影响[J]. 山西医药杂志, 2023, 52(18): 1429-1432.

[8] 程倩倩, 汪甜. 针对性护理对老年高血压患者血压水平的影响[J]. 养生大世界, 2021(16): 170-171.

[9] 何小芳. Orem 自理理论的针对性护理对老年高血压患者血压控制情况的影响[J]. 心血管病防治知识, 2023, 13(28): 61-64.

参考文献

[1] 周毅, 孙承欢. 针对性护理对肺癌患者术后的干预效果[J]. 中国社区医师, 2022, 38(17): 139-141.

[2] 王婷, 杨晓敏. 基于自我决定理论的延续性护理对老年高血压患者自我管理及健康素养的影响[J]. 心血管病防治

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