

康复护理对基层卫生院老年高血压患者血压控制效果及生活质量的影响

何洁

天全县乐英乡卫生院 四川天全

【摘要】目的 研究康复护理对基层卫生院老年高血压患者血压控制效果及生活质量的影响。方法 选取 2023 年 1 月至 2024 年 12 月在基层卫生院建档的 76 例老年高血压患者，通过随机数字表法将其分为两组，对照组 (38 例) 采取常规护理，研究组 (38 例) 采取康复护理。比较两组患者的血压指标、生活质量综合评定问卷 (GQOL-74) 评分、自我护理能力量表 (ESCA) 评分、用药依从度。结果 两组之间的血压水平、GQOL-74 评分、ESCA 评分在护理前均无统计学差异 ($P>0.05$)，在护理后出现统计学差异 ($P<0.05$)，其中研究组的血压水平相较于对照组更低，GQOL-74 评分、ESCA 评分相较于对照组更高。研究组护理后的用药依从度相较于对照组更高，且有统计学差异 ($P<0.05$)。结论 对基层卫生院老年高血压患者采取康复护理，有助于控制患者的血压水平，并且对提升患者的自我护理能力和用药依从度有显著作用，能够提升患者的生活质量。

【关键词】康复护理；基层卫生院；老年高血压；血压指标；生活质量

【收稿日期】2025 年 11 月 18 日 **【出刊日期】**2025 年 12 月 24 日 **【DOI】**10.12208/j.cn.20250666

The impact of rehabilitation nursing on blood pressure control and quality of life of elderly hypertensive patients in primary healthcare centers

Jie He

Leying Township Health Center, Tianquan County, Tianquan, Sichuan

【Abstract】 **Objective** To investigate the impact of rehabilitation nursing on blood pressure control and quality of life in elderly hypertensive patients at primary healthcare centers. **Methods** A total of 76 elderly hypertensive patients registered at primary healthcare centers from January 2023 to December 2024 were randomly assigned to two groups using a random number table. The control group (38 cases) received conventional nursing care, while the study group (38 cases) received rehabilitation nursing. Comparative analysis was conducted on blood pressure indicators, Global Quality of Life (GQOL-74) scores, Escalating Self-Care Ability (ESCA) scores, and medication adherence between the two groups. **Results** No significant differences were observed in blood pressure levels, GQOL-74 scores, or ESCA scores between the groups before nursing intervention ($P>0.05$). However, statistically significant differences emerged after nursing ($P<0.05$). The study group demonstrated lower blood pressure levels, higher GQOL-74 scores, and higher ESCA scores compared to the control group. Additionally, the study group showed significantly higher medication adherence after nursing ($P<0.05$). **Conclusion** Implementing rehabilitation nursing for elderly hypertensive patients at primary healthcare centers effectively controls blood pressure levels, significantly enhances self-care abilities and medication adherence, and ultimately improves patients' quality of life.

【Keywords】 Rehabilitation nursing; Primary health care centers; Elderly hypertensive patients; Blood pressure indicators; Quality of life

高血压是临床上的常见慢性疾病，在老年群体中较为多见，该疾病会增加患者的心脑血管疾病风险，威胁到患者的生命安全。由于我国老年人口的增多，老年高血压患者数量也随之上升，老年高血压管理成为了老年群体健康问题的一个重要部分^[1]。基层卫生院作为

民生福祉的第一道防线，在慢性疾病管理中占据重要地位。老年高血压患者由于对疾病的认知有限，自我管理能力不足、记忆力下降等，对自我的护理情况较差，不利于血压水平的控制^[2]。因此，基层卫生院应当加强对老年高血压患者的护理。康复护理是一种以患者功

能恢复以及生活质量提升为中心的系统性护理理念，主要运用于慢性疾病患者的护理^[3]。本文将针对康复护理对基层卫生院老年高血压患者血压控制效果及生活质量的影响展开研究，现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

表1 一般资料对比

项目	研究组 (n=38)	对照组 (n=38)	t/χ ²	P
性别[n (%)]	男 21 (55.26)	19 (50.00)	0.555	0.456
	女 17 (44.74)	19 (50.00)		
年龄 ($\bar{x} \pm s$, 岁)	66~81 (73.42 ± 7.33)	63~80 (71.66 ± 8.28)	0.981	0.330
病程 ($\bar{x} \pm s$, 年)	1~15 (10.03 ± 4.05)	1~13 (9.34 ± 3.88)	0.758	0.451
文化程度[n (%)]	小学及以下 20 (52.63)	22 (57.89)		
初中	15 (39.47)	14 (36.84)	0.867	0.648
	高中及以上 3 (7.89)	2 (5.26)		
体重指数 ($\bar{x} \pm s$, kg/m ²)	22.8~29.6 (26.25 ± 3.28)	23.3~29.1 (26.41 ± 2.86)	0.227	0.821

1.2 方法

对照组采用常规护理，对患者及其家属进行关于高血压的健康教育，其内容包括疾病的病因、相关危险因素、相关并发症观察和处理；对患者进行用药指导，并向其家属强调日常对患者的用药情况进行监督；告知患者日常生活注意事项并进行饮食指导；告知患者及家属居家期间遇到的任何问题可通过电话联系卫生院进行咨询。

研究组采用康复护理，具体为：（1）组建康复护理小组：组建老年高血压专项康复护理小组，小组成员包括3名医生、6名护士、2名心理咨询师、1名康复师。小组合作完成各项护理措施的制定以及实施。（2）构建互联网途径：在卫生院原本的微信小程序基础上增加老年高血压管理系统，用于后续康复护理中的远程指导。（3）用药管理：让患者参与治疗决策，充分了解自身的血压控制治疗方案以及不遵医嘱用药的潜在不良后果。基于微信小程序功能为患者设定每日用药提醒，以督促患者按时用药。每2周对患者用药情况进行电话或者微信随访，了解患者血压控制达标情况、是否出现直立性低血压、用药情况、用药后的不良反应情况、药物剂量是否需要调整等。（4）饮食指导：为患者发放高血压食谱，指导患者构建科学合理的膳食结构。指导患者严格控制钠的摄入，包括含盐调味品和含盐的加工食品等；减少高热量食物、高胆固醇食物摄入；控制碳水化合物的摄入；增加膳食纤维摄入；饮

选取2023年1月至2024年12月在基层卫生院建档的76例老年高血压患者，通过随机数字表法将其分为两组，分别为对照组（38例）与研究组（38例）。两组患者的一般资料无统计学差异（ $P > 0.05$ ），见表1，具备可比性。

酒者戒酒或控制饮酒。以上饮食的控制量通过具体的容器让患者有真实了解。（5）运动指导：基于患者的机体基本情况，为其制定个性化、循序渐进的运动方案，运动方式结合有氧运动、平衡运动和抗阻运动，运动以中、低强度为主，每周运动150~300min，避免剧烈运动，在运动过程中需家属陪同以确保患者安全。

（6）病情监测：指导患者自行购买血压检测仪，患者每天在家庭自测血压并将检测结果上传于微信小程序。一方面患者自行观察血压控制效果，另一方面卫生院随时掌握患者的血压控制情况，以便及时了解患者的用药方案调整需求。

1.3 观察指标

（1）血压指标：统计两组患者分别在护理前与护理后的血压指标，包括收缩压和舒张压。

（2）生活质量综合评定问卷（GQOL-74）：该量表共有74项评定项目，包括4个评估维度（躯体功能、心理功能、社会功能、物质生活），各个维度的评分为0~100分，评分升高表示患者的生活质量更高。

（3）自我护理能力量表（ESCA）：该量表共有43项评定项目，总评分为0~172分，评分升高表示患者的自我护理能力越强。

（4）用药依从度：采用Morisky用药依从性量表（MMAS-8）评估，该量表共有8项评定项目，总评分为0~8分，8分表示依从性高，6~<8分为依从性中等，<6分为依从性低。用药依从度=（依从性高+依从

性中等) 例数/总例数×100%。

1.4 统计学方法

采用 SPSS 26.0 软件对数据进行统计学分析, 计量资料用均数±标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 采用 *t* 检验; 计数资料用[n (%)]表示, 采用 χ^2 检验。当 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 血压指标对比

两组之间的血压水平在护理前无统计学差异 ($P > 0.05$), 在护理后出现统计学差异 ($P < 0.05$), 其中研究组的血压水平相较于对照组更低, 见表 2。

表 2 血压指标对比 ($\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	收缩压		舒张压	
	护理前	护理后	护理前	护理后
研究组 (n=38)	148.12±11.53	122.58±6.55	98.54±6.73	82.52±5.49
对照组 (n=38)	149.28±10.96	127.36±8.34	98.12±7.05	85.63±6.58
<i>t</i>	0.450	2.779	0.266	2.237
<i>P</i>	0.654	0.007	0.791	0.028

表 3 GQOL-74 评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	躯体功能		心理功能		社会功能		物质生活	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
研究组 (n=38)	65.42±7.52	76.53±6.99	69.12±8.49	78.28±7.25	66.43±8.12	76.69±6.85	68.85±7.09	78.42±6.38
对照组 (n=38)	66.08±8.14	72.08±7.03	68.53±8.08	74.56±6.39	67.19±7.53	72.52±7.58	68.42±6.88	74.19±7.05
<i>t</i>	0.367	2.767	0.310	2.373	0.423	2.516	0.268	2.742
<i>P</i>	0.715	0.007	0.757	0.020	0.674	0.014	0.789	0.008

表 4 ESCA 评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	护理前		护理后	
	研究组 (n=38)	97.42±9.87	143.75±8.83	
对照组 (n=38)	98.08±10.42	137.66±9.51		
<i>t</i>	0.284	2.893		
<i>P</i>	0.778	0.005		

表 5 用药依从度对比[n (%)]

组别	依从性高	依从性中等	依从性低	用药依从度
研究组 (n=38)	22 (57.89)	14 (36.84)	2 (5.26)	36 (94.74)
对照组 (n=38)	17 (44.74)	15 (39.47)	6 (15.79)	32 (84.21)
χ^2	-	-	-	5.887
<i>P</i>	-	-	-	0.015

3 讨论

高血压在老年人群中的发病率较高，是老年群体的一个重要健康问题。高血压患者的血压水平控制与多种因素有关，包括病程、用药情况、饮食结构、生活方式等^[4]。高血压作为一种慢性疾病，病情的良好控制离不开长期的健康管理，因此，基层卫生院有必要加强对老年高血压患者的护理。常规护理内容较为基础，缺乏针对性、系统性，故而护理效果不理想。康复护理的核心目标是提升患者的自我管理能力，帮助患者恢复身体功能、提高生活质量^[5]。老年高血压患者普遍存在自我管理能力低下、健康管理依从性差的现象，因此，考虑康复护理更适用于老年高血压患者。

在本文中，两组之间的血压水平、GQOL-74 评分、ESCA 评分在护理前均无统计学差异 ($P>0.05$)，在护理后出现统计学差异 ($P<0.05$)，其中研究组的血压水平相较于对照组更低，GQOL-74 评分、ESCA 评分相较于对照组更高。研究组护理后的用药依从度相较于对照组更高，且有统计学差异 ($P<0.05$)。表明与常规护理相比，康复护理对老年高血压患者的自我护理能力和用药依从度方面具有更显著的促进作用，更有利于控制老年高血压患者的血压水平，更有助于提高患者的生活质量。分析其原因：（1）康复护理小组的建立能够确保护理措施的系统性、全面性，进而提升护理质量^[6]。互联网途径的构建加强了患者与基层卫生院之间的联系，能够及时为患者提供所需要的帮助。

（2）用药管理中，患者参与治疗决策，能够增强患者的认同感、对医护人员的信任程度进一步提升用药依从度^[7]。通过运用微信小程序进行用药提醒、用药情况观察，确保患者的有效用药以及用药安全性，有助于提升患者的用药依从度。（3）详细的用药管理、饮食指导以及科学合理的运动指导下，患者对自我护理有更详细、更深刻的认识，能够提升患者的自我护理能力。科学合理的饮食习惯和运动习惯有助于控制血压水平^[8-9]。加之患者用药依从度提升，其血压水平控制效果更显著。结合微信小程序对患者进行密切的病情监测，及时了解患者的病情和治疗需求，更利于控制患者的血压水平。（4）血压水平的有效控制下，患者身体功能得以有效恢复，且生活信心得以重建，其生活质量随之显著提升^[10]。

综上所述，对基层卫生院老年高血压患者采取康复护理，有助于控制患者的血压水平，并且对提升患者的自我护理能力和用药依从度有显著作用，能够提升患者的生活质量。

参考文献

- [1] 詹小亚,赵雪,蔡鹏,等.老年高血压患者健康问题解决能力现状及其影响因素分析[J].现代医学,2025,53(7): 1149-1157.
- [2] 谭瑶.知信行模式对老年高血压患者自我管理效能和服药依从性的影响[J].心血管病防治知识,2025,15(12):75-77.
- [3] 栗娜,田朝霞,郑星星,等.康复护理在老年高血压患者护理中的应用及对生活质量的影响分析[J].中外医疗,2024,43(19): 180-183.
- [4] 王燕,熊静静,马玉苗.基于动机行为转化结合代谢当量的康复护理对老年高血压患者血压水平及生活质量的影响[J].现代医药卫生,2024,40(7):1147-1150,1154.
- [5] 王婧妍,关馨瑶.康复护理在老年高血压患者药物治疗中的应用效果[J].中国药物滥用防治杂志,2023,29(1):170-172,180.
- [6] 刘梦瑶,梁倩.全科团队协作模式下的社区管理对老年高血压患者自护能力的影响[J].黑龙江医药科学,2025,48(10): 185-188.
- [7] 曾掩,陈玲,高慧,等.社区老年高血压患者用药安全管理的最佳证据总结[J].当代护士(上旬刊),2025,32(7):44-50.
- [8] 钱湛,林觐民.高血压病人饮食管理的最佳证据总结[J].循证护理,2022,8(2):157-161.
- [9] 崔嘉盛,陈务贤,李高叶,等.原发性高血压病人运动管理干预的最佳证据总结[J].循证护理,2023,9(2):214-219.
- [10] 魏莹.以动机行为转化为核心的康复护理结合限盐饮食护理对老年高血压患者血压水平、生活质量的影响[J].反射疗法与康复医学,2023,4(21):181-184.

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