

全面护理干预在老年高血脂护理中的作用

薛迎春

北京市普仁医院老年科副主任护师 北京

【摘要】目的 研究对于老年高血脂患者采取全面护理方式，对于患者护理效果的影响情况。**方法** 选取2021年3月~2022年4月在我院就诊的126例老年高血脂患者作为研究对象，将患者采取随机排序分组的方式，63例患者采取常规护理分为对照组、63例患者采取全面护理分为研究组，对比两组患者血脂水平变化情况。**结果** 护理后，研究组患者TC、TG、LDL-C、HDL-C水平明显优于对照组($P<0.05$)。**结论** 对于老年高血脂患者采取全面护理方式，能够有效降低患者血脂水平，效果显著。

【关键词】老年高血脂；全面护理；护理效果；血脂

The role of comprehensive nursing intervention in elderly patients with hyperlipidemia

Yingchun Xue

Beijing Puren Hospital geriatric Department deputy director nurse Beijing

【Abstract】Objective To study the effect of comprehensive nursing on elderly patients with hyperlipidemia. **Methods** 126 elderly patients with hyperlipidemia who were hospitalized in our hospital from March 2021 to April 2022 were selected as the study objects. The patients were randomly sorted into groups. 63 patients were divided into control group by conventional nursing and 63 patients into study group by comprehensive nursing. The changes of blood lipid levels in the two groups were compared. **Results** After nursing, the levels of TC, TG, LDL-C and HDL-C in the study group were significantly higher than those in the control group ($P<0.05$). **Conclusion** Comprehensive nursing care for the elderly patients with hyperlipidemia can effectively reduce the blood lipid level of patients with significant effect.

【Key words】Hyperlipidemia in the elderly; Comprehensive nursing; Nursing effect; blood fat

随着我国经济水平的不断提高，医疗卫生技术也得到了显著进步，同时我国正在趋于人口老龄化阶段，老年人口数量呈现出急剧增长的趋势。由于老年人年龄增大，自身机体免疫功能呈现出下降的趋势，因此会患有多种慢性疾病，其中主要以高血脂、高血糖疾病为主。当老年患者患有高血脂疾病后，不会危害自身生命健康安全，但是患病后会由于高血脂从而引发多种并发症，例如：动脉粥样硬化、冠心病以及脑血管疾病等，严重危害了患者的生命健康安全，使患者的生活质量严重下降。导致老年患者患有高血脂疾病的主要原因为饮食习惯以及生活习惯的改变。为了能够有效控制老年患者高血脂疾病的发展，采取有效的护理方式尤为重要。

在本次实验研究当中，选取了两种不同的护理方式，全面护理取得了非常好的效果，具体实验结果如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2021年3月~2022年4月在我院就诊的126例老年高血脂患者作为研究对象，研究组、对照组各63例患者。研究组63例患者中男、女患者占比为43:20，平均年龄(67.23 ± 10.23)岁；对照组63例中男、女患者占比为42:21，平均年龄(67.85 ± 10.46)岁。对比两组患者一般资料情况($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组采取常规护理方式，护理人员要叮嘱患

者每日按时用药,同时定期对患者进行血脂等各项指标的检查工作。

研究组患者采取全面护理方式,①健康宣教:患者入院后护理人员带领患者熟悉病房环境及医院布局,在最短时间内消除患者对医院的陌生感,同时护理人员要为患者营造轻松、温馨的就诊氛围。护理人员在患者进行基础检查的过程中从旁协助,与患者保持良好的沟通与交流,全面评估患者当前健康状况,同时为患者建立针对性健康档案,将患者的基本资料详细记录,其中包括:姓名、性别、年龄、性格特点、文化程度、血脂水平、病程及治疗过程等信息。护理人员充分结合患者的实际情况,为患者制定科学性的护理方案。最后,护理人员还要对患者进行疾病宣教工作,让患者充分了解高血脂疾病对于人体可能造成的危害、疾病发病机制和进展、治疗过程中的注意事项等,这样能够有效消除患者对疾病的恐惧心理,提高对高血脂疾病的重视程度,使患者在治疗过程当中保持积极、健康、乐观的心态,从而更好的配合治疗。护理人员也要与患者家属进行沟通,使患者充分感受到家庭的支持与关爱,树立战胜疾病的信心,具有非常重要的意义。

②饮食护理:患者患有高血脂疾病的主要因素是由于日常饮食结构的转变,因此,护理人员对高血脂患者采取科学的饮食结构护理干预方式。首先,帮助患者建立良好的饮食习惯,在日常饮食当中采取“三低一高”的饮食原则,其中三低为低胆固醇、低热量、低糖,一高为高纤维,同时护理人员结合患者饮食习惯差异,为患者制定针对性饮食方案。患者要减少蛋类、动物内脏食物的摄入,增加蔬菜、水果等食物摄入。同时护理人员指导患者养成良好的生活习惯,主要为戒烟戒酒,如果患者在治疗过程中处于饮酒状态,会引起患者出现高胆固醇血症的疾病,不利于病情的康复。

③运动护理:由于患有老年高血脂疾病的患者大多处于较为肥胖的状态,同时肥胖也是导致高血脂疾病发病的主要原因之一。因此,患者在治疗的过程当中护理人员指导其进行适当运动锻炼,能够使自身新陈代谢有效提高,将体重控制在合理范围之内,对于高血脂疾病的治疗具有非常重要的意义。护理人员可以结合老年患者自身兴趣爱好以及身体

素质等情况,为患者制定相应的运动计划,合理控制运动强度以及合理安排运动时间,可以在每日下午5~6点进行运动,这一时间段空气中含氧量较高,因此患者可以进行相应有氧运动,例如:太极拳、八段锦、快步走等,每次运动时间控制在30~60min之间为最佳。患者在运动后护理人员要为其测量心率变化,如果患者运动后心率能够达到该年龄阶段最高心率的60%~80%,那么为患者运动的最佳状态。患者通过运动能够将血清当中TG以及TC水平显著降低,提高HDL-C水平,能够有效控制高血脂疾病的发展。

④药物护理,护理人员在老年患者药物治疗的过程当中,要充分掌握不同高血脂治疗药物的高峰时间以及起效时间,从而合理安排患者用药。同时,护理人员要叮嘱老年患者在治疗的过程当中严格遵循医嘱进行用药,采取正确的用药方式,按时按量用药,切忌出现自行更换药物、增减药物用量的情况,这样能够有效保障用药效果,从而将用药后产生的不良反应有效降低。护理人员也要在患者用药后进行定期回访与督导工作,询问患者在用药过程当中是否出现了全身乏力、肌无力以及发热肌痛等症状,如果有要及时检测患者肌酶以及肝酶水平的变化情况,在第一时间告知主治医生,采取相应处理方式,避免加重患者在治疗过程当中不适感受。此外患者在出院后,护理人员要定期进行电话、微信回访,询问患者恢复情况,同时及时解答患者提出的问题,针对患者情况更改用药以及护理方案。

1.3 观察指标

观察两组患者血脂水平变化情况,其中包括:TC(总胆固醇)、TG(甘油三酯)、LDL-C(低密度脂蛋白)、HDL-C(高密度脂蛋白)指标变化情况,将其进行详细记录。

1.4 统计学分析

本组研究采用SPSS 24.0统计学软件进行数据的分析和处理,计数资料采用[n(%)]表示,采用 χ^2 检验,计量资料采用均数±标准差($\bar{x}±s$)表示,采用t检验,P<0.05为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者血脂水平变化情况

护理前两组患者血脂TC、TG、LDL-C、HDL-C水平差距较小(P>0.05);护理后,研究组患者TC、

TG、LDL-C、HDL-C 水平明显优于对照组 ($P < 0.05$)。详情见表 1。

表 1 两组患者血脂水平变化情况 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数	TC		TG		LDL-C		HDL-C	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	63	1.85±0.32	1.63±0.26	7.23±1.46	6.38±1.13	3.45±0.66	1.32±0.43	1.08±0.66	1.21±0.44
研究组	63	1.85±0.24	1.51±0.21	7.22±1.43	5.12±1.12	3.55±0.36	1.11±0.27	1.05±0.69	1.44±0.21
t	-	0.000	2.850	0.039	6.286	1.056	3.283	0.249	3.744
P	-	1.000	0.005	0.969	0.000	0.293	0.001	0.803	0.000

3 讨论

在全面护理过程当中，能够从药物护理、运动锻炼、饮食控制、健康宣教等方式入手，将患者血脂水平控制在合理范围之内，有效改善了患者的生活质量，同时对于患者治疗依从性的提高也有较大帮助。首先，在健康宣教护理过程当中，能够使患者正确认识高血脂疾病相关知识，同时能够积极投入到治疗当中；其次，护理人员也会结合患者的实际情况为患者制定针对性的运动以及饮食计划，使患者在生活当中可以保持良好的生活习惯，有效缓解了高血脂疾病的发展，保障了患者日常营养摄入，增强了患者自身新陈代谢功能代谢。最后，在药物护理过程当中，护理人员能够站在专业的角度合理把控患者用药剂量、时间以及次数等，从而保障患者的治疗效果。

在本次实验研究当中，护理后，研究组患者 TC、TG、LDL-C、HDL-C 水平明显优于对照组 ($P < 0.05$)。综上所述，对于老年高血脂患者采取全面护理方式，能够使患者血脂各项指标处于正常水平，更好的保障了患者的治疗效果，可以将其应用到临床护理当中，具有非常重要的意义。

参考文献

- [1] 赵倩. 护理干预提高糖尿病合并高血脂患者生活质量的效果观察[J]. 中国医药指南, 2020, 18 (3): 204-204.
- [2] 张国方, 王进娣, 黄小妹. 护理干预对老年高血脂患者生活质量的应用分析[J]. 中国现代药物应用, 2020, 9 (13): 253-254.

- [3] 袁启远, 陈怀恭, 吴红梅, 海珊, 唐小静. 老年高血脂及血糖、血压、尿酸异常患者的现况分析[J]. 现代预防医学, 2020, 33 (5): 720-722.
- [4] 段跃伟. 护理干预对老年高血脂患者生活质量的影响[J]. 健康导报: 医学版, 2021, 20 (6): 145-145.
- [5] 吴琼, 王端, 司良毅, 陈建平. 综合干预对老年高血脂症患者血脂水平及生活质量的影响[J]. 国际检验医学杂志, 2021, 38 (A01): 97-98.
- [6] 张国方, 王进娣, 黄小妹. 护理干预对老年高血脂患者生活质量的应用分析[J]. 中国现代药物应用, 2020, 9 (13): 253-254.
- [7] 王冰, 许香英, 潘丽, 英爱珍. 临床护理干预对高血脂患者的影响观察[J]. 中国药物经济学, 2021, (S3): 494-495.
- [8] 王颖, 葛慧琍, 王倩, 沈露, 丁淳, 王娟, 王晓玲. 护理干预对高血脂患者治疗依从性的影响[J]. 东南国防医药, 2022, 16 (6): 621-623.

收稿日期: 2022 年 11 月 27 日

出刊日期: 2022 年 12 月 25 日

引用本文: 薛迎春 全面护理干预在老年高血脂护理中的作用[J]. 现代护理医学杂志, 2022, 1 (12): 157-159

DOI: 10.12208/j.jmm.202200777

检索信息: RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明: ©2022 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