

社区护理干预在老年高血压患者中的价值

吴未艾

苏州市留园社区卫生服务中心 江苏苏州

【摘要】目的 探讨在老年高血压患者中实施社区护理干预的效果。**方法** 选取本院 2023 年 6 月-2024 年 6 月收治的老年高血压患者 60 例, 根据随机数字表法分为对照组 (30 例, 常规护理) 和实验组 (30 例, 社区护理干预)。收集分析护理效果。**结果** 与对照组 (常规护理) 相比, 实验组 (社区护理干预) 血压水平 (收缩压/舒张压) 更低, 负性情绪评分 (焦虑/抑郁) 更低, 生活质量评分 (角色功能/情绪功能/认知功能/社会功能/躯体功能/总体健康) 更高 ($P<0.05$)。**结论** 对老年高血压患者采取社区护理干预模式能有效改善血压, 进而提高其生活质量, 具有积极临床推广价值。

【关键词】 老年; 高血压; 社区护理干预; 护理效果

【收稿日期】 2025 年 6 月 20 日

【出刊日期】 2025 年 7 月 14 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20250366

The value of community nursing intervention in elderly patients with hypertension

Weiai Wu

Suzhou Liuyuan Community Health Service Center, Suzhou, Jiangsu

【Abstract】Objective To explore the effect of implementing community nursing intervention in elderly patients with hypertension. **Methods** Sixty elderly patients with hypertension admitted to our hospital from June 2023 to June 2024 were selected and divided into the control group (30 cases, with conventional care) and the experimental group (30 cases, with community nursing intervention) according to the random number table method. Collect and analyze the nursing effects. **Results** Compared with the control group (conventional care), the experimental group (community care intervention) had lower blood pressure levels (systolic blood pressure/diastolic blood pressure), lower negative emotion scores (anxiety/depression), and higher quality of life scores (role function/emotional function/cognitive function/social function/physical function/general health) ($P<0.05$). **Conclusion** Adopting the community nursing intervention model for elderly patients with hypertension can effectively improve blood pressure and thereby enhance their quality of life, which has positive clinical promotion value.

【Keywords】 Old age; Hypertension; Community nursing intervention; Nursing effect

近年来高血压病患数量逐年攀升, 其发病率展现出明显的增长态势^[1]。高血压患者血压长期处于较高水平, 并发症风险较高, 威胁患者身心健康, 给患者带来不适的同时给家庭和社会带来一定负担。病程长, 社区干预有助于在长期治疗维持血压控制效果^[2-3]。因此, 本研究将对老年高血压的护理工作将进行观察, 分析社区护理干预的应用价值。

1 对象与方法

1.1 对象

选取本院收治的 60 例老年高血压患者 (2023 年 6 月-2024 年 6 月), 以随机数字法分组, 对照组: $n=30$, 性别 (男/女): 16 例, 14 例; 年龄区间为 63-79 岁,

平均值为 (71.25±4.13) 岁。实验组: $n=30$, 性别 (男/女): 17 例, 13 例; 年龄区间为 64-80 岁, 平均值为 (71.22±4.29) 岁。两组一般资料差异无统计学意义 ($P>0.05$)。本研究不违反国家法律法规, 符合医学伦理原则。

1.2 方法

对照组 (常规护理): 进行健康宣教、用药、饮食指导等, 提醒定期监测血压, 出现异常及时反馈处理。

实验组 (社区护理干预), 具体实施方法如下:

(1) 建立专项小组, 对社区内慢性病患者的基本信息、病情状况等进行信息收集, 建立个人档案。通过沟通交流了解患者及家属对慢性病相关知识、自我护

理相关注意事项等内容的掌握程度,了解文化背景、认知水平。以更加通俗易懂便于对方理解的语言和方式对慢性病相关知识进行讲解,引导建立对疾病的正确认知,提升重视程度,提醒坚持用药。

(2) 在社区内建立咨询室、活动中心、血压检测点,定期举办讲座等社区活动提升患者知识掌握程度,提升自我护理能力。根据患者病情状况的不同协助制定针对性的护理方案。指导正确的血压监测方法,提升对血压监测的重视程度。提升患者及家属对于测血压方法等基础护理知识的掌握程度,确保可以正确使用测血压仪器,得出正确结果。由于老年人本身处于记忆力、理解能力下降阶段,因此为了提高宣教效果,社区护理团队将采用浅显易懂的语言,结合一对一辅导、宣传册页、专题讲座及生动视频等形式来帮助患者更深入地了解高血压的成因、症状、预防措施、药物疗效及其重要性,力求降低认知门槛,加深记忆点。此外,还将密切关注患者的心理状态与康复进展,通过细致的心理评估,识别其负面情绪,并为患者提供心理疏导服务,缓解其焦虑及抑郁等负面情绪,进而增强患者对护理干预行为的依从性。同时向患者及家属普及高血压并发症的预防与应对知识,特别是针对脸红、眩晕等常见症状,提升患者及家属的风险警觉性,引导他们采取积极措施,共同守护健康。引导患者尽量保持稳定平和的心态,避免情绪激动,养成良好的作息习惯等。了解患者饮食习惯、营养状况,引导增加对新鲜蔬菜水果的摄入,少食多餐,保障营养充足均衡。在患者身心状况允许的情况下引导适当运动,循序渐进,逐步提升运动的时间和强度,以促进机体素质的提升,提高免疫力,促进恢复。引导患者之间积极交流,分享经验,提升自

我效能感,提升健康意识。引导家属积极参与护理工作,协助患者进行病情控制,提供指导和监督。关注患者心态变化,提供安抚和鼓励,存在不良反应及时就诊。及时将病情监测评估结果进行反馈,从而协助提升社区护理人员对患者情况的掌握程度并进行干预方法的调整,促进恢复。

1.3 观察指标

(1) 记录血压水平;

(2) 借助焦虑评分量表(SAS)、抑郁评分量表(SDS)评估两组在护理前后的负面情绪状态,分值越高负性情绪越严重;

(3) 使用简易生活质量评分表(SF-36)评估两组患者在护理前后的生活质量状况,各维度总分均为100,分值越高生活质量越好。

1.4 统计学方法

数据处理:SPSS24.0,计数资料用 $n(\%)$ 描述,计量资料用 $(\bar{x} \pm s)$ 描述,组间经 t 和 χ^2 检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组血压比较

两组护理前无显著差异($P > 0.05$);护理后实验组血压更低,差异具有统计学意义($P < 0.05$)。

2.2 两组负性情绪比较

两组护理前无显著差异($P > 0.05$);护理后实验组焦虑及抑郁评分更低,差异有统计学意义($P < 0.05$)。

2.3 两组生活质量比较

护理后实验组的生活质量评分更高,差异有统计学意义($P < 0.05$)。

表1 两组血压水平对比($\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	例数	收缩压		舒张压	
		护理前	护理后	护理前	护理后
实验组	30	96.25±8.89	78.11±6.67	144.59±10.23	112.48±9.87
对照组	30	96.33±8.91	85.12±7.48	145.36±10.47	126.34±10.15
t	-	0.034	3.831	0.288	5.362
P	-	0.972	0.000	0.774	0.000

表2 两组负性情绪评分对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	焦虑评分		抑郁评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
实验组	30	52.26±4.15	35.59±4.38	51.78±4.49	35.59±4.21
对照组	30	52.47±4.22	41.29±4.11	51.38±4.51	41.14±4.39
t	-	0.194	5.197	0.344	4.997
P	-	0.846	0.000	0.732	0.000

表3 两组生活质量对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	角色功能	情绪功能	认知功能	社会功能	躯体功能	总体健康
实验组	30	88.25±4.11	87.59±4.23	88.17±4.25	87.74±4.39	88.20±4.13	87.57±4.19
对照组	30	82.25±4.39	82.41±4.17	81.78±4.15	82.20±4.39	82.45±4.47	81.79±4.33
<i>t</i>	-	5.464	4.776	5.890	4.887	5.174	5.246
<i>P</i>	-	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

3 讨论

高血压具有较高的发病率，患者长期处于血压较高的状态，可对机体功能造成损害，引发多种并发症^[4]。老年群体随着年龄增加机体功能逐渐下降，缺乏对疾病和护理的了解，治疗难度增加，日常病情控制效果不佳，不利于恢复，甚至导致进一步恶化，严重影响患者身心健康^[5]。

临床主要依靠药物治疗以控制病情缓解症状，日常护理对于促进恢复有着重要意义。常规护理主要侧重于对患者生命体征变化情况的关注，随着时间流逝护理效果不佳，患者依从性下降，影响预后^[6-7]。社区护理干预可以有效引导患者建立对疾病的正确认知，对病情状况、恢复情况等进行评估并对用药、饮食、心理、运动等进行指导和干预，从而提升对血压的控制效果，促进恢复。患者接受度较高，易于推广^[8]。指导血压的正确检测方法，加强患者对自身病情变化的感知和了解，提升对自我护理知识技能的掌握程度，引导养成健康的生活方式。引导家属多关心，积极参与护理，促使患者感受到被尊重被关心，提升对生活的期待，提升恢复信心^[9-10]。本研究结果中，相较于对照组而言，实验组在接受社区护理干预后的血压水平更低，同时患者的负性情绪评估得分更低，而生活质量评价得分则更高。这一结果表明，社区护理干预措施的实施对于老年高血压患者的血压管理具有积极影响，并能有效提升其生活质量。

综上所述，针对老年高血压患者，实施社区护理干预不仅在血压管理、情绪调节中取得了积极成效，而且对提高患者生活质量具有重要意义，值得在更广泛的范围内推广与应用。

参考文献

[1] 关如春.知信行模式护理干预对老年糖尿病合并高血压患者焦虑情绪及治疗依从性的影响研究[J].中国老年保健医学,2024,22(1):153-156.

[2] 穆霞.动态血压仪联合防跌倒安全护理在老年冠心病合并高血压患者中的干预价值[J].医疗装备,2024, 37(7): 147-150.

[3] 牟玉梅.综合康复护理在老年高血压合并慢阻肺患者中的应用价值[J].中国现代医药杂志,2024,26(5):86-88.

[4] 张玲,常峪文,热孜亚·夏吾东.团队模式下闭环式健康教育在老年高血压患者护理中的应用观察[J].老年医学与保健,2024,30(1):84-8894.

[5] 于建杰.心理干预及营养措施在老年高血压患者护理中的应用[J].当代医药论丛,2024,22(30):180-182.

[6] 苗梓宸,于瑶,胡松,等.基于老年综合评估的干预措施对沿海社区老年高血压患者血压的影响[J].临床医学进展,2024,14(3):2222-2229.

[7] 吕莲莲,魏俊,佟艳,等.健康行为互动结合循证护理在脑梗死合并高血压患者中的应用价值[J].中西医结合护理(中英文),2024,10(3):5-8.

[8] 葛运利,宋晓琳,刘春,等.以行动研究法为基准的早期康复护理在老年高血压性脑出血患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2024,30(15):21-24.

[9] 李睿攀,李静.基于互联网技术的多媒体健康宣教模式在老年高血压患者中的应用价值[J].医学临床研究,2024, 41(6):956-958.

[10] 史红燕.综合护理干预在社区高血压患者护理中的应用价值研究[J].生命科学仪器,2024,22(5):218-219222.

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