

慢性病管理护理在老年高血压合并糖尿病中的效果评价

刘曾芳

新疆阿克苏地区第一人民医院 新疆阿克苏

【摘要】目的 探讨老年高血压合并糖尿病患者应用慢性病管理护理干预的应用效果。**方法** 以我院接收的 384 名患有高血压合并糖尿病的老年患者作为研究对象，遵循随机分配的原则，将他们分为两个组别：对照组（包含 192 例患者，接受常规护理措施）与研究组（包含 192 例患者，实施慢性病管理护理）。对两组患者的护理效果进行了全面且细致的比较分析。**结果** 相较于对照组，研究组患者的自我管理得分有了显著提升；同时，研究组患者的血压水平表现出了明显的下降，且血糖浓度也呈现出了显著的降低趋势。这些差异在统计学上均达到了显著水平（ $P < 0.05$ ）。**结论** 实施慢性病管理护理于老年高血压合并糖尿病患者中，能够显著提升其自我管理效能，并有效优化其血压及血糖状况。

【关键词】 慢性病管理护理；老年；高血压；糖尿病

【收稿日期】 2025 年 5 月 15 日

【出刊日期】 2025 年 6 月 16 日

【DOI】 10.12208/j.jmmn.20250314

Evaluation of the effect of chronic disease management and nursing in elderly patients with hypertension and diabetes mellitus

Zengfang Liu

The First People's Hospital of Aksu Region, Aksu, Xinjiang

【Abstract】 Objective To explore the effect of chronic disease management and nursing in elderly patients with hypertension combined with diabetes. **Methods** In this study, 384 elderly patients with hypertension combined with diabetes admitted to our hospital were selected as research samples. Following the principle of random allocation, they were divided into two groups: control group (including 192 patients, receiving routine nursing measures) and study group (including 192 patients, implementing chronic disease management and nursing). The nursing effect of the two groups of patients was comprehensively and carefully compared and analyzed. **Results** Compared with the control group, the self-management ability score of the study group was significantly improved; At the same time, the blood pressure level of the patients in the study group showed a significant decrease, and the blood sugar concentration also showed a significant reduction trend. These differences were statistically significant ($P < 0.05$). **Conclusion** The implementation of chronic disease management and nursing in elderly patients with hypertension combined with diabetes can significantly improve their self-management efficiency, and effectively optimize their blood pressure and blood glucose status.

【Keywords】 Chronic disease management and nursing; Old age; High blood pressure; Diabetes

近年来，我国正逐步步入老龄化阶段，老年慢性病的患病率持续处于较高水平。在老年慢性疾病中，高血压与糖尿病尤为典型，当两者合并出现时，因病理生理变化的复杂多样，患者极易遭遇心血管并发症的高风险。这一状况进一步加剧了老年患者组织及器官的损害程度，严重损害了其生活质量，且直接危及到了他们的生命安全^[1]。当前，针对老年高血压合并糖尿病的临床治疗手段尚未实现根治性突破，其治疗重心在于遏

制血压与血糖水平的上升态势。这类患者的治疗过程通常较为漫长，容易引发不良情绪的产生，进而影响到他们对治疗的配合程度。另外，老年患者常伴随记忆力减退、对疾病认识不足以及自我管理效能欠缺等问题，这往往导致不遵循医嘱用药的情况频繁出现，这无疑给血压与血糖的有效管理带来了障碍，增加了病情波动的可能性，从而容易诱发一系列并发症的发生^[2]。鉴于此，在治疗过程中，加强对护理工作的重视显得尤为

关键。作为一种创新的护理模式,慢性病管理护理旨在通过采取具有针对性的预防及护理干预手段,以促进慢性患者的康复进程^[3]。因此,本研究的核心目的在于探讨并评估慢性病管理护理在老年高血压合并糖尿病患者中的应用效果,具体如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选取的样本涵盖了从 2024 年 1 月至 2024 年 12 月期间,在我院接受治疗的 384 例老年高血压合并糖尿病患者。纳入标准详细如下:患者需经临床诊断确诊为高血压合并糖尿病;年龄需达到或超过 65 岁;所有参与者均对本研究内容有深入的了解,并已正式签署了知情同意书。具体的排除标准涵盖:患有重度认知功能障碍的患者;罹患其他免疫性疾病的患者;以及存在重度心脏、肾脏或肝脏功能损伤或功能不全的患者。按照随机化分配原则,患者被划分为两大群组:对照组 192 例(性别比例男:女为 100:92,平均年龄 73.02 ± 4.59 岁,高血压病史平均 5.83 ± 2.37 年,糖尿病病史平均 4.94 ± 2.26 年)与研究组 192 例(性别分布男:女为 102:90,平均年龄 72.95 ± 4.15 岁,高血压病史平均 5.47 ± 2.13 年,糖尿病病史平均 4.38 ± 2.42 年)。经对两组基线资料实施对比分析,结果未揭示存在统计学上的显著性差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组采取了常规护理手段,对于研究组,采纳了慢性病管理护理干预模式,其实施的具体方法概述如下:

(1) 构建患者个人健康档案。根据慢性病管理的要求,需结合患者的实际病情、病因剖析以及疾病所处的阶段,来建立全面的个人健康记录档案。此档案能够帮助医护人员快速地对患者的具体疾病状况及症状表现进行全面了解,从而能够针对每位患者设计出定制化的治疗与护理计划。针对病情较为危重的患者,推荐其配备个人疾病信息卡片,以便在紧急状况发生时,能够迅速得到必要的医疗支持,并及时转送至医疗机构接受专业的诊治。

(2) 健康知识宣传。①文字形式的健康教育。在医院内,包括病房区、大厅及各类宣传展示场所,均设置了自助健康教育资料获取站点,同时,借助幻灯片演示的手段,广泛传播关于高血压与糖尿病的基础知识、治疗效果、日常生活预防保健手段以及突发并发症管理策略等核心信息。旨在协助患者及其家庭成员准确把握疾病相关知识,消除潜在的认知误区及不当的治

疗与护理行为,从而能够显著减少护理环节中不良事件的发生率。②网络健康教育。借助现代互联网的便捷性,可以采取电话回访、微信公众号推送等多种渠道,向患者及其家庭成员普及健康知识,指导他们学习并掌握与疾病护理相关的技能与方法。例如指导患者如何在家庭环境中自行监测血压与血糖水平,并着重强调每日定时测量并记录相关数据的必要性。若监测结果显示异常,患者需即刻通过电话、微信通讯平台等联系方式,与医护人员取得沟通。另外,通过微信群、公众号等媒介,定期推送疾病相关的风险因素警示,以保证患者能够及时获取最新的预防控制信息及应急处置方法,进而提升其居家自我管理的效能。

(3) 健康行为指导。①用药指导。患者必须严格遵守医生的指导,保证按时且精确地服用药物,或者需由家属严密监视患者的用药过程,以预防擅自替换药物、中止治疗或遗漏服药等不良情况的出现。在药物治疗过程中,一旦患者出现药物不良反应或病情恶化的情况,应立即联系医护人员或尽快安排就医,以确保能够及时获取必要的医疗援助。②膳食指导。向患者及其家庭成员说明均衡饮食的关键性,并依据患者具体情况为其设计个性化的饮食方案。在方案中着重指出,必须严格管控食盐及总热量摄入,遵循低盐低脂的饮食方针,并提议每日食盐摄入量应限制在 6 克以内。在食物选择上,应优先考虑高蛋白、低糖分且营养丰富的种类,并倡导增加粗粮、蔬菜以及薯类等富含膳食纤维的食品摄入,以此实现膳食平衡的目标。③运动锻炼指导。鼓励患者每日参与适量的体育锻炼,因为适量的身体活动有助于在一定程度上管理血压及血糖水平的上升,从而对治疗产生正面的效应。故而,患者应进行日常适量的体育活动规划,诸如在公园里漫步、打太极拳或广场舞等恰当的运动方式。同时,向患者着重指出,在进行锻炼时需遵循逐步增加难度的原则,应避免参与剧烈或高强度的身体活动,以防止疾病状况进一步加剧。

(4) 心理干预。在疾病治疗这一漫长且复杂的过程中,患者常易陷入焦虑、紧张情绪,乃至抑郁的心理困境,因此,实施高效的心理干预措施显得尤为关键。构建和谐的医护人员与患者关系,主动与患者展开交流对话,同时,对于治疗效果突出的患者,可以给予积极的赞扬与鼓励。此外,应与患者家属保持密切的沟通,对于家属在医疗护理过程中产生的疑问,应当耐心且及时地予以解答,旨在帮助患者营造一个正向的家庭氛围,以便获得更优的家庭护理,从而进一步缓解患者

的心理压力与负面情绪。

1.3 观察指标

应用自我管理评估工具(SMAS-30)对患者的自我管理效能进行量化打分,该量表满分为90分,得分愈高,意味着患者的自我管理效能表现愈为出色。

将两组的血压状况进行对比分析,采用血压测量设备,对两组的收缩压及舒张压实施了精准的测定与记录。

对比分析了两组的血糖水平,借助生化分析仪,精准的测定与记录了两组的空腹血糖值及餐后2小时血糖值。

1.4 统计学分析

本研究中,所搜集的全部数据均已被录入SPSS 23.0统计软件包中,以进行深入的数据分析。针对计量数据,采用了 t 检验和 $\bar{x} \pm s$ 的统计方法进行分析。

若所得 P 值小于0.05,则视为两组之间的差异在统计学上具有显著性。

2 结果

2.1 两组患者自我管理能力对比

相较于对照组,研究组患者的SMAS-30评分呈现出显著提高,这一差异在统计学层面具有显著性($P < 0.05$),详细的数据记录请参阅表1。

2.2 两组患者血压状况对比

相较于对照组,研究组患者的血压指标展现出显著降低,组间差异在统计学上呈现出显著性($P < 0.05$)。有关数据的具体信息,请参阅表2的详细记载。

2.3 两组患者血糖水平对比

相较于对照组,研究组患者的血糖浓度展现出明显的降低趋势,差异在统计学上具有显著性($P < 0.05$)。有关数据的具体信息,请参阅表3的详尽记录。

表1 研究组和对照组的自我管理能力对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	SMAS-30
研究组	192	68.84±6.36
对照组	192	55.93±5.37
t	-	21.491
P	-	0.001

表2 研究组和对照组的血压状况对比 ($\bar{x} \pm s$, mmHg)

组别	例数	收缩压	舒张压
研究组	192	134.27±9.23	84.29±6.01
对照组	192	140.68±10.12	87.91±5.89
t	-	6.485	5.961
P	-	0.001	0.001

表3 研究组和对照组的血糖水平对比 ($\bar{x} \pm s$, mmol/L)

组别	例数	空腹血糖	餐后2h血糖
研究组	192	6.29±1.61	9.72±2.68
对照组	192	7.31±1.39	11.84±2.27
t	-	6.645	8.364
P	-	0.001	0.001

3 讨论

在我国老年人群中,高血压与糖尿病均位列常见疾病的行列之中。现如今,伴随着人们生活节奏的改变与生活水平的不断提升,高血压合并糖尿病的患病率正展现出日益上升的趋势。老年人身体机能的逐渐衰退,加之这两种慢性疾病的并发,会极大增加患者发生

心脑血管等健康问题的危险性。因此,实施恰当的护理干预措施对于改善这一状况至关重要。

作为一种新型的护理模式,慢性病管理护理主要面向慢性病患者,实施包括预防、治疗及护理在内的综合性干预措施。此护理模式旨在全方位地把控并优化患者的病情状态^[4]。本研究的结果揭示,与对照组相比,

研究组患者的 SMAS-30 评分有了显著提升($P<0.05$), 这一结果表明, 实施慢性病管理护理干预模式能够显著提升患者的自我管理能力。究其原因, 在于该模式通过向患者传授健康知识, 增强他们对疾病的认知, 纠正其错误的疾病观念, 从而有效规避居家护理期间可能遇到的风险因素。采取这一措施后, 患者将能够获取疾病的预防与治疗知识以及应急处理能力, 从而增强他们的自我管理能力^[5]。在慢性病的自我管理过程中, 家属的监督与支持同样起着不可或缺的关键作用。故而, 与患者及其家属维持紧密的联络, 向他们传授健康行为指南, 并及时解答其咨询, 是最大化实施监督与管理、保证患者按时用药、坚持规律性运动及维持恰当饮食的关键, 这将进一步推动患者自我管理效能的提升^[6]。本研究的结果表明, 与对照组相比, 研究组患者的血压水平出现了明显的下降, 同时其血糖浓度也呈现出了显著降低的趋势 ($P<0.05$), 这证实了慢性病管理护理在改善患者血压及血糖状况方面的有效性。分析原因为为了培养患者积极的自我管理能力, 慢性病管理护理针对患者及其家庭成员实施健康知识宣教, 以期增强其自我管理效果, 保障患者能够自觉遵守按时用药、均衡膳食营养及适量运动的指导方针。此措施还能激励患者积极留意自身病情的动态, 规律性地实施血压与血糖的监控。向患者提供恰当的用药指导、饮食指导及运动锻炼指导, 能够有效防止擅自更换药物、中断治疗、不当饮食及过度运动等不良行为的出现, 从而有助于维持患者血压与血糖的稳定状态^[7]。由于高血压与糖尿病这两种慢性疾病病具有持久的病程特点, 在漫长的治疗过程中, 老年患者经常面临焦虑、不安乃至抑郁等消极情绪的困扰。通过强化与患者之间的有效沟通对话, 护理人员能够帮助患者减轻这些不良情绪的产生, 平复情绪波动, 从而对保持血压及血糖的稳定状态产生正面的效应^[8]。

综上所述, 针对老年高血压并发糖尿病患者的护理, 采取慢性病管理护理干预措施, 能够明显提升患者

的自我管理能力, 同时对其血压及血糖指标实现有效改善。

参考文献

- [1] 钟菊招,蔡锦萍.延伸护理服务在老年高血压合并糖尿病患者的应用效果观察[J].中国医药指南,2023,21(21):17-20.
- [2] 石福荣.老年高血压合并糖尿病社区健康管理及护理干预效果评价[J].航空航天医学杂志,2022,33(08):999-1001.
- [3] 马华.慢性病管理模式对社区糖尿病合并高血压患者的效果[J].临床研究,2023,31(07):150-153.
- [4] 张丽,杨小燕.慢性病护理管理对老年糖尿病合并高血压患者的护理效果[J].中西医结合心血管病电子杂志,2023,11(09):71-73+61.
- [5] 徐仁凤,吴玉华,顾昊,等.家庭医生签约服务对高血压合并糖尿病患者病情控制的影响[J].社区医学杂志,2023,21(02):100-105.
- [6] 王雪莲.全程健康教育模式在高血压合并糖尿病患者管理中的作用分析[J].中国社区医师,2022,38(12):146-148.
- [7] 姚明瑛,李莉,马锦济,等.时机理论奠基式健康管理模式在高血压合并糖尿病病人中的应用分析[J].全科护理,2020,18(33):4628-4630.
- [8] 耿向云,邱民强,张纪梅.社区高血压合并糖尿病慢性病管理模式对于预防并发症的效果观察[J].实用糖尿病杂志,2020,16(01):48-49.

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