

# 社区护理干预对临界高血压老年患者血压的影响

张霞丽

山西省晋中市第四人民医院 山西晋中 030600

**摘要：**目的：本篇文章旨在开展对比实验来深入探究采用社区护理干预对于临界高血压老年患者血压是否良好的控制效果，降低患者血压，提高病患者的身体健康，增加患者护理满意度。方法：随机在社区卫生所选取 2018 年 8 月至 2020 年 8 月诊治或开展相关疾病的 1000 例临界高血压老年患者，将所有患者平均随机打散，并在告知患者及家属的情况下，所有人知情自愿参与本次观察研究。所有患者将被随机分为采用传统常规护理方法的对照组和采用社区护理干预的观察组，每组 500 人。观察两组患者的在护理过程中的血压变化情况，改善程度，相关知识普及程度及患者护理满意度，来判断护理方法不同对患者产生的影响。结果：采用传统常规护理方法的对照组患者中有 100 人出现高血压持续不下降或只有小幅度下降，占比 20%，患者舒张压平均为 88mmHg，收缩压平均为 121mmHg，患者相关知识测试平均 67 分，患者平均护理满意度打分为 3.84 分，而采用社区护理方法的对照组患者中有 26 人出现高血压持续不下降或只有小幅度下降，占比 2.6%，患者舒张压平均为 79.4mmHg，收缩压平均为 118.3mmHg，患者相关知识测试平均 89 分，患者平均护理满意度打分为 4.2 分。结论：根据数据记录显示，采用社区护理干预的观察组患者比采用传统常规护理方法的对照组出现高血压持续不下降或只有小幅度下降的情况人数少，占比小，两组患者血压均较护理前有降低，但社区护理观察组下降幅度更大，其知识普及度更高，得到的护理服务更加优质，患者护理满意度高。说明在临界高血压老年患者血压相关护理中采用社区护理干预会产生良好的控制效果，可以降低患者血压，改善患者身体状态，有利于病人恢复，值得大力应用推广。

**关键词：**社区护理干预；临界高血压；老年；临床效果

高血压是指以体循环动脉血压（收缩压和/或舒张压）增高为主要特征（收缩压 $\geq 140$  毫米汞柱，舒张压 $\geq 90$  毫米汞柱），可伴有心、脑、肾等器官的功能或器质性损害的临床综合征。高血压是最常见的慢性病，也是心脑血管病最主要的危险因素<sup>[1]</sup>。社区护理干预是由国外引进的相关护理理念，应用在相关领域可以发挥显著效果，也有相关研究表明其对高血压患者血压的控制作用。为探究社区护理干预对临界高血压老年患者血压的影响，社区花费两年的时间开展实验，现报告如下：

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选择 2018 年 8 月至 2020 年 8 月来社区诊治或开展相关疾病的 1000 例临界高血压老年患者，保证所有患者及家属均知情、同意且自愿参加，并都已自愿签署知情同意书，采用数字表随机分配的方式，分成采用常规护理对照组、采用社区护理干预的观察组 2 个组别，每组各 500 例。

**纳入标准：**所有患者均无精神疾病相关问题，均知情且自愿参与，无重大心脑血管疾病。

两组患者基本病情对比：

	例数	年龄	平均年龄	男	女
对照组	500	56 岁~89	71 $\pm$ 2.5	200	300
观察组	500	55 岁~87	66 $\pm$ 3.4	250	250

两组患者情况相当，均无精神疾病史（年龄、平均年龄、性别等）做观察比较，差异均无统计学意义，可作比较。

### 1.2 方法

对照组按照传统常规护理原则和方法对患者进行护理和疾病的治疗，观察组则在此基础上进行社区护理干预，具体包括：

了解患者病程以往病史，在社区建立患者档案，医生应指导并协助患者完善相关检查，不论在任何场所，对病人和家属的宣教，为患者提供相关治疗手册，使患者了解本次治疗方法，提高患者服从性<sup>[3]</sup>。

心理疏导，时刻关注患者情绪，向患者普及优质护理意义，缓解患者紧张烦躁心理<sup>[4]</sup>。

使患者得到优质的服务环境，增加绿植调节心情，常开空调并检测室内温度，时刻保持较适宜的温度。

加强社区护士的能力培养，提高社区护理队伍的整体素质，才能保证社区护理的质量，社区护士具有社会学、心理学及人际沟通技巧方面的知识，以便与社区卫生服务站的其他卫生工作人员及社区管理者、病人及家属沟通。社区护士必须具备各专科护理技能及中西医结合的护理技能，才能满足社区人群的需求。社区护士能独立地进行各种护理操作、独立地运用护理程序、独立地开展健康教育、独立地进行咨询或指导，具有良好的判断和解决问题能力。

定期举行社区健康教育，对不同的病人和相关疾病多发时期段举行不同的教育宣传，使社区人员及住户掌握一定病情知识。加强与患者的沟通交流，主动倾听患者，耐心解答患者提出的各种疑难问题，缓解患者的心理压力，给予患者更多

的情感支持,使患者对疾病有正确的认识,积极配合治疗。建议患者在社区回家饮食安排中多食高蛋白、高维生素、高纤维食物,限制总热量的摄入,多食新鲜蔬菜,适当选用海带、木耳、紫菜等食物,以补充维生素和矿物质。

建议相关患者控制钠盐摄入,最好每日 5g 以下,同时应增加钾的摄入,如多吃水果、蔬菜等。此外,应坚持体育运动,必要时可长期服用钙拮抗剂。

### 1.3 评价指标

观察两组患者的在护理过程中的血压变化情况,改善程度,相关知识普及程度及患者护理满意度,来判断护理方法不同对患者产生的影响。(护理满意度为患者为收到的服务质量打分,分为五个等级:非常不满意,不满意,适中,满意,非常满意分别对应分值 1-5 分。)

### 1.4 统计学方法

方法计数(n%)代表率,  $\chi^2$  检验; 计量 ( $\bar{x} \pm s$ ), 行 t 检验。文中所生成的数据均借用 SPSS21.0 数据包处理,  $P < 0.05$  显现有关本文的检验结果有意义。

## 2 结果

患者满意度调查相关表格

	很不满意	不满意	一般	满意	很满意
对照组	0	40	100	260	100
观察组	0	12	48	280	160

采用传统常规护理方法的对照组患者中有 100 人出现高血压持续不下降或只有小幅度下降,占比 20%,患者舒张压平均为 88mm Hg,收缩压平均为 121mm Hg,患者相关知识测试平均 67 分,患者平均护理满意度打分为 3.84 分,而采用社区护理方法的对照组患者中有 26 人出现高血压持续不下降或只有小幅度下降,占比 2.6%,患者舒张压平均为 79.4mm Hg,收缩压平均为 118.3mm Hg,患者相关知识测试平均 89 分,患者平均护理满意度打分为 4.2 分。根据数据记录显示,采用社区护理干预的观察组患者比采用传统常规护理方法的对照组出现高血压持续不下降或只有小幅度下降的情况人数少,占比小,两组患者血压均较护理前有降低,但社区护理观察组下降幅度更大,其知识普及度更高,得到的护理服务更加优质,患者护理满意度高。

### 3 讨论

近年来,社会经济飞速发展,人们在各方面的压力快速上升,身体负担大,易患有心脑血管疾病,成为社会重点关注<sup>[5]</sup>。临界高血压也称边缘型高血压,是指血压在正常血压至确诊高血压之间的血压值。世界卫生组织规定的标准是,

成人的正常血压为:收缩压<120 毫米汞柱(16.0 千帕),舒张压<80 毫米汞柱(10.7 千帕)。确诊高血压为:收缩压≥140 毫米汞柱(18.7 千帕),舒张压≥90 毫米汞柱(12.0 千帕)。在正常血压与确诊高血压之间的血压值为正常高值。血压的控制对于相关疾病的控制与治疗有重要作用。临床观察表明,临界高血压者约有 71.5%的人易发展成高血压,临界高血压者最后发展为确诊高血压的可能性比正常高血压者高出 2—5 倍,而正常人只有 11.1%。而心血管并发症的患率及病死率比正常血压者高二倍以上。其并发脑出血、脑血栓、冠心病等,以及死亡率与高血压病人相近,且明显高于正常人。社区护理主要倾向于住院病人出院后,回到社区,需要求助于社区护士帮助解决的不适、健康问题、住院前症状与体征、恢复与康复问题,社区护士采取的一切护理手段<sup>[6]</sup>。社区护理干预有助于糖尿病生命质量,可以提高脑瘫患儿生活质量,有利于降低高血压患者的血压水平,改善其健康行为,并提高其生活质量,护理干预能明显改善 RA(类风湿关节炎)患者病情,降低致残率,良好的护理干预往往能够减轻和避免患者的疼痛<sup>[7]</sup>。由于社区护理干预的特殊意义,有必要深入社区护理干预对临界高血压老年患者血压的影响。社区研究近两年中诊治的相关患者,分组对比开展实验,根据实验结果数据显示,在临界高血压老年患者血压相关护理中采用社区护理干预会产生良好的控制效果,可以降低患者血压,改善患者身体状态,有利于病人恢复,值得大力应用推广。

### 参考文献

[1] 牟金玲. 农村卫生院护理干预对临界高血压老年患者血压控制的影响作用探讨[J]. 临床医药文献电子杂志, 2017, (42).

[2] 钱可可. 社区护理干预对临界高血压老年患者血压的影响探讨[J]. 中国农村卫生, 2017, (4).

[3] 罗建芳, 梁爱金. 社区护理干预对临界高血压老年患者血压的影响研究[J]. 现代诊断与治疗, 2016, (9).

[4] 温慧玉, 刘启明, 戴国强. 社区综合干预对老年临界高血压患者临床效果及生活质量的影响[J]. 中国初级卫生保健, 2016, (5).

[5] 杨阳. 社区护理干预对临界高血压老年患者血压的影响[J]. 大家健康(中旬版), 2018, 12(3):248-249

[6] 李玉翠, 马淑丽, 郎雪飞. 对原发性高血压病人的人心身护理探讨[J]. 山西护理杂志, 1998, (4).

[7] 张慧, 林少平. 高血压病人心理、个性状况观察及治疗方法探讨[J]. 中国医师杂志, 1999, (5).