

# 规范化护理对高血压患者的效果及生活质量改善情况评价

郎静

(新疆医科大学第五附属医院 新疆乌鲁木齐 830000)

**【摘要】**目的 评价规范化护理措施对于高血压患者的效果及在生活质量上的改善情况。方法 以新疆医科大学第五附属医院收治的108例高血压患者作为研究对象,将所有患者按照入院时间的先后划分到两个小组中,先入院的为对照组,有54例患者,后入院的为研究组,有54例患者。对照组中的患者按照常规的护理方法进行操作,研究组中的患者则实施规范化的护理。对比两组患者血压水平、健康知识知晓情况、生活质量评分、护理满意度。结果 研究组患者经过规范化护理后舒张压及收缩压均有显著降低,与护理前及对照组比较均有统计学差异( $P < 0.05$ );统计健康知识知晓情况得出,研究组诊断知识知晓率、摄盐知识知晓率、用药知识知晓率、运动知识知晓率及并发症护理知识知晓率均明显高于对照组,差异构成了统计学意义( $P < 0.05$ );从各个维度生活质量评分上分析显示,研究组的躯体功能评分、心理功能评分、物质生活状态评分及社会功能评分均明显高于对照组,差异有统计学意义( $P < 0.05$ );计算护理满意度得出,研究组的数据明显高于对照组,差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。结论 对于高血压患者实施规范化护理干预能够显著改善其血压水平,患者能够对疾病的相关知识有更多的认识与了解,主动纠正不良行为习惯,生活质量得到显著提升,从而将血压水平控制在良好的范围内。

**【关键词】**高血压;规范化护理;血压水平;健康知识;生活质量;护理满意度

Evaluation of the effect of standardized nursing on hypertensive patients and the improvement of their quality of life

Lang Jing

(The Fifth Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University, Xinjiang Urumqi 830000)

**[Abstract]** Objective To evaluate the effect of standardized nursing measures on hypertension patients and the improvement of the quality of life. Methods Taking 108 hypertensive patients admitted to the Fifth Affiliated Hospital of Xinjiang Medical University as the research object, all the patients were divided into two groups according to the admission time, including the control group, 54 patients and the study group, with 54 patients. Patients in the control group were operated according to the usual nursing methods, while patients in the study group were given standardized care. Blood pressure level, health knowledge, quality of life score and nursing satisfaction were compared. Results Patients in the study group had significant decreases in diastolic and systolic blood pressure after standardized care, And pre-care and control group ( $P < 0.05$ ); Statistical health knowledge knowledge, The knowledge rate of diagnostic knowledge, salt intake knowledge, medication knowledge, exercise knowledge, and complication nursing knowledge were significantly higher than that of the control group, The difference constituted the statistical significance ( $P < 0.05$ ); Analysis on the quality of life scores from each dimensions, The somatic function scores, mental function scores, physical life status scores and social function scores were significantly higher than the control group, The difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ); Calculated satisfaction with care, Data in the study group were significantly higher than those in the control group, The difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ). Conclusion The implementation of standardized nursing intervention for hypertensive patients can significantly improve their blood pressure level, patients can have more understanding of the disease, take the initiative to correct bad behavior habits, and significantly improve the quality of life, so as to control the blood pressure level within a good range.

**[Key words]** hypertension; standardized care; blood pressure level; health knowledge; quality of life; nursing satisfaction

高血压属于常见且高发的慢性疾病,尤其在老年人中具有较高的发病率。随着年龄的增长,人体的器官在逐渐经历衰退的过程,高血压并发其他疾病的风险也会越来越大,导致致死率及致残率显著上升。因此,及早发现和有效管理高血压对于预防并发症至关重要。生活方式的调整和药物治疗是控制高血压的关键,能够显著降低患者并发症的风险,提高其生活质量。当前,医疗模式在不断演变且人们的医疗保健意识越来越强,对于高血压患者在管理上不单单是局限在用药治疗上,而是将重点放在了对患者进行护理干预上。这个过程中需要专业的护理人员对患者进行规范化的护理指导,帮助患者形成科学的生活习惯,从而更好地控制血压

水平<sup>〔1〕</sup>。本研究以108例高血压患者为研究对象,以分组的方式进行对比分析,证实规范化护理在高血压患者中的实际作用。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

本次的研究对象为新疆医科大学第五附属医院收治的108例高血压患者,所有患者均符合高血压的诊断标准,患者及其家属均同意参与到研究中,提供了完整的资料用于研

究使用。将所有患者以入院的时间作为分组的依据,其中54例患者先入院将其作为对照组,54例患者后入院将其作为研究组。所有研究对象的一般资料构成情况进行组间对比:对照组中男性占30例,女性占24例,年龄最大值/最小值为78/41(岁),病程最长/最短为16/2(年);合并症:4例合并脑出血,26例合并脑梗死,10例合并脑卒中,8例合并心衰,6例合并肾衰;文化程度:6例大专学历,12例高中学历,28例初中学历,5例小学学历,3例文盲。研究组中男性占32例,女性占22例,年龄最大值/最小值为77/41(岁),病程最长/最短为15/2(年);合并症:3例合并脑出血,25例合并脑梗死,12例合并脑卒中,9例合并心衰,5例合并肾衰;文化程度:5例大专学历,13例高中学历,27例初中学历,6例小学学历,3例文盲。从以上数据结果可看出两组间一般资料的差异并不大( $P > 0.05$ ),具有较高的可比价值。

## 1.2 方法

对照组中的54例患者给予常规的护理方法,研究组中的54例患者实施规范化的护理措施,在各个方面对患者进行具体的指导与干预,包括的内容有以下几点。

### 1.2.1 详细的健康知识宣教

大部分的患者对于高血压疾病并没有足够的认识与了解,导致在健康意识不够强。因此,护理人员可组织患者参加高血压健康讲座,在健康知识讲座中采用通俗易懂的语言向患者讲解疾病的发生机制、常见的并发症类型及治疗过程中需要注意的问题,尤其让患者清楚长期处于高血压状态下导致的危害,提醒患者要及时进行干预以控制好血压水平。在讲解具体的治疗方法时,向患者强调保持健康生活方式的重要性,如控制好体重、限制钠盐摄入量、减少饮酒、吸烟等,并让患者坚持按时按量服药<sup>[2]</sup>。同时,教给患者自我监测血压的方法。

### 1.2.2 具体的饮食指导

高血压患者在饮食上应引起注意,尤其是老年人,随着年龄的增长其味觉功能可能出现下降的情况,使得口味偏向咸味,再加上平时的活动量也在逐渐减少,因此,在饮食上要做好选择,以维持好健康的状态。建议高血压患者要在饮食上做出一些调整,以清淡容易消化的食物为主,做到低脂、低盐、低胆固醇饮食,并遵循少食多餐的原则。控制好钠盐的摄入量对于高血压患者来说是非常重要的,通常每天的钠盐摄入量应维持在5g以下。多食用水果及蔬菜,适量饮用牛奶,以确保摄入足够的钾和钙<sup>[3]</sup>。饮食应该多样化,主要以谷类为主,包括经常食用粗粮,减少加工和腌制食品的摄入。此外,规避饮食中的暴饮暴食。

### 1.2.3 规范的用药指导

高血压患者在用药中离不开家属的监督和管理,因此,护理人员应向家属强调所用药物的各种信息,包括药物的名称、使用的剂量、产生的作用、可能出现的不良反应及用药期间需要注意的问题等。耐心地向患者及其家属解释药物的准确信息,使其在家庭中能够继续正确用药。协助制定合适的服药时间,并指导患者及家属坚持按时服药。在药物的使用过程中,特别强调服药剂量必须按照医嘱执行,绝不能随

意增减药量或突然更换药物,以确保药物的疗效和安全性。详细解释药物的不良反应,并教导患者学会自我观察和护理,以便及时发现并处理可能出现的不良反应<sup>[4]</sup>。

### 1.2.4 针对性的心理疏导

对高血压患者实施心理疏导需要根据不同的情况进行针对性的干预,以满足不同患者的心理需求。对于出现不良情绪反应的患者,护理人员应给予个性化的心理疏导来应对情绪波动,可引导患者适当地参加一些活动,如健康知识讲座、社交聚会等,让患者的情绪得到有效的释放,同时也能促进他们的社交互动。另外,鼓励患者建立健康的生活方式,包括饮食上的调整及适量的运动,始终保持积极乐观的心态。

### 1.2.5 定期的随访

对于高血压患者来说,定期的随访是不可少的。通过定期随访,护理人员能够全面地了解患者的疾病情况、家庭状况,详细地为其建立健康档案,以更好地了解到患者的整体健康状况。在此基础上,为患者建立个性化的随访计划,以保证患者能够享受到最佳的治疗及护理服务。在随访过程中,护理人员需要细致入微地了解患者的饮食习惯、运动情况、作息规律以及用药情况。通过与患者的沟通交流,护理人员可以及时发现患者的生活方式中可能存在的不良因素,并提供针对性的建议和指导,帮助患者建立健康的生活方式<sup>[5]</sup>。另外,护理人员还需要耐心倾听患者提出的问题,并提供专业的解答和建议,以便患者能够更好地理解自身疾病状况,增强对治疗和管理的信心。

## 1.3 观察指标

对比两组患者血压水平、健康知识知晓情况(包括的具体指标有诊断知识知晓率、摄盐知识知晓率、用药知识知晓率、运动知识知晓率及并发症护理知识知晓率)、生活质量评分(包括的具体维度有躯体功能评分、心理功能评分、物质生活状态评分及社会功能评分)、护理满意度(以发放的问卷调查表的评分为依据进行等级划分,90分以上=非常满意,70-89分=满意,低于70分=不满意,满意度为非常满意与满意例数之和所占的比例)。

## 1.4 统计学方法

使用的统计学软件为SPSS24.0版本,血压水平及评分指标记为计量资料,表示方法为( $\bar{x} \pm s$ ),检验方法为t,知晓率及满意度记为计数资料,表示方法为(%),检验方法为 $\chi^2$ , $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者护理前后血压水平比较

在护理前,两组患者的舒张压及收缩压均处于较高的状态,组间差异无统计学意义( $P > 0.05$ ),经过护理后血压水平均降低,且研究组明显低于对照组,差异有统计学意义( $P < 0.05$ )。具体的对比数据见表1。

### 2.2 两组健康知识知晓情况比较

研究组诊断知识知晓率、摄盐知识知晓率、用药知识知晓率、运动知识知晓率及并发症护理知识知晓率均明显高于



对照组, 差异构成了统计学意义 ( $P < 0.05$ )。具体的对比数据见表 2。

2.3 两组患者生活质量评分比较

研究组各维度的评分均高于对照组, 差异有统计学意义

( $P < 0.05$ )。具体对比数据见表 3。

2.4 两组护理满意度比较

研究组的护理满意度显著高于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。具体对比数据见表 4。

表 1 两组患者护理前后血压水平比较 ( $\bar{x} \pm s$ , mmHg)

组别	n	舒张压		收缩压	
		护理前	护理后	护理前	护理后
研究组	54	98.03 ± 9.22	81.06 ± 5.71	142.37 ± 10.28	115.31 ± 6.86
对照组	54	97.86 ± 9.38	89.27 ± 6.88	144.33 ± 9.45	133.52 ± 8.13
t		0.362	4.635	0.361	6.785
P		0.068	0.021	0.077	0.016

表 2 两组健康知识知晓情况比较[n (%)]

组别	n	诊断知识知晓	摄盐知识知晓	用药知识知晓	运动知识知晓	并发症护理知识知晓
研究组	54	49 (90.74)	49 (90.74)	50 (92.59)	51 (94.44)	50 (92.59)
对照组	54	40 (74.07)	41 (75.93)	42 (77.78)	40 (74.07)	41 (75.93)
$\chi^2$		6.112	5.982	7.213	7.116	7.116
P		0.033	0.036	0.021	0.023	0.023

表 3 两组患者生活质量评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	n	躯体功能评分	心理功能评分	物质生活状态评分	社会功能评分
研究组	54	66.54 ± 5.15	71.27 ± 4.28	62.84 ± 4.77	67.22 ± 4.93
对照组	54	45.63 ± 5.46	43.24 ± 5.04	45.19 ± 5.38	43.91 ± 5.82
t		11.245	8.116	7.168	12.065
P		0.002	0.031	0.032	0.001

表 4 两组护理满意度比较

组别	n	非常满意 (n)	满意 (n)	不满意 (n)	满意度 (%)
研究组	54	40	13	1	98.15
对照组	54	28	17	9	83.33
$\chi^2$					6.352
P					0.042

3 讨论

高血压属于常见的慢性疾病类型, 其发生与多种因素密切相关, 包括年龄、肥胖和遗传等。有相关的人员表明, 对于高血压患者实施规范化的护理干预能够使其对疾病有更加深入的了解, 从而在治疗上更加配合, 利于更好地控制血压水平, 改善生活质量。具体规范化的护理措施包括健康知识宣教、饮食指导、用药指导、心理疏导及定期随访, 通过多方面的护理指导, 能够增强患者的治疗配合度, 从而控

制好血压水平, 对于降低并发症的发生率有积极意义。从以上研究结果可看出, 实施规范化护理的研究组血压值更低, 健康知识知晓率及生活质量评分更高, 赢得更多患者的满意, 与给予常规护理方法的对照组比较差异均有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。由此可见, 规范化护理对于高血压患者来说在控制血压水平、提高生活质量上有着明显的作用, 可推广应用。

参考文献:

[1]吉如香.护理干预对老年高血压患者生活质量的影响效果分析[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2020, 20(A3): 325-326.  
 [2]胡晨晨.优质护理应用在老年高血压患者护理中的效果及对患者的血压水平和睡眠质量的影响[J].饮食保健, 2020(26): 142-143.  
 [3]谭玲丽, 刘静.不同护理方式应用在高血压患者护理中的效果以及对护理满意度的影响分析[J].医学食疗与健康, 2020(7): 144-145.  
 [4]卫晓静.探讨优质护理服务对高血压老年患者生活质量的影响[J].实用临床护理学电子杂志, 2020(25): 98, 101.  
 [5]国玲.综合护理对老年高血压患者脑出血护理效果及生活质量的改善[J].健康之友, 2021(3): 23.