

探讨老年高血压引发心血管疾病相关因素及其临床对策

赵静静

(献县中医医院 河北沧州 062250)

【摘要】目的：探讨老年高血压引发心血管疾病相关因素及其临床对策。方法：选取2021年7月-2022年7月在本院接受治疗的360例高血压患者（老年）进行研究，根据是否并发心血管疾病进行分组，将176例无心血管疾病患者纳入对照组，将184例有心血管疾病的患者纳入观察组，分析两组的个人资料，总结引发心血管疾病的相关因素。结果：观察组的LDL-C、TG、TC分别为 (4.27 ± 0.34) mmol/L、 (3.86 ± 0.36) mmol/L、 (7.84 ± 0.76) mmol/L，均高于对照组的 (2.59 ± 0.20) mmol/L、 (2.12 ± 0.15) mmol/L、 (5.69 ± 0.53) mmol/L，观察组的饮酒率、吸烟率、低运动量率、糖代谢异常率、生活方式差率分别为67.93%、71.20%、52.17%、57.07%、50.54%，均高于对照组的53.98%、56.25%、40.34%、43.18%、35.80% ($P < 0.05$)。结论：血脂水平、饮酒、吸烟、低运动量、糖代谢异常、生活方式是影响老年高血压患者发生心血管疾病的因素，可以此为依据对患者实施相应护理干预，降低心血管疾病风险。

【关键词】老年高血压；心血管疾病；相关因素

To explore the related factors of cardiovascular disease caused by senile hypertension and its clinical countermeasures

Zhao Jingjing

(Xianxian Hospital of Traditional Chinese Medicine, Cangzhou, Hebei 062250)

[Abstract] Objective: To explore the related factors of cardiovascular disease caused by elderly hypertension and its clinical countermeasures.

Methods: The 360 patients with hypertension treated in our hospital from July 2021 to July 2022 (elderly) were studied, according to whether concurrent cardiovascular disease, 176 patients without cardiovascular disease were included in the control group, 184 patients with cardiovascular disease were included in the observation group. The personal data of both groups were analyzed, and the related factors causing cardiovascular disease were summarized. Results: LDL-C, TG, and TC in the observation group were (4.27 ± 0.34) mmol/L, (3.86 ± 0.36) mmol/L, and (7.84 ± 0.76) mmol/L, respectively, All were higher than the mmol/L (2.59 ± 0.20) , (2.12 ± 0.15) mmol/L, and (5.69 ± 0.53) mmol/L of the control group, The rate of drinking, rate of smoking, low exercise rate, abnormal glucose metabolism rate and lifestyle difference in the observation group were 67.93%, 71.20%, 52.17%, 57.07% and 50.54%, respectively, All were higher than the 53.98%, 56.25%, 40.34%, 43.18%, and 35.80% of the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Blood lipid level, drinking, smoking, low exercise amount, abnormal glucose metabolism and lifestyle are the factors affecting the occurrence of cardiovascular disease in elderly patients with hypertension. Based on this, it can be implemented corresponding nursing intervention for patients to reduce the risk of cardiovascular disease.

[Key words] Hypertension in the elderly; cardiovascular disease; related factors

高血压是一种可控制但需长期治疗的疾病，具有不可逆性，好发于老年群体，主要与老年人的器官衰退较严重、机体抵抗力差、基础疾病多、动脉血管的动脉硬化程度大等有关。在老年高血压患者中，年龄越大，其血压波动幅度就越大，在精神压力、体位、饮食等的影响下可能会使心、脑组织等受损，引发相关心血管并发症^[1-2]。有研究表明，了解老年高血压患者发生心血管疾病的危险因素，早期对心血管疾病高危人群进行识别，采取相应干预措施，能够有效改善患者的身体状况，提高其安全性^[3-4]。而针对此类风险的评估相对较少，故本文就老年高血压引发心血管疾病相关因素及其临床对策展开分析。

1.资料与方法

1.1 一般资料

共纳入360例患者，均为老年高血压患者，其入院时间范围为2021年7月-2022年7月，根据心血管疾病发生情况展开分组。对照组（无心血管疾病）176例，男112例（63.64%）、女64例（36.36%）；年龄：50-80岁，均值： (65.39 ± 4.12) 岁；病程：2-11年，均值： (7.69 ± 1.03) 年。观察组（有心血管疾病）184例，男109例（59.24%）、女75例（40.76%）；年龄：51-80岁，均值： (65.45 ± 4.03) 岁；病程：1-11年，均值： (7.77 ± 1.12) 年。入选者均发

生高血压并且为老年人,具备完整的病历资料,病情较稳定;排除肝肾功能不全、伴有血液系统疾病、合并精神疾病、语言功能丧失等患者。

1.2 方法

收集两组患者的个人资料,包括年龄、性别、病程、血脂水平、生活方式等,分析患者发生心血管疾病的危险因素。

1.3 统计学方法

处理工具为 SPSS 22.0 统计软件,差异有统计学意义以 $P < 0.05$ 表示。

2.结果

观察组饮酒率 67.93%、吸烟率 71.20%、低运动量率 5.217%、糖代谢异常率 57.07%、生活方式差率 50.54%、LDL-C (4.27 ± 0.34) mmol/L、TG (3.86 ± 0.36) mmol/L、TC (7.84 ± 0.76) mmol/L, 与对照组的 53.98%、56.25%、40.34%、43.18%、35.80%、(2.59 ± 0.20) mmol/L、(2.12 ± 0.15) mmol/L、(5.69 ± 0.53) mmol/L 相比显著较高 ($P < 0.05$), 见表 1。

表 1 老年高血压发生心血管疾病的影响因素 [$(\bar{x} \pm s)$, n (%)]

相关因素	对照组 (n=176)	观察组 (n=184)	t/ χ^2 值	P 值
性别	-	-	-	-
男	112 (63.64)	109 (59.24)	0.734	0.392
女	64 (36.36)	75 (40.76)		
高血压分级	-	-	-	-
1 级	28 (15.91)	39 (21.20)	1.660	0.198
2 级	93 (52.84)	102 (55.43)	0.244	0.622
3 级	55 (31.25)	43 (23.37)	2.820	0.093
年龄 (岁)	65.39 ± 4.12	65.45 ± 4.03	0.136	0.761
病程 (年)	7.69 ± 1.03	7.77 ± 1.12	0.204	0.695
TC (mmol/L)	5.69 ± 0.53	7.84 ± 0.76	8.231	0.021
TG (mmol/L)	2.12 ± 0.15	3.86 ± 0.36	7.468	0.036
LDL-C (mmol/L)	2.59 ± 0.20	4.27 ± 0.34	7.015	0.039
饮酒	-	-	-	-
是	95 (53.98)	125 (67.93)	7.374	0.007
否	81 (46.02)	59 (32.07)		
吸烟	-	-	-	-
是	99 (56.25)	131 (71.20)	8.709	0.003
否	77 (43.75)	53 (28.80)		
低运动量	-	-	-	-
是	71 (40.34)	96 (52.17)	5.065	0.024
都	105 (59.66)	88 (47.83)		
糖代谢异常	-	-	-	-
是	76 (43.18)	105 (57.07)	6.936	0.008
否	100 (56.82)	79 (42.93)		
BMI (kg/m^2)	26.23 ± 3.58	26.36 ± 3.51	0.135	0.941
生活方式	-	-	-	-
良好	79 (44.89)	38 (20.65)	24.083	0.000
一般	34 (19.32)	53 (28.80)		
差	63 (35.80)	93 (50.54)		
hs-CRP (mg/L)	3.26 ± 0.15	3.48 ± 0.19	0.248	0.762
舒张压 (mmHg)	106.86 ± 3.45	106.97 ± 3.38	0.179	0.936
BUN (mmol/L)	6.59 ± 1.03	6.62 ± 1.05	0.324	0.674
Cr ($\mu\text{mol}/\text{L}$)	91.42 ± 5.68	91.56 ± 5.61	0.225	0.748

注: TC: 总胆固醇、TG: 三酰甘油、LDL-C: 低密度脂蛋白胆固醇、BMI: 身体质量指数、hs-CRP: 超敏 C 反应

蛋白、BUN：血尿素氮、Cr：肌酐。

3.讨论

老年高血压是老年群体中的一大威胁，与动脉壁硬化有较大联系，随着人口老龄化的加剧，我国老年高血压发生率逐渐上升，此类疾病给老年人的生活造成较大的影响，同时也对社会造成一定影响。既往研究指出，老年高血压的发生会在较大程度上降低患者的生活质量，通过积极治疗，明确心血管疾病相关因素，采取相应干预措施，能够减轻患者的机体负担，保持良好的身心状态^[5-7]。心血管疾病包括冠心病、心肌梗塞、心绞痛等，是老年高血压的常见并发症，若能够尽早明确引起心血管疾病的相关因素，及时预防，则可以在较大程度上帮助患者降低心血管风险，改善个体健康状况^[8-10]。此次研究结果显示，观察组的血脂水平较对照组高，饮酒、吸烟、低运动量、糖代谢异常、生活方式差率较高，说明血脂、吸烟、饮酒、生活方式、低运动量、糖脂代谢情况均有可能使老年高血压患者并发心血管疾病。针对此类因素，在护理过程中需注意以下几点：

①加强对患者进行健康宣教，使其重视自身生活方式，纠正不良嗜好，养成坚持运动的好习惯，用通俗易懂的语句解释老年高血压的症状、进展过程、危害性、并发心血管疾病的原因、相关并发症的预防等，使患者更好地了解自身

疾病情况与适宜的处置措施；对于不同严重程度的高血压患者需进行针对性指导管理，使其按照血压情况服药。

②主动与患者家属沟通，让家属认识到监督的重要性，告知家属在日常生活中对患者形成约束，提醒患者按时服药，纠正其不良生活习惯，及时制止患者的不良行为，并对患者进行思想教育，保持合理的膳食结构，控制钠盐摄入，确保营养均衡。

③叮嘱患者定期复查，除了检查血压之外，还要接受糖脂代谢的检查，根据血脂情况适当调整治疗方案，注意控制自身体重，鼓励患者适当进行相关体育锻炼，为患者建立健康档案，定时对患者进行随访，了解患者近期的自我管理情况与病情的控制情况，提出相应建议。

④对患者的肥胖、饮酒、吸烟等状况进行调查，开展病友交流会，使老年高血压患者有更多的机会接触相同疾病的患者，鼓励患者之间多分享护理经验，由病情控制良好的患者进行总结，予以启发；多了解患者的心理变化情况，打消患者的顾虑，向患者说明保持积极心态对疾病控制的重要性。

综上所述，在老年高血压患者中，受血脂水平、饮酒、吸烟、低运动量、糖代谢异常、生活方式等的影响可引发心血管疾病，在护理过程中需加以防范。

参考文献：

- [1]方美娇. 社区老年高血压患者中医体质特点及心血管疾病发生的影响因素分析[J]. 中国现代药物应用, 2023, 17(10): 5-9.
- [2]郭芝廷, 陈洁, 郭二菱, 沈国丽, 丁传琦, 黄玉香, 张玉萍, 金静芬. 心血管疾病发病风险感知与客观估算风险的相关性及护理对策[J]. 中华护理杂志, 2023, 58(02): 150-157.
- [3]赵静, 赵淑清. 老年高血压病患者脂质代谢异常及其与心血管疾病发生风险的相关性分析[J]. 老年医学与保健, 2022, 28(03): 544-548.
- [4]朱晖, 李聪, 田艳玲, 李亚飞. 郑州市金水区老年人群心血管病流行情况及影响因素分析[J]. 华南预防医学, 2022, 48(05): 547-550+555.
- [5]林惠钗, 黄碧琴. 护理干预对降低门诊高血压患者心血管意外风险的效果评价[J]. 心血管病防治知识, 2022, 12(01): 44-46.
- [6]柳瑾, 齐新, 齐延芳, 冯娇娇, 彭金玲. 天津社区老年高血压患者心血管疾病危险因素分析[J]. 首都医科大学学报, 2021, 42(05): 804-809.
- [7]JLamprea-Montealegre Julio A, Zelnick Leila R, Hall Yoshio N, et al. Prevalence of Hypertension and Cardiovascular Risk According to Blood Pressure Thresholds Used for Diagnosis[J]. Pubmed, 2018, 72(3): 602-609.
- [8]AdrianG, UllaG, AdriannaM, et al. The economic burden of cardiovascular disease And hypertension in low- and middle-income countries: a systematic review[J]. BMC Public Health, 2018, 18(1): 975-990.
- [9]高观瑞, 林晓妹. 老年心血管病患者并发脑卒中的影响因素分析及护理对策[J]. 心血管病防治知识(学术版), 2018(20): 72-74.
- [10]周吉永, 李杰, 张勇. 重庆市老年高血压患者终止高血压膳食现状及其评分与心血管疾病危险因素的相关性研究[J]. 重庆医科大学学报, 2018, 43(03): 388-392.