

老年高血压患者综合管理与临床疗效分析

党海燕¹ 安豫²

1 新疆军区乌鲁木齐第三离职干部休养所

2 中国人民解放军陆军第九五〇医院

DOI:10.32629/ffcr.v4i4.21467

[摘要] 文章基于老年高血压患者生理方面的特点以及临床管理方面的需求,结合老年高血压发病的特征,把焦点放在综合管理模式的构建以及临床疗效的提升上;对老年高血压综合管理的核心内容、临床疗效评价的维度、管理模式优化的方向、全程干预的路径以及预后保障的措施进行梳理;参考“个体化管控、全程干预、标本兼治”这样的临床理念,为了提升老年高血压综合管理的水平、改善患者临床的预后情况、降低并发症出现的风险,提供实践方面的参考。与老年慢病管理精细化、规范化的发展导向相契合,帮助完善老年高血压临床管理体系。

[关键词] 老年高血压; 综合管理; 临床疗效; 干预路径; 疗效评价

中图分类号: R365 **文献标识码:** A

Comprehensive management and clinical efficacy analysis of elderly hypertensive patients

Haiyan Dang¹ Yu An²

1 Xinjiang Military Region Urumqi Third Retired Cadre Rest Center

2 The 95th Hospital of the Chinese People's Liberation Army Army Army

[Abstract] This article is based on the physiological characteristics of elderly patients with hypertension and the clinical management needs, and takes into account the features of hypertension in the elderly. It focuses on the construction of a comprehensive management model and the improvement of clinical efficacy. The study systematically reviews the core components of comprehensive management for elderly hypertension, dimensions of clinical efficacy evaluation, directions for optimizing management models, pathways for whole-course intervention, and measures for prognosis assurance. Guided by clinical concepts such as “individualized control, whole-process intervention, and both symptom and root treatment,” this study aims to provide practical references for improving the level of comprehensive management of elderly hypertension, enhancing patients’ clinical outcomes, and reducing the risk of complications. It is aligned with the development trend toward refined and standardized management of chronic diseases in the elderly, and contributes to improving the clinical management system of elderly hypertension.

[Key words] Elderly hypertension; comprehensive management; clinical efficacy; intervention pathway; efficacy evaluation

引言

高血压属于一种常见存在的慢性疾病,它是造成冠心病、脑卒中等心血管疾病以及导致死亡的主要原因当中的一个^[1]。随着人口老龄化的进程在不断地加快速度,老年高血压的患病概率持续地往上升高,这就对临床方面的管理以及疗效的提升提出了更高的要求^[2]。综合管理模式会兼顾到药物治疗这个方面、生活方式干预这个方面、健康监测等多个维度方面,和单一的治疗方式相比较而言,这种模式更能够适配老年高血压患者在临床方面的需求。在老年慢病管理体系不断地进行完善的背景情

况之下,开展针对老年高血压患者的综合管理以及临床疗效方面的分析工作,梳理管理方面的要点内容、疗效评价的方式以及优化的路径,对于优化临床管理的策略、提升疗效的水平、保障老年患者的健康具有重要的临床意义以及实践价值。

1 老年高血压患者综合管理的核心内容方面

1.1 个体化药物干预管理方面

个体化药物干预管理属于老年高血压综合管理核心内容当中的一个。主要是要结合老年患者的生理机能状况、合并疾病的情况、用药耐受的程度等,来制定具有针对性的药物治疗方

案。老年患者大多存在肝肾功能减退的问题、代谢能力下降的问题等,并且常常会合并糖尿病、冠心病、心力衰竭等基础疾病,用药需要根据所患疾病的特点情况,兼顾安全性以及有效性,要避免盲目地进行用药。在临床当中需要根据患者的血压波动规律情况、药物不良反应等情况,动态地调整用药的种类以及剂量还有服药的时间,优先选择长效的、温和的降压药物,以此来确保血压能够控制在合理的范围之内。

1.2 科学生活方式干预方面

科学生活方式干预是老年高血压综合管理重要的基础,它和药物治疗一起协同发挥降压的作用,有助于改善患者的临床状态。生活方式干预需要围绕饮食、运动、作息、情绪等多个维度来展开,要引导患者养成低盐、低脂、低糖的饮食习惯,减少高油、高盐食物的摄入,多摄入新鲜的蔬果以及优质的蛋白。同时,要结合老年患者的身体状况,指导他们开展温和的体育锻炼,避免进行剧烈的运动,要规律作息、避免熬夜,保证充足的睡眠,保持积极乐观的情绪,减少焦虑、抑郁等不良情绪对血压产生的影响,通过科学的生活方式调整,辅助控制血压,提升患者整体的健康水平。

1.3 全程健康监测管理方面

全程健康监测管理是老年高血压综合管理的关键环节,其核心是要实时掌握患者血压的变化情况以及身体的状态,为管理方案的调整提供依据^[3]。监测的内容主要包括血压、心率监测、身体指标监测以及并发症监测,要指导患者以及家属掌握正确的血压测量方法,定期进行监测并记录血压的变化情况,及时发现血压异常的波动。同时,定期对患者的体重、血糖、血脂等相关指标进行监测,排查并发症发生的风险,建立完善的健康监测档案,对监测的数据进行系统的梳理,根据监测的结果动态地优化管理方案,确保综合管理具有针对性以及有效性。

2 老年高血压患者临床疗效的评价维度

2.1 血压控制效果评价

血压控制效果属于老年高血压临床疗效评价所涉及的核心维度,它能够直接反映出综合管理实施之后所取得的成效,同时也是衡量患者病情控制具体情况的关键指标。在进行评价的过程当中,需要结合老年患者自身的个体情况,去判断其血压是否被控制在预先设定的合理范围之内,要重点关注血压具备的稳定性,避免血压出现比较剧烈的波动情况。与此同时,要对患者血压控制的持续性进行评价,观察在长期管理的过程当中血压是否能够维持在理想的水平,避免出现血压反复升高这样的情况。通过开展科学的血压控制评价工作,及时对管理策略作出调整,从而确保血压控制效果能够达到标准,为患者病情的改善奠定一定的基础。

2.2 症状改善情况评价

症状改善情况是老年高血压临床疗效评价的重要补充内容,它聚焦于患者临床症状的缓解以及消失情况,能够反映出患者身体状态的改善程度。老年高血压患者通常会伴随有头晕、头痛、乏力、胸闷、心悸等临床症状,这些症状严重地影响到了患

者的生活质量^[4]。在疗效评价的过程当中,需要观察患者上述临床症状的改善情况,判断症状是否出现减轻、消失的情况,或者是否出现了新的不适症状。通过开展症状改善评价工作,能够直观地反映出综合管理对患者身体状态所产生的积极影响,同时也能够为管理方案的优化提供重要的参考依据。

2.3 并发症防控效果评价

并发症防控效果是老年高血压临床疗效评价的关键维度,老年高血压容易引发心脑血管疾病、肾功能损伤等多种并发症,这些并发症严重地威胁到了患者的生命健康。在疗效评价的过程当中,需要重点观察患者是否出现了新的并发症,以及原有并发症的控制情况,判断并发症的发展是否得到有效的遏制。与此同时,要对综合管理措施对并发症的预防以及干预效果进行评价,通过实施规范的管理,降低并发症发生的风险,延缓并发症的发展进程,改善患者的长期预后情况,这也是老年高血压综合管理的重要目标之一。

3 老年高血压综合管理模式的优化方向

3.1 个体化管理方案优化

个体化管理方案优化是老年高血压综合管理模式优化的核心方向,其核心要点是打破“一刀切”的管理模式,结合老年患者的个体差异情况,制定出更具有针对性的管理方案。在优化的过程当中,需要充分地考虑患者的年龄、生理机能、合并疾病、用药情况、生活习惯等多种因素,对不同个体的管理重点进行区分,动态地调整药物干预、生活方式干预以及健康监测的具体措施。同时,结合患者的依从性情况,对管理方案的可操作性进行优化,确保患者能够积极地配合管理工作,提升管理的效果。

3.2 多学科协同起来进行管理方面的优化

多学科协同起来进行管理方面的优化是提升老年高血压综合管理的水平的一个重要的方向,老年高血压的患者常常会合并多种基础的疾病,单一学科来进行管理很难满足临床方面的需求。在优化的过程之中,需要整合心内科、内分泌科、神经内科、营养科等多个学科的资源,建立起多学科协同管理的机制,明确各个学科的职责分工情况,实现优势互补。通过多学科进行会诊、联合起来进行评估,为患者制定全面的、系统的管理方案,针对患者的合并疾病开展协同的干预,避免单一学科管理存在的局限性,提升综合管理的科学性以及全面性。

3.3 智能化管理模式进行优化

智能化管理模式进行优化是适应老年慢病管理智能化发展的必然趋势,也是提升老年高血压综合管理效率的重要路径^[5]。在优化的过程之中,可以引入智能化监测设备、健康管理APP等工具,实现患者血压等健康指标的实时监测以及数据同步,方便医护人员及时掌握患者身体的状态。同时,借助智能化平台,为患者推送个性化的健康指导、用药提醒等内容,提升患者自我管理的能力,减少医护人员的工作负担,实现“线上+线下”一体化的智能化管理,推动综合管理模式朝着高效化、便捷化的方向发展。

4 老年高血压综合管理的全程干预路径

4.1 前期筛查与评估进行干预

前期筛查与评估进行干预是老年高血压综合管理全程干预的首要环节,核心是早发现、早评估、早干预,降低疾病进展的风险。前期需要针对老年人群开展全面的高血压筛查工作,扩大筛查的覆盖面,及时发现潜在的高血压患者以及高危人群。对筛查出来的患者,进行全面的身体评估,包括血压水平、生理机能、合并疾病、生活习惯等,明确患者的病情特点以及管理需求,制定初步的干预方案,为后续的规范管理奠定基础,实现疾病的早期防控。

4.2 中期规范管理进行干预

中期规范管理进行干预是老年高血压综合管理全程干预的核心环节,聚焦患者病情的规范控制以及管理,确保管理措施落地并且见到成效。在中期管理的过程之中,严格落实个体化药物治疗方案,规范生活方式干预措施,加强健康监测,定期对患者的病情进行复查以及评估,根据患者的血压变化、症状改善情况以及身体状态,动态调整管理方案。同时,加强与患者以及家属的沟通,指导患者规范用药、科学调整生活方式,提升患者的依从性,确保管理措施能够长期、规范地执行。

4.3 关于后期的随访以及康复方面的干预工作

后期所开展的随访以及康复方面的干预工作,属于老年高血压综合管理全程干预里面的收尾环节,其核心要点是巩固管理所取得的效果,推动患者康复,让长期预后情况得到改善。在后期的时候,需要建立起常态化的一种随访机制,定期针对患者开展随访工作,对患者的血压水平、症状改善的情况以及并发症发生的情况进行监测,及时发现管理过程当中存在的问题并且进行整改。与此同时,针对患者在康复方面的需求,开展具有个性化特点的康复指导工作,帮助患者逐步恢复身体机能,引导患者长时间坚持健康的生活方式,巩固血压控制所取得的效果,降低病情复发以及并发症发生的风险。

5 针对老年高血压患者的预后保障相关措施

5.1 健康知识宣教方面的保障

健康知识宣教方面的保障,是老年高血压患者预后保障的重要基础,其核心内容是提升患者以及家属对于老年高血压的认知水平,增强患者的自我管理能力和能力。宣教的内容需要围绕老年高血压的发病机制、治疗的方法、生活方式的调整、并发症的防控等方面来展开,采用通俗易懂的语言,结合老年患者的接受能力,通过讲座、手册、一对一指导等多种形式来开展宣教工作。同时,针对患者以及家属所提出的疑问进行耐心的解答,帮助他们掌握正确的血压测量、用药方法以及健康管理的技巧,为患者的长期预后提供知识方面的支撑。

5.2 患者依从性提升方面的保障

患者依从性提升方面的保障,是老年高血压患者预后保障的关键举措,患者的依从性直接影响综合管理的效果以及长期预后。在保障的过程当中,需要加强与患者的沟通交流,了解患者的心理状态以及用药、生活习惯当中存在的困难,有针对性地开展心理疏导工作,缓解患者的焦虑、抵触情绪,增强患者的治疗信心。同时,优化管理方案的可操作性,简化用药的流程,为患者以及家属提供便捷的健康管理支持,建立激励机制,鼓励患者积极配合管理,长时间坚持规范治疗以及健康的生活方式。

5.3 长期随访机制方面的保障

长期随访机制方面的保障,是老年高血压患者预后保障的核心支撑,能够确保对患者进行长期的监测以及管理,及时发现并解决问题。需要建立完善的长期随访机制,明确随访的时间、随访的内容、随访的方式,安排专业的医护人员负责随访工作,对患者的血压水平、用药的情况、症状的改善、并发症的发生等情况进行全面的监测以及记录。

6 结论

立足于老年患者的生理特点以及疾病特征,明确管理的核心内容、疗效评价的维度、优化的方向、干预的路径以及预后保障的措施。通过系统化、规范化的综合管理,能够有效地控制患者的血压、改善临床症状、降低并发症的风险,提升患者的生活质量。该研究契合老年慢病管理的发展导向,为临床开展老年高血压综合管理工作提供可靠的支撑,对于完善老年高血压管理体系、保障老年人群的健康具有重要的临床价值以及推广意义。

[参考文献]

- [1]马宁,沈吉明,邱春燕,等.基于“互联网+医疗健康”的连续性慢性病综合防控和管理模式对老年高血压患者的干预效果[J].医药前沿,2026,16(04):135-138.
- [2]刘美华,翁友飞,吴菊丽,等.基于老年综合评估的综合干预模式对老年高血压患者血压管理与机体衰弱的影响[J].心血管病防治知识,2024,14(20):78-80+84.
- [3]李晓鹏,张修齐,张敏华,等.老年高血压患者社区健康管理模式研究进展[J].现代医院,2024,24(03):452-456.
- [4]储信丹.综合健康管理干预在老年高血压患者中的应用[J].中国城乡企业卫生,2023,38(04):106-108.
- [5]魏建梁,赵旭东,彭伟,等.老年高血压社区综合管理概述[J].中西医结合心脑血管病杂志,2021,19(19):3341-3344.

作者简介:

党海燕(1988--),女,汉族,河南洛阳人,本科,主治医师,研究方向:老年病。