

# 个体化护理对高血压生存质量的效果研究

唐莹芳

四川省司法警官总医院

DOI:10.12238/carnc.v1i4.6791

**[摘要]** 目的: 观察和分析个体化延续护理对高血压患者生存质量的应用效果。方法: 选取2022年10月~2023年7月期间来我院治疗高血压的64例患者为研究对象,并分为实验组和参照组各32例,给予了不同的护理干预模式,给予了实验组个体化延续护理,给予参照组常规护理,将两组患者出院后进行复查时的生存质量评分、收缩压和舒张压、对疾病知识的掌握程度以及遵医嘱服药情况进行分析和比较。实验组患者的收缩压和舒张压在护理前与参照组患者之间的差异较小, $P>0.05$ ;实验组患者的舒张压和收缩压在护理后与参照组相比,实验组明显较低, $P<0.05$ 。结论: 个体化延续护理不仅对患者的血压起到了较好的控制作用,还能够有效提升患者的生存质量,并且使患者更加了解高血压这一疾病,临床推广和应用价值高。

**[关键词]** 高血压; 生存质量; 常规护理; 个体化延续护理

中图分类号: R544.1 文献标识码: A

## A Study on the Effect of Individualized Nursing on the Quality of Life in Hypertension Patients

Yingfang Tang

Sichuan Provincial Judicial Police Officer General Hospital

**[Abstract]** Objective: To observe and analyze the application effect of individualized continuing care on the quality of life of hypertensive patients. Method: A total of 64 patients who came to our hospital for treatment of hypertension between January 2023 and July 2023 were selected. The patients were divided into two groups (experimental group and reference group) and given different nursing intervention modes. The experimental group was given personalized continuing care, while the reference group was given routine care. The quality of life scores, systolic and diastolic blood pressure were measured during follow-up after discharge in both groups. Analyze and compare the level of mastery of disease knowledge and medication adherence to medical advice. Result: The quality of life score, mastery of disease knowledge score, and adherence to medical advice of the experimental group patients were significantly higher than those of the control group patients, with  $P<0.05$ ; The difference in systolic and diastolic blood pressure between the experimental group patients and the control group patients before nursing was relatively small,  $P>0.05$ ; The diastolic and systolic blood pressure of the experimental group patients were significantly lower than those of the control group after nursing, with  $P<0.05$ . Conclusion: Individualized continuous care has a good control effect on patients' blood pressure, can effectively improve their quality of life, and make patients more aware of hypertension, with high clinical promotion and application value.

**[Key words]** hypertension; Quality of life; Routine care; Individualized continuing care

### 引言

高血压近年来在中国乃至全世界范围内成为临床常见的一种多发疾病,也是非常常见的慢性疾病,患者需要终身服药来控制血压。并且高血压会诱发心脑血管方面的疾病,致残率和致死率都较高,严重影响了患者的生存质量。如何通过有效的治疗和护理干预,使患者的病情能有效控制,因此,选取2022年10月

~2023年7月期间来我院治疗高血压的64例患者为研究对象,患者被分为两组,并接受不同的护理干预,通过进行对比旨在研究个体化延续护理的临床效果。内容汇报如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

选取2022年10月~2023年7月期间来我院治疗高血压的64例

表1 比对两组患者的各项生存质量评分( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	生理功能	生理职能	社会功能	躯体疼痛	活力	精神健康	总体健康
实验组	32	23.45±1.76	14.38±5.34	9.65±1.47	11.02±1.38	18.64±3.75	22.47±3.35	21.24±3.28
参照组	32	16.37±5.54	9.18±2.20	7.30±3.42	9.18±2.47	14.15±2.28	18.76±2.48	17.65±3.71
t	--	6.89	5.09	3.57	3.67	5.78	5.03	4.10
P	--	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00

表2 比对两组患者治疗前后的收缩压和舒张压( $\bar{x} \pm s$ , mmHg)

组别	例数	舒张压		收缩压	
		护理前	护理后	护理前	护理后
实验组	32	97.2±6.3	82.4±4.8	148.2±8.5	123.6±7.1
参照组	32	97.5±6.1	89.4±5.5	148.4±8.6	141.5±5.8
t	--	0.19	5.42	0.09	11.04
P	--	0.84	0.00	0.92	0.00

患者为研究对象。所有患者通过诊断,舒张压均超过90mmHg或收缩压均超过140mmHg,同意参与本次研究,并与家属共同签署了知情协议。64例患者被随机分为两组,实验组和参照组。其中实验组32例患者的年龄范围是45~78岁之间,年龄均值为(62.15±7.43)岁,女性和男性的例数比为18:14,病程在1~10年,平均病程为(5.34±3.21)年;参照组32例患者的年龄范围是46~77岁之间,年龄均值为(62.34±7.62)岁,女性和男性的例数比为17:15,病程在1~9.5年,平均病程为(5.28±3.11)年,两组患者的年龄、病程和性别均通过SPSS25.0处理,结果显示可比。

纳入标准:①病情符合诊断标准;②自愿参与研究;③病情稳定,短期内不会有生命危险;④沟通理解能力正常。

排除标准:①病情不符合诊断标准;②不愿参与研究;③病情危重;④存在其他合并症;⑤沟通理解能力异常;⑥存在治疗禁忌症。

### 1.2方法

实施常规护理的是参照组患者,主要包括用药指导,指导患者家属为患者测量血压,为患者发放健康教育手册,进行健康宣教。

实施个体化延续性护理的是实验组,个体化延续性护理并不强调为出院后的患者直接提供长期护理,而是帮助患者及家属提高自我护理能力,对患者的指导内容以循证为依据,通常包括药物指导:药名、药物的不良反应、服药方法、协调用药等,

饮食指导:根据患者的病情、饮食习惯、支付能力等提供个性化指导;症状管理与识别:出院后病情恶化症状识别及应对;居家环境评估提供相应建议:辅助器具的使用、康复的训练等;社区资源的利用;对有需要的患者及家属帮助联系居家护理及社工工具等等

主要内容有以下几点

实验组实施个体化护理干预:

①心理指导:与患者进行积极交流,对病史、发病时间、生活习惯等相关信息进行了解,同时还需要掌握患者的文化水平和疾病相关知识需求状况,对治疗方案和预后进行详细的介绍,通过治疗取得成功的实际案例,使其紧张等不良情绪在最大程度上得到缓解。嘱咐患者以乐观态度生活,使其情绪能保持平稳,避免大起大落。②饮食指导:根据实际情况为患者制定具有针对性的饮食方案,保证做到少食多餐,日常饮食要以清淡、富含维生素为基本原则,尽可能选择优质蛋白,避免肉汤、动物内脏的摄入,使肾脏负担减轻。③运动康复指导:指导合理运动,使体质增强,同时对体质量进行控制,使机体的免疫功能得到改善。根据患者的实际喜好,对有氧运动方式进行选择,每天至少坚持锻炼半小时左右,60岁以内患者每周运动5次,每次持续半小时左右;60岁以上者每周进行3次,每次持续20min左右。

### 1.3观察指标

(1)将两组患者出院后进行复查时的生存质量评分进行观

## Clinical Application Research of Nursing Care

察和分析,用SF-36 生活质量量表进行评价,包括生理功能、生理职能、社会功能、情感职能、躯体疼痛、活力、精神健康以及总体健康,分数越高表示患者生活质量越好。(2)观察和分析两组患者在护理前后收缩压和舒张压的变化情况。(3)观察患者对疾病知识的掌握程度(本院自制调查问卷调查患者对高血压相关知识的掌握情况)和遵医嘱服药情况(遵医行为:可以长期进行规范服药并且积极接受治疗为完全遵医;偶发发生忘记服药或出现不规范服药情况为部分遵医,无法坚持或经常中断服药为不遵医)。

#### 1.4 统计学处理

实验组和参照组患者与本次研究相关的数据和基本资料都通过SPSS25.0进行分析,生存质量评分、护理前后收缩压和舒张压、知识掌握程度均用( $\bar{x} \pm s$ )表示,t检验, $P < 0.05$ ;遵医行为用(n/%)表示, $\chi^2$ 检验, $P < 0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 比对两组患者的各项生存质量评分

由表1显示,实验组患者的各项生存质量均显著优于参照组, $P < 0.05$ 。

### 2.2 比对两组患者治疗前后的收缩压和舒张压

由表2显示,护理前,两组患者的血压指标之间无显著差异, $P > 0.05$ ;护理后,实验组患者血压指标显著优于参照组, $P < 0.05$ 。

## 3 讨论

高血压患者容易引发脑出血、心肌梗死等心脑血管疾病,并且随着患者年龄的增长,患该病的概率也会逐渐增大。患者在早期并无明显表现,随着病情的发展,患者会出现头痛、恶心等症状,降低了其生活质量。有研究显示,如果良好的控制患者的血压,则发生心脑血管疾病的概率也会有所降低,患者的生存质量就会得到提升。要想控制患者的血压,日常的药物治疗远远不够,还需要采取相应的措施来提升患者的依存性和遵医率。

本次研究给予实验组患者个性化延续性护理,各项生存质量评分相比于参照组,实验组明显较高, $P < 0.05$ ;护理后,实验组的舒张压和收缩压为(82.4±4.8)、(123.6±7.1)而参照组的分别是(89.4±5.5)、(141.5±5.8),实验组的血压下降明显,并且存在优势;实验组的遵医率为100.00%。究其原因:个性化延续护理主要是根据患者的具体病情为其制定个性化的护理方案,之后严格实施,通过随访和复诊,对患者的病情进行护理,该护理方式更加具有针对性,有助于提升治疗效果,使患者

的病情能够得到更好的控制。

个体化延续护理属于一种新型护理干预模式,这种护理干预模式主要针对患者院外开展各项护理内容,从而保证护理服务的连贯性和有效性。对高血压患者应用个体化延续护理干预措施,取得了比较满意的效果,确保患者在院外能够享受到优质的护理服务,增强了健康教育工作的连续性和整体性,其中对患者建立电子档案并实施高血压健康宣教,显著提升了患者及其家属的健康知识水平,争取取得患者及其家属的认可,从而积极配合遵医嘱用药,科学饮食等”。此外,通过建立微信群,这样能够为患者提供更多的方便,还可以督促患者正常作息,规律生活,这些对有效控制高血压进展都有积极的影响。而微信群的建立还能够改善护患关系,增强护理人员与患者之间的交互性,使得患者能够享受到更优质的护理服务水平,此外,实现慢性病的自我管理效果。此外,实验组干预后的舒张压和收缩压水平均较低,可见,个体化延续护理在高血压患者健康教育中的应用效果比较理想,能够有效降低患者的血压水平,避免血压水平短时间内持续升高,引发更严重的并发症甚至威胁生命安全。

## 4 结语

总之,通过本次研究可以说明,高血压患者在治疗期间接受个体化护理干预,可以减少相关并发症,大幅度改善血压水平,缩短住院治疗时间,使护理满意度显著提高。对高血压患者实施个体化延续护理,能够改善患者的生活质量,提升其对高血压知识的认知程度,可以在临床上广泛应用。

## [参考文献]

[1]金玉,钟妮,谢彩霞.Pepplau人际关系模式下的家庭访视护理对冠心病合并高血压患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(21):43-46.

[2]陈墨馨,辛雪,李熙,等.对高血压脑出血患者进行微创手术及其综合护理的作用评价[J].哈尔滨医药,2023,43(5):140-142.

[3]葛晓芳,郭芝娟.精细化护理对妊娠期高血压患者的护理效果分析[J].贵州医药,2023,47(10):1643-1644.

[4]陈莉.积极心理干预联合围产期系统护理在妊娠合并高血压性心脏病患者中的应用效果[J].心血管病防治知识,2022,12(35):58-60,73.

[5]刘芳,吴佳林.社区宣教护理对高血压患者生活质量和血压水平的影响[J].智慧健康,2022,8(34):188-191.

## 作者简介:

唐莹芳(1985--),女,汉族,湖南人,研究生,副主任护师,研究方向:内科护理管理。