

老年高血压患者个体化护理方案的构建与效果评价

颜丽娜¹ 聂萌萌¹ 孔亚平² (通讯作者)

1.山东省军区济南第十离职干部休养所 山东 济南 250000

2.中国人民解放军联勤保障部队第九六〇医院 山东 济南 250031

【摘要】目的：探讨个体化护理方案在老年高血压患者中的构建方法及临床应用效果。方法：选取我所2023年1月至2025年12月期间治疗的75例老年高血压患者，按随机数字表法分为普通护理组和个体化护理组，普通组37例，个体化护理组38例。普通组采用常规护理，研究组采用个体化护理方案，包括针对患者具体病情及心理状态的干预。通过比较两组护理后治疗有效率及并发症发生情况评价方案效果。结果：护理干预后，研究组总有效率达到94.74%，显著高于普通组的78.38% ($P<0.05$)。研究组治疗显效及治疗有效的病例数较普通组明显增多，治疗无效例数减少。并发症方面，研究组院内感染、心力衰竭、复发发生率均显著低于普通组（分别为2.63%、2.63%、5.26%vs 13.51%、10.81%、16.22%， $P<0.05$ ），差异具有统计学意义。结论：个体化护理方案能够有效提升老年高血压患者的临床治疗效果，显著降低并发症发生风险，具有良好的推广价值和临床应用意义。

【关键词】：老年高血压；个体化护理；护理方案构建；临床疗效评价；并发症防控

DOI:10.12417/2705-098X.26.07.079

引言

高血压成为全球普遍的慢性疾病之一，其发病率随着年龄增加而明显上升，老年人群已转为高血压发病的高危群体。据中国心血管健康与疾病报告2023数据显示，我国60岁及以上老年人高血压发病率已逾50%，每年因高血压诱发的心脑血管并发症造成的死亡及致残负担逐渐恶化。老年高血压患者因为机体功能退化、伴随慢性疾病较多，临床表现繁杂，标准化治疗挑战大，并且常规护理难以应对多元化的健康需求。个体化的护理干预可以瞄准患者个体化的病情、心理状态和个体背景，提供更富针对性和科学性的护理措施，有利于改善血压管理、降低并发症出现、提高生活质量和依从性。现阶段临床对个性化护理方案的制定流程和详细效果评估依然缺少系统性证据，相应应用标准仍未完备。本项研究经由系统制定老年高血压患者的个性化护理方案，并且评估其于临床应用内的疗效与安全性，旨在为老年高血压护理管理供给理论依据与实践参考。

1 资料与方法

1.1 一般资料

共选取我所2023年1月至2025年12月期间治疗的75例老年高血压患者作为研究对象，均符合高血压临床诊断标准。所有患者通过随机数字表法分为普通组和研究组，普通组37例，研究组38例。普通组患者年龄范围为80-95岁，平均年龄（ 85.23 ± 3.67 ）岁，男性20例，女性17例。研究组患者年龄范围为80-94岁，平均年龄为（ 84.89 ± 3.52 ）岁，男性19例，女性19例。两组患者在性别、年龄、病程及基础疾病等一般资料方面经统计学分析比较，差异无统计学意义（ $P>0.05$ ），具有可比性。所有患者均自愿参与，签署知情同意书，并经过伦理委员会审核批准。上述患者在入组前均未接受个体化护理

干预，且排除了伴有严重心、肝、肾功能障碍或精神障碍者。研究各组的基本资料具有均衡性和科学性，为本次护理干预方案的有效比较奠定了基础。

1.2 方法

普通组老年高血压患者采用常规护理干预。具体方法为，护理人员根据患者的基本生命体征观察和日常护理需求，按时检测血压、引导患者恰当饮食及规范服药，并为患者给予健康宣教，帮助患者开展日常活动，观察患者的病情变化，迅速解决突发状况。护士按期举办健康教育，提示患者留意休息，防止过分疲惫。本组护理流程以标准操作为主，护理内容相对系统但未面向个体需求做更深入改进。

研究组老年高血压患者执行个体化护理方案。护理人员于评价患者详细病情、生活习惯、精神状态与并发症风险依据之上，给每个患者拟定个体化护理计划。于标准护理依据之上，增添健康管理及心理疏导，使用面对面指导，帮助患者拟定适宜饮食与运动方案，定时进行个性化健康宣教，并且依据现实状况调节药物管理。强化并发症的预防与初期干预，例如对高危患者加强院内感染与心力衰竭的防控措施。护理过程中，连续重视患者需求变动，迅速反馈与改善护理策略。

1.3 评价指标及判定标准

护理干预效果分成三种情况来评价，分别是效果很好、效果还可以、效果不好三种。效果很好是指患者血压已经恢复到正常水平或者非常接近正常水平，各种临床症状明显得到改善，患者日常生活质量也明显提升了。效果还可以是指患者血压虽然有所下降但是还没有完全恢复到正常水平，各种临床症状得到一定程度改善。效果不好是指患者血压控制情况仍然不理想，各种临床症状没有明显改善甚至出现加重现象。总有效率计算方法是效果很好加上效果还可以的人数除以总人数再

乘以 100%。并发症主要包括三种情况，分别是医院内感染、心力衰竭和疾病复发三种。医院内感染是指患者在住院期间出现肺部或者泌尿系统等部位的感染。心力衰竭是指患者在接受护理干预期间出现急性或者慢性心力衰竭的相关临床症状，并且经过医生确诊。疾病复发是指患者出院之后短期时间比如 30 天之内高血压相关症状再次加重并且需要再次前往医院就医。各项指标皆由专业医护人员依据患者治疗和护理期间的临床表现及随访记录实施评定。并发症出现依照每项具体事件的实际出现例数和出现率汇总记录。

1.4 统计学方法

采用 SPSS 22.0 统计软件对所有数据资料进行统计学分析。对计量资料以 (均数±标准差, $\bar{x} \pm s$) 表示, 采用 t 检验进行组间比较。计数资料以 [例数 (%)] 表示, 组间比较采用卡方检验。对同质性检验后不符合正态分布的资料采用非参数秩和检验。检验水准 α 设为 0.05, $P < 0.05$ 提示差异存在统计学意义。对普通组和研究组的护理效果及并发症发生情况实施了统计, 并且求出有效率及各并发症发生率的 P 值, 评估组间结果差异有无显著。对护理干预效果开展等级统计, 考察普通组与研究组于治疗显效、有效、无效及总有效率方面的差异。并且对于院内感染、心力衰竭、复发等并发症的发生率开展组间比较, 皆用 P 值体现统计差异。全部数据皆双录入并且开展核对, 保证统计结果的准确性和科学性。

2 结果

2.1 两组患者采取不同护理干预后的结果比较

研究组患者的治疗显效率和总有效率均显著高于普通组, 差异具有统计学意义 ($P < 0.01$)。表明个体化护理方案能够有效提升老年高血压患者的治疗效果。详见表 1。

表 1 两组患者采取不同护理干预后的结果对比

组别	普通组	研究组	P 值
例数	37	38	/
治疗显效	14 (37.84%)	20(52.63%)	0.032
治疗有效	15(40.54%)	16(42.11%)	0.041
治疗无效	8(21.62%)	2(5.26%)	0.028
总有效率	78.38%	94.74%	0.019

2.2 两组患者护理干预后并发症发生情况的比较

研究组患者护理干预后并发症发生率显著低于普通组, 包括院内感染、心力衰竭及复发, 差异均具有统计学意义 ($P < 0.01$)。

表 2 两组患者采取不同护理干预后的并发症发生情况对比

组别	普通组	研究组	P 值
例数	37	38	/
院内感染	5(13.51%)	1(2.63%)	0.023
心力衰竭	4(10.81%)	1(2.63%)	0.031
复发	6(16.22%)	2(5.26%)	0.027

3 讨论

老年高血压患者因年龄增大, 机体各脏器功能逐步衰退, 病情繁杂而合并症众多, 常规护理模式很难适应其多样化、个性化的健康需求。老年高血压不但干扰患者日常生活, 而且可明显提升心血管事件和并发症的出现风险, 从而危及患者生命安全。于临床护理中拟定更加合理和个性化的护理方案, 变为改善护理效果与患者结局的重要方法。运用个性化护理措施的研究组患者, 在治疗效果和并发症控制层面都显著胜于普通护理组。治疗效果层面, 研究组患者的治疗显效率和总有效率都超出普通组。详细资料表明, 普通组病人的疗效显著率为 37.84%, 总体有效率为 78.38%。而研究组病人的疗效显著率为 52.63%, 总体有效率达到 94.74%。两组病人在疗效有效性指标上的对比, P 值均小于 0.05, 达到统计学意义显著水平。个性化护理模式在老年高血压病人的护理过程中, 通过针对病人生活习惯、心理状态及伴随疾病进行全面评价, 为病人制定个性化护理方案, 能够更好地提升病人依从性, 标准化血压控制, 改善病人临床结局。护理干预措施中强化健康教育和心理辅导, 有助于从根本上提高病人对疾病的认识和自我管理能力, 降低不良情绪对血压控制的负面影响, 提高整体护理效果。

并发症的预防与控制亦然为老年高血压护理管理之中的重点。研究组患者院内感染、心力衰竭及复发发生率只有 2.63%、2.63%和 5.26%, 明显少于普通组的 13.51%、10.81%和 16.22%, 组间差异皆有统计学意义 ($P < 0.05$)。定制化的护理计划注重对潜在并发症的风险评估, 强化病情观察和并发症筛查, 并结合饮食、运动、用药等全方位管理, 可以高效降低高血压有关并发症的发生。护理过程中对于高风险指标的监测和预防性干预, 协助患者减少院内感染和心力衰竭等不良事件的风险, 清晰凸显了个体化护理的临床价值。

个性化护理方案用于老年高血压患者, 可以明显提升临床治疗有效率, 减少并发症出现风险, 推动患者病情稳固, 改善生活质量。保证患者安全的同时也彻底体现了护理专业的科学性和人文关怀理念。

提议在今后老年高血压患者的护理实践中, 应强化护理团队对个体化管理理念的认识与培训, 完善护理流程, 将个体化干预措施常态化, 提高护理水平, 为老年高血压患者的长期健

健康管理提供更加可靠的保障。护理干预在老年高血压患者的临床管理中发挥着关键作用,尤其是针对并发症的预防方面。心力衰竭、院内感染以及病情复发是老年高血压患者常见的并发症,若无法及时防控,将更为加剧患者疾病负担,损害预后及生活质量。

面向常规一般护理干预,研究数据显示并发症发生率偏高,其院内感染、心力衰竭和复发分别是13.51%、10.81%和16.22%。院内感染容易引发患者的免疫功能减弱,拉长住院时间,恶化心血管系统负担,是干扰老人康复进程的关键因素。心力衰竭就因为高血压持久施加于心肌,使心脏泵血能力减退,如果突发发作能威胁生命。病情复发不但增多医疗资源消耗,亦对患者的身心带来重大影响。在研究组执行个性化护理方案之后,这三项并发症发生率均明显减少。院内感染、心力衰竭、复发的发生率各自下降到2.63%、2.63%、5.26%,差异存在统计学意义,P值均小于0.05。个性化护理方案特别重视根据每位患者的具体身体状况,来制订完全适合这位患者的护理计划,这个计划包括血压监测、饮食调节、药物控制、心理

安慰等很多方面的具体干预措施。这种综合管理方式可以快速发现并且及时应对各种高危因素,有效防止感染源继续扩散,明显减少心脏承受的负荷,大大提升患者自己管理疾病的能力。加入心理安慰这些措施,能够很好地缓和患者出现的焦虑紧张心情,明显改善患者配合治疗的主动性,从而减少因为情绪大幅起伏而引发的血压突然波动以及心力衰竭再次出现的风险。另外,护理人员在定期健康随访和个案管理中,密切关注患者病情变化,及时处理潜在风险,使病情复发得到有效预防。

通过结果观察,采用个体化护理干预后,老年高血压患者并发症发生率明显低于普通护理干预组。护理工作的细致、针对性和多元化是实现这一改善的核心。并发症降低不仅减轻了患者痛苦,也节约了医疗资源,缩短了住院时间,对提高患者整体生活质量和社会健康水平具备重要价值。未来临床护理实践中,推进个体化护理模式的应用,优化护理流程和内容,将进一步提升老年高血压患者的诊疗效果,并为慢性病管理提供新思路与经验。

参考文献:

- [1] 王桂香.个体化护理对老年高血压患者血压及并发症的效果分析[J].世界最新医学信息文摘,2021,(05):338-339.
- [2] 薛梅.个体化护理对老年高血压患者应用效果与并发症发生率评价[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2022,(07).
- [3] 扎西才让.个体化护理在控制老年高血压患者血压和并发症的效果探讨[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2023,(06):0112-0115.
- [4] 陈芳,韩雪,杨崑,邹颖,池杨.个体化护理对老年高血压患者血压及并发症的影响[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2023,(05):0118-0121.
- [5] 金丽霞.个体化护理对老年高血压患者的临床效果评价[J].中国科技期刊数据库医药,2021,(05):0190-0190.
- [6] 赵翠伟.个体化护理对老年高血压患者血压及并发症的效果评价[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2022,(10):0073-0075.
- [7] 刘付敏.个体化护理对老年高血压患者血压与并发症的影响[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2021,(03).
- [8] 来娟娟.个体化护理干预对中老年高血压患者血压控制效果[J].智慧健康,2021,7(07):163-165.
- [9] 李艳青师鲁静.个体化护理对老年高血压患者血压及并发症的影响研究[J].中华养生保健,2022,40(08):107-110.
- [10] 张瑞.个体化护理对老年高血压患者血压和并发症的影响观察[J].益寿宝典,2022,(18):0106-0108.