

老年人社区护理的进展及分析

李贤龙 陈红宇 杨洁 董杨 王玉林

江安县人民医院 四川江安 644000

〔摘要〕随着我国老龄化问题的逐渐加重,老年人口所占比例也在逐渐提升,如何有效保障老年人的身体健康,为老年患者营造一个温馨且和谐的养老缓解,便成为广大医学工作者需要解决的问题。为此,本文从社区的护理角度对老年人的护理需求进行了研究,并通过对相关期刊资料的查询分析了社区护理在保障老年人心理和生理健康方面的作用,希望能够为广大老年人生活质量的提升起到一定的帮助。

〔关键词〕老年人;社区护理;进展

〔中图分类号〕R473 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165(2022)03-173-02

〔基金项目〕课题:宜宾市卫生健康委员会 2020 年科研项目,陈红宇:多学科协作模式护理体系建立对改善基层医院失能老年人的护理效果研究 2020YW071

根据国际惯例及我国所制定的《老年人权益保障法》文中的要求,统一将年满 60 周岁的公民归属于老年人行列。从生理学的角度来看,老年人普遍存在抵抗力下降、新陈代谢迟缓和生理节能下降等特征,且多数老年人还会出现毛发变白和老年斑等情况。同少年或青年人相比,老年已处于人生的最后阶段,老年人的衰老现象十分明显,不仅会发生身体机能方面的退化性改变,心理层面也会发生很大的变化,这便导致临床针对老年人的护理需更加注意,不仅要保障老年人生理层面的健康,还应注意老年人的心理健康。在我国,在多种因素的共同影响下老龄化问题已十分严峻,二胎政策的开放虽在一定程度上提升了出生率,但面对逐渐增多的老年人口仍无显著作用。据我国 2020 年发布的《中华人民共和国 2019 年国民经济和社会发展统计公报》显示:我国 2019 年的老年人口约为 25388 万人,占总人口的 18.10%,老年人口的剧增对养老、医疗等方面提出了新的要求^[1]。在我国,因城市化进程加快的影响,老年人口多生活于社区中,因此优质的社区护理对于老年人生活及心理健康的保障有着重要的意义。为此,本文便针对老年人社区护理的需求及现状等内容进行了如下综述。

1 老年人社区护理的需求

1.1 生理层面的需求

据卫生部统计,2019 年我国老年人的两周患病率约为 51.50%,这一数据相较于 2008 年的 43.20% 存在明显提升,且老年人口的两周患病率还会随着年龄的逐渐提升而升高,这便证明全国老年人口的两周患病率仍会呈现出上升趋势。通过对老年人常见病的类型进行分析发现,高血压、糖尿病、椎间盘疾病、慢性阻塞性肺疾病和肠胃炎是老年人最为常见的前五种疾病,且五中疾病均为慢性病^[2]。现代医学研究发现,老年人是慢性病的高位人群,而慢性病已成为了威胁我国过敏健康的头号杀手。在邵盼学者的研究中:368 例老年人中患病状况占前三位的分别为高血压、糖尿病和骨质疏松,患者对于护理服务需求中占前三位的也分别为慢性病防治、饮食营养支持和保健指导^[3]。由此可见,慢性病对广大老年人的危害,及老年人对于慢性病防治护理的需求。

1.2 心理层面的需求

社会角色地位的变化和生活方式的转变势必会导致老年人发生生理层面的变化,且身体机能的逐渐下滑又会诱发老年人出现焦虑和抑郁等负面情绪,不利于老年人心理健康的保障。在王晓清学者的研究中便指出:老年人作为一个特殊群体,随着年龄的增长,心理问题越来越明显,因此关注老年心理问题、采取相应的护理措施尤为重要^[4]。因此,在老年人社区护理过程中针对性予以心理干预,对老年人心理层面的需求进行满足意义显著。

2 老年人社区护理的现状

2.1 社区护理存在局限性

随着国家重视程度的提升及人们认知程度的加深,社区护理在我国已较为普遍,社区护理的施行已在很大程度上解决了老年人看病难和住院难等问题。但是,我国的社区护理局限性明显,往往只是在老年人患病时才予以相应的护理干预及康复指导,缺乏疾病知识健康教育、身体保健指导、慢性病防治和心理干预等内容,难以有效满足老年人的护理需求。

2.2 医疗资源分配不均

因多种因素的影响,我国的社区护理存在明显的医疗资源分配不均问题,城市的医疗资源分配力度远高于乡村,乡镇老年人往往无法享受到优质的社区护理服务。

2.3 收费标准不统一

我国社区护理的尚无统一的收费标准,这不仅不符合中国特色社会主义的市场经济体制,还不利于社区护理优质形象的构建,对我国社区护理行业的发展造成了严重的阻碍。

3 老年人社区护理的内容

3.1 健康教育

健康教育在老年人的社区护理中尤为重要,通过健康教育的方式提升老年人的相关健康知识掌握能力,有助于疾病预防及健康保障。在王翠丹学者的研究中便指出:在社区卫生服务中心中开展健康教育护理可以提高老年人对于慢性病相关知识的掌握率,规范了老年人的饮食与运动,提高了老年人的戒烟戒酒率,让其保持一个平和的心态和良好的遵医行为,具有良好的老年慢性病防护效果,可以将其作为社区卫生服务中心的良好护理服务内容与方法^[5]。

(下转第 175 页)

肝癌中的作用的研究已被广泛地开展, 目前研究发现, 在多种人类肿瘤中均存在自噬活性的改变, 分别参与肝癌的发生以及抑制的过程, 在不同条件下具有不同的作用, 受肿瘤类型、阶段、遗传背景等影响, 表现为在特定条件下的双重作用, 一般认为, 在肝癌初期, 细胞自噬发挥抑制癌化的作用, 随着细胞癌变, 自噬则逐渐变为促癌的作用, 在癌细胞和非癌细胞中可能发挥相反的作用^[10]。

正常生理情况下, 细胞自噬有利于细胞保持稳定状态, 在发生细胞应激时, 细胞通过自噬从而抑制细胞癌变。自噬介导的肿瘤抑制功能可以清除受损和衰老的细胞器, 从而防止因积累有毒的氧自由基而导致的基因不稳定。Qu 等发现 Beclin-1 单等位基因的缺失会加速乙型肝炎病毒介导的癌前病变的进展, 并且 Beclin-1 (+/-) 的小鼠中他们观察到了肝癌等疾病的发生, 提示自噬的缺陷或能力的衰退可能有利于肿瘤的发生^[11], 多种和肿瘤的发生都伴有 Beclin-1 的缺失, 如乳腺癌、卵巢癌、前列腺癌等, 进一步证明了早期的自噬有助于抑制肿瘤的发生。而随着肿瘤的形成, 特别是在肿瘤的生长后期, 在肿瘤内部癌细胞营养缺失和低氧等恶劣环境, 细胞自噬很可能被激活, 维持肿瘤细胞的生存。有研究发现在细胞中增加的线粒体裂变可诱导 ROS 产生并激活肿瘤细胞的自噬, 发挥抗凋亡作用, 促进肝癌细胞的存活。

总之, 近年来对于自噬的认识已经由最初的细胞水平进入到亚细胞、分子水平, 研究揭示出了自噬对机体调节的双重作用, 自噬既是应激条件下细胞生存的机制, 也在持久的应激和损伤中诱导细胞的凋亡, 自噬和肝脏疾病有密切关系, 对自噬进行深入研究, 对于认识肝病以及寻找肝脏疾病的治疗靶点具有潜在价值以临床应用前景。

[参考文献]

- [1]Cuervo AM, Bergamini E, Brunk UT, et al. Autophagy and aging: the importance of maintaining “clean” cells[J]. *Autophagy*, 2005,1(3):131-140.
- [2]Zhong L, Shu W, Dai W, et al. Reactive Oxygen Species-Mediated c-Jun NH2-Terminal Kinase Activation Contributes to

Hepatitis B Virus X Protein-Induced Autophagy via Regulation of the Beclin-1/Bcl-2 Interaction[J]. *J Virol*, 2017,91(15)DOI: 10.1128/JVI.00001-17.

[3]Shin GC, Kang HS, Lee AR, et al. Hepatitis B virus-triggered autophagy targets TNFRSF10B/death receptor 5 for degradation to limit TNFSF10/TRAIL response[J]. *Autophagy*, 2016,12(12):2451-2466. DOI: 10.1080/15548627.2016.1239002.

[4]Xie N, Yuan K, Zhou L, et al. PRKAA/AMPK restricts HBV replication through promotion of autophagic degradation[J]. *Autophagy*, 2016,12(9):1507-1520. DOI: 10.1080/15548627.2016.1191857.

[5]Cheng LS, Li J, Liu Y, et al. HMGB1-induced autophagy: a new pathway to maintain Treg function during chronic hepatitis B virus infection[J]. *Clin Sci (Lond)*, 2017,131(5):381-394. DOI: 10.1042/CS20160704.

[6]Song Y, Zhao Y, Wang F, et al. Autophagy in hepatic fibrosis[J]. *Biomed Res Int*, 2014,2014:436242. DOI: 10.1155/2014/436242.

[7]Hernández-Gea V, Ghiassi-Nejad Z, Rozenfeld R, et al. Autophagy releases lipid that promotes fibrogenesis by activated hepatic stellate cells in mice and in human tissues[J]. *Gastroenterology*, 2012,142(4):938-946. DOI: 10.1053/j.gastro.2011.12.044.

[8]Thoen LF, Guimarães EL, Dollé L, et al. A role for autophagy during hepatic stellate cell activation[J]. *J Hepatol*, 2011,55(6):1353-1360. DOI: 10.1016/j.jhep.2011.07.010.

[9]Peral de Castro C, Jones SA, Ni Cheallaigh C, et al. Autophagy regulates IL-23 secretion and innate T cell responses through effects on IL-1 secretion[J]. *J Immunol*, 2012,189(8):4144-4153. DOI: 10.4049/jimmunol.1201946.

[10]Kimmelman AC. The dynamic nature of autophagy in cancer[J]. *Genes Dev*, 2011,25(19):1999-2010. DOI: 10.1101/gad.17558811.

(上接第 173 页)

3.2 心理干预

心理干预的应用能够针对性的满足老年人心理层面的需求, 在促进老年人心理健康建设、缓解负面情绪和减轻慢性病病情方面均有着良好的效果。在沈群娣学者的研究中便指出: 对老年高血压患者予以心理护理干预, 能取得较好的护理效果, 有助于缓解患者负性情绪, 并能控制患者血压水平在合理范围内, 提高护理满意度^[6]。

4 讨论

社区护理对于老年人而言意义显著, 优质且全面的社区护理不仅能够满足老年人对于疾病护理的需求, 在能够有效提升老年人对于疾病预防和健康保健方面的需求, 对于老年心理层面需求的满足也有者重要的意义。当然, 我国的社区护理工作发展较晚, 尚存在许多不足, 面对我国老龄化问题日趋严重的问题, 需进一步增强医务工作者对于社区老年人

护理的重视程度, 并培养更多的社区护理人才, 以帮助广大老年人健康、和谐的度过晚年生活。

[参考文献]

- [1]潘晶雪, 陈利群, 王敬丽, 等. 社区老年慢性病患者认知功能的现状调查[J]. *中华护理杂志*, 2021, 56(01):109-115.
- [2]江晓琴. 老年人慢性病社区护理的重要性分析[J]. *智慧健康*, 2020, 6(33):178-179+182.
- [3]邵盼, 郑丹娟. 城市社区老年人患病情况与护理需求调查分析[J]. *中医药管理杂志*, 2020, 28(21):194-197.
- [4]王晓清, 严永. 某社区老年心理健康状况调查分析[J]. *当代护士(下旬刊)*, 2020, 27(12):29-31.
- [5]王翠丹. 健康教育护理对社区老年慢性病的防护效果[J]. *继续医学教育*, 2020, 34(12):137-138.
- [6]沈群娣. 心理护理在社区老年高血压患者护理中的作用研究[J]. *心理月刊*, 2020, 15(19):126-127.