

心理护理联合健康教育在老年高血压患者护理中的应用效果分析

吴梦桃

淮安市淮安医院老年科 江苏淮安 223200

〔摘要〕目的 分析心理护理联合健康教育在老年高血压患者护理中的长期应用效果。方法 选取 2021 年 1 月-2023 年 6 月我院收治的老年高血压患者 80 例，分组依据为抛币法，随机分为对照组和观察组，每组各 40 例。对照组接受常规高血压护理，观察组则在常规护理基础上增加心理护理联合健康教育。比较两组患者护理前后的血压控制情况和心理状态。结果 观察组患者在护理后血压控制情况明显优于对照组 ($P < 0.05$)。观察组患者在护理后心理状态明显优于对照组 ($P < 0.05$)。结论 心理护理联合健康教育在老年高血压患者护理中的长期应用效果显著，能有效提升血压控制效果，并显著改善患者的心理状态。

〔关键词〕心理护理；健康教育；老年高血压；护理效果

〔中图分类号〕R473.5 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2024) 07-115-02

随着人口老龄化趋势的加剧，老年高血压患者的数量逐年上升^[1]。高血压作为一种常见的慢性疾病，其病程长、并发症多，严重影响了老年人的生活质量^[2]。而传统的高血压护理方法主要侧重于药物治疗和病情监测，忽视了患者心理状态对健康的影响^[3]。因此，本文旨在探讨心理护理联合健康教育在老年高血压患者护理中的长期应用效果，以期为临床提供新的护理思路和方法。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院收治的老年高血压患者 80 例，时间为 2021 年 1 月-2023 年 6 月，分组依据为抛币法，对照组男 21、女 19，年龄范围 60-85 岁，平均年龄 (72.5 ± 6.3) 岁；观察组男 22、女 18，年龄范围 62-87 岁，平均年龄 (73.8 ± 5.9) 岁。所有患者均符合高血压诊断标准，且均为初次接受高血压治疗。两组患者在性别、年龄、病情严重程度等方面无显著差异 ($P > 0.05$)，具有可比性。

1.2 方法

对照组患者接受常规高血压护理：每日定时监测血压、按时服用降压药物、指导患者进行合理的饮食和适当的运动等。同时，护理人员还会定期对患者进行病情评估，根据患者的具体情况调整治疗方案。

观察组患者在接受常规护理的基础上，增加心理护理联合健康教育：(1) 护理人员会与患者进行深入的交流，了解患者的心理状况和需求，针对患者的焦虑、抑郁等负面情绪进行心理疏导。通过倾听、安慰、鼓励等方式，帮助患者建立积极的心态，增强战胜疾病的信心。(2) 护理人员会指导患者进行自我心理调节，如深呼吸、放松训练等，以缓解患者的心理压力。(3) 护理人员会定期评估患者的心理状态，并根据患者的具体情况进行针对性的心理干预。(4) 护理人员向患者介绍高血压的病因、治疗及注意事项，使患者了解病情和治疗方案。同时，指导患者调整饮食和生活方式，如减少钠盐、戒烟限酒、适量运动等，以控制血压并预防并发症。定期组织健康教育讲座或活动，邀请专家或病友分享经验，帮助患者管理病情。

1.3 观察指标

观察并记录两组患者护理前后的血压控制情况（包括收缩压和舒张压）。

心理状态，采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)进行评估。

1.4 统计学分析

以 ($\bar{x} \pm s$) 表示连续性变量资料，行 t 检验；用 (n, %) 表示定性资料，行 χ^2 检验，由 SPSS25.0 统计学软件完成统计，结果为 $P < 0.05$ 时差异显著。

2 结果

2.1 两组血压控制情况对比

护理前两组的收缩压和舒张压无显著差异 ($P > 0.05$)；护理后，观察组的收缩压和舒张压均明显低于对照组，差异显著 ($P < 0.05$)。具体数据见表 1。

表 1 两组血压控制情况对比

组别	例数	收缩压 (mmHg)		舒张压 (mmHg)	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	40	158.3 $\pm$ 12.6	142.5 $\pm$ 10.1	98.4 $\pm$ 8.3	89.2 $\pm$ 7.6
观察组	40	159.1 $\pm$ 11.8	130.8 $\pm$ 9.5	97.9 $\pm$ 8.1	81.3 $\pm$ 6.9
T		0.293	5.336	0.272	4.867
P		0.770	0.000	0.785	0.000

2.2 两组心理状态评分对比

护理前，两组的 SAS 评分和 SDS 评分均无显著差异 ($P > 0.05$)；护理后，观察组患者的 SAS 评分和 SDS 评分均显著低于对照组 ($P < 0.05$)，具体数据见表 2。

表 2 心理状态评分对比

组别	例数	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	40	58.3 $\pm$ 10.2	45.2 $\pm$ 8.5	55.7 $\pm$ 9.8	42.9 $\pm$ 7.6
观察组	40	57.9 $\pm$ 11.1	32.1 $\pm$ 7.2	56.1 $\pm$ 10.3	30.5 $\pm$ 6.8
t		0.167	7.437	0.177	7.690
P		0.867	0.000	0.859	0.000

3 结论

(下转第 118 页)

2.2 两组并发症发生情况对比

研讨组并发症发生率低于参照组，有统计学意义 $P < 0.05$ ，见表 2。

表 2 两组并发症发生率比较 [n, (%)]

组别	例数	出血	感染	腹腔积液	总发生率
参照组	41	2 (4.87)	4 (9.75)	4 (9.75)	10 (24.29)
研讨组	41	0 (0.00)	1 (2.43)	1 (2.43)	2 (4.87)
P 值					$P < 0.05$

3 讨论

肾结石作为泌尿系统常见疾病，近年来，其发病年龄逐渐呈现年轻化态势；该病症的临床表现特点为患者常伴随不同程度的腰部或腹部疼痛感、呕吐反应、情绪波动以及尿液中出现血液等不良症状，这些症状极大地影响了患者的身心健康和生活质量。肾结石疾病的成因复杂多样，不仅涉及环境、代谢和感染等多重因素，而且随着现代生活节奏的加快，不规律的饮食行为和不良的生活习惯是导致其发病率攀升的关键因素。针对肾结石的治疗，手术虽然通常被视为有效手段，但作为一种具有侵入性的治疗方式，手术不可避免地会给患者带来身心上的压力 and 影响。通过运用快速康复外科理念，能够显著提高常规护理服务的成效，优化围术期处理流程，进而协助患者减少术后各项指标的恢复所需时间^[3]；此

护理理念不仅全方位提升了患者的生活质量，涵盖心理调适与生理康复等多重维度，更深化了医护患三方的互动与协作，助力患者加速回归健康状态。

本研究结果揭示，与参照组相较，研讨组术后各项恢复指标所用时间相对缩短 ($P < 0.05$)，碎石清除率相对较高 ($P < 0.05$)，并发症发生率呈现出较低的趋势 ($P < 0.05$)。表明，快速康复外科理念护理方式显著促进了患者的康复进程，成功减少了患者并发症发生的可能性，同时显著提升了结石清除的成效。

综上所述，采用快速康复外科理念模式对肾结石患者进行干预，已在实际应用中取得显著成效；该模式不仅能够有效降低并发症的发生风险，还能显著提高患者结石清除率，促进术后康复进程，值得临床推广运用。

[参考文献]

- [1] 孙燕, 张修峰. 快速康复外科理念在老年复杂性肾结石患者护理中的应用效果 [J]. 中国保健营养, 2021, 31(8):132.
- [2] 浦双双. 快速康复外科理念在肾结石护理中的应用效果观察 [J]. 养生保健指南, 2021(27):156.
- [3] 何秀梅, 许学珍, 马春美. 快速康复外科理念在老年复杂性肾结石患者护理中的应用 [J]. 健康必读, 2021(10):182.

(上接第 115 页)

通过对老年高血压患者在常规护理基础上增加心理护理联合健康教育的长期应用效果研究，我们再次验证了其显著的临床价值。本研究结果显示，观察组患者在血压控制方面取得了更为理想的效果，收缩压和舒张压均得到了明显的降低，且降幅大于对照组。这一结果不仅体现了心理护理联合健康教育在高血压管理中的积极作用，也进一步证实了心理干预在慢性疾病管理中的重要性。

综上所述，心理护理联合健康教育在老年高血压患者护理中的长期应用效果显著，值得在临床实践中广泛推广。未来，我们可以进一步探讨如何优化心理护理和健康教育的内容和方法，以更好地满足患者的需求，提高护理效果^[4]。同时，我们也应该加强对高血压患者的健康教育，提高患者的自我管理能力和，从而更好地控制血压，减少并发症的发生，提高患者的生活质量^[5]。

[参考文献]

- [1] 史荣, 王蓓蓓. 心理护理联合健康教育在老年高血压患者护理中的应用效果分析——评《高血压的社区管理与自我护理》[J]. 中国社会医学杂志, 2024, 41(03):291.
- [2] 汤琳璇. 心理护理联合健康教育对老年高血压患者降压效果、服药依从性及自我护理效能的影响分析 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2023, 11(04):79-81+75.
- [3] 汤惠莉. 《老年心理护理》出版：心理护理联合健康教育对老年高血压患者降压效果、服药依从性及自我护理效能的影响分析 [J]. 介入放射学杂志, 2022, 31(11):1144.
- [4] 马萍. 结构化心理护理联合导入式健康教育在妊娠期高血压患者护理中的应用效果 [J]. 生命科学仪器, 2022, 20(S1):213+215.
- [5] 姜嫚. 心理护理联合健康教育对老年高血压患者降压效果的影响 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2022, 10(10):99-102.

(上接第 116 页)

院时间，同时提高家长对护理工作的满意度。这一结果证实了优质护理干预在小儿急性上呼吸道感染治疗中的重要价值^[4]。优质护理干预通过制定个性化护理计划，针对每位患儿的具体病情、年龄和性格特点进行护理，使护理工作更加贴合患儿的实际需求。心理护理干预有助于缓解患儿的焦虑和恐惧情绪，提高治疗的依从性，从而促进疾病的康复^[5]。健康教育则使家长和患儿对疾病有更深入地了解，增强他们的自我管理能力和。环境优化则提供了一个温馨、舒适的休息环境，有利于患儿的病情恢复^[6]。

综上所述，优质护理干预在改善小儿急性上呼吸道感染症状中的应用效果显著，能够缩短患儿的临床症状消失时间和住院时间，提高家长对护理工作的满意度。因此，优质护理干预值得在小儿急性上呼吸道感染的临床治疗中广泛推广和应用。

[参考文献]

- [1] 潘丹丹. 优质护理在急性上呼吸道感染患者中的应用价值分析 [J]. 中国冶金工业医学杂志, 2023, 40(04):399-400.
- [2] 李云. 强化健康教育护理在小儿急性上呼吸道感染护理中的效果研究 [J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2023, 38(03):151-153.
- [3] 高倩. 小儿急性上呼吸道感染护理中舒适护理的临床应用效果分析 [J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2023, 38(02):162-164.
- [4] 周晶. 小儿急性上呼吸道感染健康教育干预效果分析 [J]. 中国地方病防治, 2022, 37(06):486-487.
- [5] 苗金娥, 张宪明, 崔静, 邢亚娟. 细节护理在经小儿柴桂退热颗粒治疗急性上呼吸道感染患儿中的应用 [J]. 中医药临床杂志, 2022, 34(07):1358-1361.
- [6] 潘光阳. 细节护理干预在小儿急性上呼吸道感染患者中的应用效果分析 [J]. 中国医学文摘(耳鼻咽喉科学), 2022, 37(03):190-192.