

老年护理中健康管理的应用价值观察

吕晓敏

南方医科大学深圳恒生医院

〔摘要〕目的 探讨老年护理中应用健康管理的效果。方法 选取医院治疗时间 2018 年 1-3 月的老年慢性病患者 62 例进行研究,随机分组为对照组与观察组各 31 例,对照组给予患者常规护理,观察组患者在护理中应用健康管理,比较两组患者的健康知识得分与生活自理评分,对比两组患者 2019 年 1-3 月间住院治疗次数。结果 观察组患者健康知识评分与生活自理评分均显著优于对照组,2019 年 1-3 月间住院次数显著少于对照组 ($P < 0.05$)。结论 老年护理中应用健康管理,可以提升老年慢性病患者健康知识及生活自理能力,减少患者入院治疗次数,促进老年护理工作质量。

〔关键词〕老年;护理;健康管理

〔中图分类号〕R47 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2019) 04-133-02

近几年来,伴随着人们生活水平的上升及人口老龄化的加剧,老年慢性病的发病率不断提升^[1]。糖尿病、冠心病、高血压、骨性关节炎及慢阻肺等均为临床中常见的老年慢性病。疾病对患者的生命安全及身体健康均存在不良影响。健康教育是一种保健,预防,医疗以及康复等多种综合医疗服务的方法,能够促进老年人自主的进行健康管理,接受各种预防保健措施,提高老年人的生活质量。在老年慢性病患者护理中使用健康管理,能够提高患者对疾病相关知识的了解程度及生活自理能力,对疾病的治疗效果有显著增益。本文就健康管理在老年护理中的应用进行探讨,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取入院时间 2018 年 3 月至 2019 年 3 月的老年慢性病患者 62 例进行研究,随机分组为对照组与观察组各 31 例,对照组:男 18 例,女 13 例;平均年龄为 (74.13±2.64) 岁;平均病程为 (2.63±0.92) 年;所患疾病:7 例慢性阻塞性肺病患者,12 例高血压患者,9 例糖尿病患者,3 例冠心病患者。观察组:男 20 例,女 11 例;平均年龄为 (74.86±2.07) 岁;平均病程为 (3.02±0.41) 年;所患疾病:5 例慢性阻塞性肺病患者,13 例高血压患者,8 例糖尿病患者,5 例冠心病患者。对两组老年慢性患者的基线资料进行比较, $P > 0.05$ 。

1.2 方法

对照组患者接受常规护理,包括常规的心理护理、健康宣教、用药及饮食指导、康复训练护理等。

观察组患者在护理中应用健康管理,具体如下:(1)建立患者的健康管理档案:根据患者的身体情况、所患疾病情况及试验室检查如血压、血糖、血脂等疾病相关指标结果,为患者建立健康档案并定期监控,定期测量并更新患者的血糖、血压等试验室检查指标,定期检查肝肾功能、血常规,并行 B 超、心电图、CT 等检查,观察并分析患者所有健康因素,并形成一套完善的个人健康信息体系。(2)制定相关的健康管理计划:根据患者身体情况、疾病严重程度、疾病相关指标水平、生活作息方式等因素综合制定科学化的健康管理实施计划,系统的实施健康管理体系。计划中应包括:①运动管理:根据患者的体质具体情况制定个体化的运动方案,运动方案要详细包括每日的运动量、运动方式、运动时间以及运动强度等等,详细记录并定期改进患者的合理运动量。②饮食管理:针对所患疾病制定合理的饮食方案,饮食方案应量化患者摄入的包括蛋白质、热量等各种能量比例,让患者保持健康的饮食习惯。③心理管理:心理健康对老年患者的疾病控制起着重要作用,要缓解老年患者的不良情绪,让其能够保持

平和的心态进行健康管理。指导患者掌握心理放松及转移情绪的方法,当患者精神紧张和情绪激动时,可采用转移法与放松法,保持情绪平稳。可以鼓励老年人积极的参与书画展、歌咏比赛等娱乐活动,提高抵抗力,保持身体健康。④用药指导:将准确用药对改善疾病治疗效果的重要性告知患者,以此提升患者用药的依从性。定期复查,对药物的效果进行评价,并根据医嘱进行个性化调整。⑤健康教育方案:定期进行健康教育,将疾病的病因、特征及防治措施等向患者进行详细的讲解,保证患者可以正确认知自身所患疾病,从而自觉配合健康管理。⑥家庭支持:老年患者在治疗中,会受到家庭因素、人际环境的影响。将家庭作为一个整体来实施健康管理,可以有效提高亲属对病人的重视度和对病人的责任感,帮助患者维持积极治疗的心理状态配合健康管理。

1.3 疗效评价

比较两组患者的健康知识得分与生活自理评分,对比两组患者 2019 年 1-3 月间住院治疗次数。通过饮食知识、疾病相关知识及防治措施等方面对患者的健康知识掌握情况进行评定,满分为 100 分,得分越高则说明患者的健康知识掌握情况越好。通过运动、药物治疗、保健以及压力应对等方面对患者的自理能力进行评估,总分为 100 分,得分越高则说明患者的自理能力越强^[2]。

1.4 统计学处理

本文数据均经过 SPSS22.0 版进行处理,计量资料均采用 ($\bar{x} \pm s$) 表示,组间比较用 t 进行检验,计数资料用 ($n, \%$) 表示,组间比较用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

观察组患者健康知识评分与生活自理评分均显著优于对照组 ($P < 0.05$),详见表 1。比较两组患者 2019 年 1-3 月间住院治疗次数,观察组 31 例患者中 2 例住院,其中 1 例住院 1 次,1 例住院 2 次,共计住院 3 次,对照组 31 例患者中 9 例住院,4 例患者住院 1 次,3 例患者住院 2 次,1 例患者住院 3 次,1 例患者住院 5 次,共计住院 18 次,住院次数差异有统计学意义 ($\chi^2=6.014$, $P=0.002$)。

表 1: 两组患者的健康知识评分与自理能力评分比较 (分)

项目	观察组 (n=31)	对照组 (n=31)
健康知识掌握情况	饮食知识评分	29.35±0.93
	疾病相关知识评分	25.37±1.53*
	防治措施评分	32.06±0.72
自理能力	运动评分	26.42±1.87*
	药物治疗评分	30.92±1.12
	保健评分	27.31±1.35*
	压力应对评分	21.96±0.85
		19.13±1.06*
		20.36±1.45
		17.82±2.17*
		23.06±1.08
		18.53±2.61*
		22.78±0.92
		15.43±3.07*

注：与观察组比较，* $P < 0.05$ 。

3 讨论

目前对我国公共健康构成危害的主要原因之一即为老年慢性病，此类疾病不仅对老年患者的生活质量构成影响，而且长时间的治疗对患者家庭经济亦有较大的压力。对老年慢性病患者实行科学、合理的健康管理，可以改变单纯依靠药物治疗的常规方法，充分调动老年患者自觉改善健康状态的积极性，提高老年疾病控制效果，改善期生活质量且延长寿命，可以有效降低医疗成本，缓解老龄化进程给国家和医院带来的压力。建立健康的生活方式是慢性病预防与健康管理的唯一有效的手段^[3]。科学化、规范化的健康管理体系和流程，能够保障医疗人员健康管理工作的可行性和有效性。本研究中，观察组患者健康知识评分与生活自理评分均显著优于对照组，2019 年 1-3 月间住院次数显著少于对照组 ($P < 0.05$)，数据说明，对老年慢性病患者实施健康管理，患者的健康知识得到了提升，使其了解遵医嘱用药的重要性，对其饮食结构及生活习惯进行调节，指导患者适量开展运动锻炼，

养成良好的生活习惯，同时将家庭作为一个整体来实施健康管理，提高亲属对病人的重视度和对病人的责任感，有效提高患者的健康管理信心，定期检查身体疾病相关指标，医生根据患者目前的健康状况，结合健康管理计划改进针对个体控制和降低危险因素的健康促进进程，患者并遵医嘱实施改进的健康管理方案，以此逐渐对病情进行有效的管理与控制。

综上所述，老年护理中运用健康管理可以促进患者健康行为，改善患者的健康状况，使老年患者的生存质量得到全面提高。

[参考文献]

- [1] 郭红, 李东晓, 骆文敏等. 健康指导护理理念在老年人健康体检中的应用效果 [J]. 中西医结合心血管病杂志 (电子版), 2018 (25): 109.
- [2] 叶柳金, 赵婉月. 健康管理对防治社区老年慢性疾病的应用观察 [J]. 中国城乡企业卫生, 2017 (4): 151-152.
- [3] 袁媛. 个性化服务模式在老年人健康管理中的应用效果评价 [J]. 家庭医药, 2018 (5): 308-309.

(上接第 129 页)

注：两组对比， $p < 0.05$

3 讨论

腰椎压缩性骨折患者中运用护理干预，可以有效的改善患者的不适感。具体处理上，要考虑患者的实际所需，因人制宜的展开。要考虑患者治疗恢复所需的生理、心理与认知各层面的需求，保证患者良好配合来促使护理效果的展现，提升整体的恢复效果。

综上所述，腰椎压缩性骨折患者中采用护理干预可以有效的提升患者恢复质量，提升患者生活质量，整体恢复效果更为理想。

[参考文献]

- [1] 张艳. 早期护理干预对防治腰椎压缩性骨折患者腹胀的效果评价 [J]. 中国实用医药, 2018, 13(17):178-179.
- [2] 胡伟. 综合护理干预防治腰椎压缩性骨折腹胀的效果观察 [J]. 中国现代药物应用, 2019, 13(2):169-170.
- [3] 田凤英. 康复护理干预对腰椎压缩性骨折患者腰椎功能及生活质量的影响 [J]. 河南医学研究, 2017, 26(5):926-927.
- [4] 尹航, 丁云霞, 邹运璇等. 腰椎压缩性骨折患者术后护理干预方法及效果 [J]. 牡丹江医学院学报, 2018, 39(2):124-126.

(上接第 130 页)

点探讨 [J]. 现代诊断与治疗, 2017(09):194-195.

- [2] 牛振业. 项勤勤 ICU 呼吸重症患者呼吸机撤机时的护理方法和要点 [J]. 淮海医药, 2019(1):95-97.
- [3] 魏菲. ICU 呼吸重症患者呼吸机撤机时的护理方法及效果

分析 [J]. 中国继续医学教育, 2017, 9(29):143-144.

- [4] 牛丹丹. 护理干预对 ICU 重症患者呼吸机相关性肺炎发生的影响研究 [J]. 首都食品与医药, 2018, 25(19):168-169.
- [5] 吴苑清. ICU 呼吸重症患者呼吸机撤机时综合干预效果观察 [J]. 齐齐哈尔医学院学报, 2016, 37(26):3352-3353.

(上接第 131 页)

均是可能导致患儿发生 VAP 的危险因素^[4]，而在本研究的集束组中，我们在护理前积极分析了这些危险因素，并针对这些危险因素采取了呼吸机管道、气道湿化与吸痰护理、体位指导、营养支持以及口腔及排便护理等护理干预措施，保证了护理干预的有效性、全面性和预见性，从而有效避免了患儿 VAP 的发生，缩短了其呼吸机使用时间和住院时间。

综上所述，集束化护理干预措施有一定的针对性、系统性和预见性，将其应用在新生儿的机械通气治疗中，可以有效避免新生儿 VAP 的发生，利于患儿预后，值得临床借鉴。

[参考文献]

- [1] 宗小敏, 王模奎. 集束化护理干预措施预防新生儿呼吸机相关肺炎的效果 [J]. 中国感染控制杂志, 2016, 15(4):266-268.
- [2] 刘坤, 刘晓丹, 李琳等. 国内新生儿呼吸机相关性肺炎集束化护理的 Meta 分析 [J]. 解放军护理杂志, 2016, 33(6):18-22.
- [3] 罗敏, 吴丽芬, 罗健等. 集束化护理干预对新生儿呼吸机相关性肺炎的影响 [J]. 齐鲁护理杂志, 2018, 24(19):1-3.
- [4] 周伟. 集束化护理干预在预防新生儿呼吸机相关性肺炎中的应用 [J]. 齐鲁护理杂志, 2017, 23(24):109-110.
- [5] 郝群英, 任金敏, 刘莉等. 新生儿呼吸机相关性肺炎的感染及集束化干预对 VAP 发生率与机械通气时间的影响 [J]. 中华医院感染学杂志, 2018, 28(21):3334-3337.

(上接第 132 页)

在医院的护理中，受到多种因素的影响，护患沟通有限，常常出现多种护患纠纷，并致使患者投诉率不断上升，严重影响了医院的临床护理工作。基于此，在对患者的临床护理中，必须要对护患沟通障碍的相关因素进行分析，并在此基础上事事有针对性的防范护理干预，进而赢得患者的满意度，并构建一个和谐的护患关系，以提高医院的护理质量^[3]。

本次研究充分表明：对患者在进行护理的过程中，通过护患沟通障碍原因进行分析，并在此基础上给予有效的防范护理干预，患者的护理满意度高达 94.62%、护理纠纷发生率为 10.77%，患者

投诉率为 4.62%。各项指标与对照组相比，均有统计学意义。综上所述，对患者实施护理中，通过护患沟通障碍的原因，并实施有针对性的防范护理干预，可进一步提高患者的临床护理满意度。

[参考文献]

- [1] 董巧云. 护患沟通障碍的原因分析及防范措施 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2018, 18(56):271.
- [2] 胡万琴, 陈玲丽. 护患沟通障碍的原因分析及处理对策 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2016, 16(92):188.
- [3] 刘小芳. 护患沟通障碍的原因分析和对策 [J]. 中国医药指南, 2013, 11(23):785.