

中医护理干预对老年高血压自我管理能力的影 响

杨花丽¹ 贺 丹^{2*}

1 湖北省荆门市第一人民医院老年病中医科 448000

2 湖北省荆门市第二人民医院 448000

〔摘 要〕目的 探讨中医护理干预对老年高血压自我管理能力的影 响。方法 选取院内接收的老年高血压患者 106 例, 采用盲选法将患者划分为对照组与研究组, 对照组行常规护理干预, 研究组行中医护理, 对比两组患者经护理对其自我管理能力的影 响。结果 护理前, 两组患者自我管理能力各指标水平相比差异不显著 ($P>0.05$); 护理后, 研究组患者自我血压检测、坚持运动等各项自我管理能力指标评分显著高于对照组 ($P<0.05$)。结论 老年高血压患者通过中医护理干预可显著提高其自我管理能力, 存在一定推广应用价值。

〔关键词〕中医护理; 高血压; 自我管理能力

〔中图分类号〕R473.5

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2019) 04-094-01

相关研究指出^[1], 高血压属于代谢性非传染性疾病类型, 属于临床常见疾病, 发病原因主要与环境、精神状态、遗传等存在关联, 主要是指人体循环动脉血压水平持续性增高所产生的头晕、心悸等症状, 近年来该病发病率不断攀升, 应加强健康宣教及护理干预。目前高血压患者干预中多配合有效护理干预开展, 通过引导帮助患者养成良好生活用药习惯, 提高自身对疾病知识的认知及自我管理能力^[2]。本研究主要对老年高血压患者应用中医护理干预对其自我管理能力的影 响进行分析, 现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2017 年 2 月-2018 年 5 月院内接收的 106 例老年高血压患者为研究对象, 采用盲选法分为两组, 各 53 例。对照组患者男 37 例, 女 16 例, 年龄在 64-83 岁, 平均 (72.13 ± 2.49) 岁; 研究组患者男 30 例, 女 23 例, 年龄在 62-85 岁, 平均 (72.54 ± 2.36) 岁; 两组患者基础资料方面对比后无统计学意义, 本研究存在可比性。

1.2 方法

对照组患者均开展常规护理干预。研究组行中医护理, 方法: ①膳食护理: 根据患者饮食习惯及身体情况, 制定合理饮食方案, 根据中医辨证指导患者按照方案定时用餐、少食多餐。其中肝阳上亢者可多食芹菜、红薯、绿豆、木耳等; 气血亏虚者则多食棱瓜、红薯等; 肾精不足者可在饮食方案中加入决明子、天麻、绿豆、山碴、山药等。②情志护理: 护理过程中应耐心与患者及家

属沟通, 得到其信任, 通过介绍疾病知识及用药方案、遵医嘱用药重要性等内容, 打消患者对疾病治疗方面存在的疑惑; 沟通过程中对患者存在顾虑的问题进行了解并针对性分析, 可借助以情治疗、暗不解惑、易性移情等多种方法开展患者针对性情志护理, 改善患者不良心理, 提高其依从性及治疗信心。③运动指导: 针对患者自身运动爱好及运动习惯, 指导患者规范性开展运动锻炼, 如开展太极拳、五禽戏、骑车锻炼等运动, 通过运动干预帮助患者锻炼体质, 改善心情, 对患者治疗提供保障。

1.3 观察指标

对两组患者护理前、后自我管理能力进行评定并对比。借助院内自制高血压患者自我管理力量表进行评定, 主要内容包括自我血压检测、运动、饮食、遵医嘱用药方面, 每项分值区间为 0 分至 10 分, 分值越高表示被测者该项能力越好。

1.4 统计学意义

借助 SPSS20.0 统计学分析软件处理本研究数据, 计量资料自我管理评分情况借助均数标准差描述, 应用 t 检验; 对比所得结果以 $P<0.05$ 时, 表示存在统计学意义。

2 结果

两组患者护理前, 自我管理能力各指标水平方面相比差异不存在统计学意义 ($P>0.05$); 护理后, 两组患者自我血压检测、坚持运动等各项自我管理能力指标评分与护理前相比差异有统计学意义 ($P<0.05$); 护理后, 研究组患者自我管理指标评分显著高于对照组, 差异存在统计学意义 ($P<0.05$), 详情见表 1。

表 1: 两组患者护理前、后自我管理能力各指标情况对比 (分, $n=53$)

组别	时间	自我血压检测	坚持运动	科学饮食	遵医嘱用药
对照组	护理前	5.59±0.68	5.33±0.72	5.92±0.68	6.09±0.82
	护理后	7.22±1.03	7.01±0.98	7.28±1.00	7.78±0.77
研究组	护理前	5.57±0.66	5.37±0.69	5.88±0.71	6.04±0.81
	护理后	8.52±1.01	8.64±0.98	9.03±0.76	9.27±0.48

3 讨论

相关研究指出^[3], 中医方面针对高血压患者治疗更加注重养护、调节, 通过护理干预可提高患者对相关知识的掌握程度及自我管理能 力, 可在一定程度上改善患者用药积极性及安全性。

本研究结果显示, 研究组患者经中医护理干预后各指标水平显著提高, 与对照组相比差异明显。提示, 中医护理干预措施的应用可显著改善高血压老年患者群体自我监测血压、坚持锻炼、

科学饮食等方面的自我管理能 力。

综上所述, 老年高血压患者实施中医护理的效果显著, 具有推广应用价值。

〔参考文献〕

- [1] 周琼芳. 中医护理对提升老年高血压患者自我管理能力的效果分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2018, 3(22):176+179.
- [2] 张泽涛, 陈丹桂. 中医护理干预对老年高血压自我管理能力的影 响 [J]. 心血管病防治知识 (学术版), 2017(06):1-3.
- [3] 张相珍. 中医护理干预对老年高血压自我管理能力的影 响 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2017, 4(40):7847.

* 通讯作者: 贺丹