

浅谈心理护理在社区老年高血压患者护理中的作用

陶 嘉

昆明市官渡区吴井街道社区卫生服务中心 650200

〔摘 要〕目的 探讨在社区老年高血压患者护理中实施心理护理的效果。方法 挑选 2018 年 6 月-2019 年 6 月来我社区服务中心治疗的 60 例老年高血压患者,随机分成观察组与对照组,每组 30 例。对照组运用常规护理,观察组在接受常规护理前提下,实施心理护理。结果 相较于对照组,观察组的舒张压、收缩压水平都更低($P < 0.05$)。观察组的 SAS、SDS 评分远比对照组更优($P < 0.05$)。结论 在护理社区老年高血压患者中,开展心理护理,可以较好控制血压水平,调节患者心理状况,从而达到心理治疗和药物治疗相辅相成,事半功倍的效果。

〔关键词〕心理护理;社区;老年;高血压

〔中图分类号〕R473.5

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2020) 07-136-02

高血压属于常见慢性疾病,随着社会快速发展,人们心理压力增大,高血压日益呈现高发多态趋势。高血压使得人们的饮食结构、生活方式发生很大变化,高血压主要患者为老年人,患者需要长时间服药控制疾病,其心理状况难免会发生很大波动,影响治疗效果。本文试就社区老年高血压患者实施心理护理进行分析探讨。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2018 年 6 月-2019 年 6 月来我社区服务中心治疗的 60 例老年高血压患者,患者知情。观察组男 20 例,女 10 例,年龄 60-77 岁,平均 (68.5 ± 3.4) 岁。对照组男 18 例,女 12 例,年龄 61-74 岁,平均 (67.5 ± 3.1) 岁。此研究经由我院医学伦理委员会许可。两组一般资料比较,无可比性($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组给予常规护理,给予用药、饮食指导,引导参与运动锻炼,告知自行测量血压方法。

观察在常规护理前提下,增加心理护理。(1)心理护理项目。每周开展知识讲座,向患者讲解高血压相关知识,扩充患者知识水平,促使患者主动配合治疗。护理人员应当耐心聆听患者诉求,详细解答患者疑问,更多安抚与鼓励患者,调节患者不良心理状况。就孤单患者而言,护理人员应当多与之进行交流,建议其多与其他人交流。此外,定期于社区中心,开展各类娱乐活动,增进患

者沟通,利于相互间监督与鼓励。若患者有悲观绝望心理,护理人员就要向患者说明自身病况,增强患者战胜疾病信心。对有烦躁情绪患者,护理人员要态度更加亲切地与患者交流,尽最大可能达到患者要求,给予患者足够尊重,使得患者能够全身放轻松。

(2)发放宣传资料。在社区宣传栏中,张贴高血压疾病宣传内容,发放相关宣传资料,采用不同方式来宣传疾病,提高高血压患者及家属的对疾病的认知度。(3)开展放松练习。运用音乐法或呼吸法,引导患者放松全身,排除负面情绪。同时向患者介绍放松练习的基本原理与特点,结合自身特点,采取恰当的放松手段。

1.3 观察指标

比较两组护理前后血压水平变化情况,包括舒张压、收缩压。运用抑郁自评量表(SDS)、焦虑自评量表(SAS)评估两组患者心理状况,得分越低说明心理状况更佳^[1]。

1.4 统计学分析

此次研究运用 SPSS19.0 处理数据,对于数据中的计量资料安排用 $(\bar{x} \pm s)$ 形式来反映,实施 t 检验,计数资料则选择百分率来呈现,进行 χ^2 检验, $P < 0.05$ 表示差异显著。

2 结果

2.1 两组血压水平变化情况

两组治疗前的舒张压、收缩压水平比较,无可比性($P > 0.05$)。护理后,观察组的舒张压、收缩压水平比对照组更低($P < 0.05$)。表 1。

表 1: 两组血压水平变化情况 ($\bar{x} \pm s$, mmHg)

分组	例数	舒张压		收缩压	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	30	98.45 ± 15.36	83.78 ± 5.05	163.06 ± 19.95	120.53 ± 6.29
对照组	30	98.69 ± 15.82	90.51 ± 5.34	162.84 ± 20.12	147.88 ± 9.57
t		0.0596	5.0154	0.0425	13.0808
P		0.9527	0.0000	0.9552	0.0000

2.2 两组患者心理状况

对比两组护理前的 SAS、SDS 评分,无可比性($P > 0.05$)。护理后,同对照组相比,观察组的 SAS、SDS 评分更低($P < 0.05$)。表 2。

表 2: 两组患者心理状况 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	30	54.43 ± 8.61	40.13 ± 6.22	52.49 ± 9.82	39.97 ± 6.85
对照组	30	55.05 ± 8.48	50.86 ± 5.41	52.58 ± 9.63	47.12 ± 7.04
t		0.2810	7.1293	0.0358	3.9869
P		0.7797	0.0000	0.9715	0.0002

3 讨论

近些年以来,高血压患者数量日益增多,据调查统计,中国超过 50% 的老年人患有高血压,同时年龄大于且等于 80 岁的老

年人,患高血压疾病比率趋于 90%^[2]。

高血压属于终身性疾病,会诱发心脑血管等并发症疾病,给

(下转第 141 页)

示等手段，为处在陌生环境的新冠肺炎密切接触者提供出便利、多样化求助渠道，使其在有需要时能够迅速获取帮助^[6]。

总之，新冠肺炎密切接触者存在程度不一心理问题和心理应激反应，需要结合具体情况开展心理护理，及时了解并满足密切接触者需求，给其系统性普及心理健康知识，主动予以关心关爱，针对性开展心理协助等，经上述措施可提升密切接触者于医学观察期心理适应性及心理稳定性。此外，未来还需不断深入探索并总结新冠肺炎密切接触者的心理护理方法，更好的为临床提供参考和借鉴作用。

[参考文献]

[1] 仇书要, 钟建文, 智敏, 等. 疑似新型冠状病毒肺炎病例住院隔离治疗期间睡眠质量与焦虑状况初步分析[J]. 岭南急诊医

学杂志, 2020, 25(2):118-121.

[2] 马俊, 景会平, 宋燕, 等. 1 例儿童新冠肺炎患者的心理护理体会[J]. 长治医学院学报, 2020, 34(1):14-15.

[3] 方晓眉, 王华芬, 柳静霞, 等. 新型冠状病毒肺炎疫情期间密切接触者的心理健康状况调查分析[J]. 中华危重症医学杂志(电子版), 2020, 13(1):60-62.

[4] 寇玉兰, 李莉, 闫倚天, 等. 陕西安康市新型冠状病毒肺炎 20 例流行病学特点及临床干预策略[J]. 陕西医学杂志, 2020, 49(6):653-655.

[5] 王芹, 李丽, 周霞, 等. 新型冠状病毒肺炎医学隔离人群心理状态及影响因素研究[J]. 康复学报, 2020, 30(3):167-172.

[6] 胡雪倩, 马迪迪, 刘国英, 等. 方舱医院新冠肺炎患者心理状况调查及护理对策[J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(12):116-117.

(上接第 136 页)

患者生命安全构成巨大威胁。老年高血压患者属于特殊群体，心理承受力不强，由于需要长时间进治疗，难免心理状况会发生很大变化，大大降低患者生活品质。所以，应当重视向社区老年高血压患者开展心理护理，进而提高治疗依从性，并改善患者生活品质。

心理护理是综合多种学科知识而产生的护理模式，包括护理学、心理学、社会学等，对护理人员提出更高标准，涉及专业技能水平、职业态度、交际能力等^[3]。高血压疾病有着很长病程，会反复发作，这使患者失去康复信心，而老年人的内心比较脆弱，缺少足够的高血压相关知识，很容易将高血压联系到中风、心肌梗塞等疾病，致心理状况变差，极易引发抑郁、焦虑等不良情绪。对老年高血压患者，开展心理护理可以较好调节患者不良心

理状况，促使患者主动配合治疗，控制血压水平，进而提升疗效。本研究，较对照组，观察组的舒张压、收缩压水平都更低 ($P < 0.05$)。观察组的 SAS、SDS 评分远比对照组更优 ($P < 0.05$)。

回顾总结，向区卫生服务中心老年高血压患者，开展心理护理，可以较好控制血压水平。

[参考文献]

[1] 夏静静. 心理护理在社区老年高血压患者护理中的作用研究[J]. 中国保健营养, 2020, 30(20):251.

[2] 唐益梅. 心理护理在社区老年高血压患者护理中的作用[J]. 医学美容美容, 2020, 29(7):133.

[3] 龚菊红, 马献梅. 心理护理在社区老年高血压患者护理中的应用效果[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(81):101.

(上接第 137 页)

晋升机会、进修机会等，或者医院科室自身特有的资源。具体要让护理人员表达真实诉求，避免虚假表达导致的激励措施不匹配。细节处理应对上，要做好管理工作的灵活调整，制度只能解决常规问题，特殊情况需要管理人员针对性调整优化。

总而言之，连续性排班模式与层级管理应用在神经外科护理管理中可以有效的减少不良事件发生率，提升护理质量水平，整体状况更为理想。

[参考文献]

[1] 王宏梅. 护理风险管理在神经外科护理中的应用[J]. 中国药物与临床, 2020, 20(12):2069-2070.

[2] 许美卿, 陈映屏, 许佳娜. 风险管理在神经外科护理管理中的应用价值研究[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(32):165-166.

[3] 张金芝, 张金国. 细节化护理管理在神经外科护理中的应用[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(10):134, 136.

[4] 郝秀珍. 静疗小组在神经外科护理风险管理中的作用探讨[J]. 特别健康, 2020, (15):216-217.

(上接第 138 页)

观察组的护理效果要好于对照组，这说明综合护理方法对胆结石手术患者的效果非常好，可有效提升胆结石手术患者的生活质量，所以采用综合护理方法是非常有必要的^[4]。

综上所述，优质护理方法始终坚持“以人为本”的治疗理念，护理核心已从“疾病”转向患者，“人”是救护(护理)的核心，所以只有立足患者的实际情况，才能使护理过程更加人性化、科学化，保证护理工作高效高质进行。现阶段，随着人们对胆结石手术患者的关怀力度越来越大，越来越多的社会医疗机构和个人更加倾向整体护理方法，通过医患之间的协调配合和共同努力，从而有效改善胆结石手术患者的身体状况^[5]，不仅提升其治疗疗效，更提升其生活质量。

[参考文献]

[1] 葛晓琳. 分析临床护理路径在胆结石患者手术治疗的围手术期的护理效果[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2016, 1(004):47-48.

[2] 葛晓琳. 分析临床护理路径在胆结石患者手术治疗的围手术期的护理效果[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2016, 1(004):47-48.

[3] 徐馨, 于鸿雁, 高君. 人性化护理模式在胆结石手术患者围术期护理中的应用效果分析[J]. 中国伤残医学, 2016, 024(009):153-154.

[4] 罗菲, 杨雪. 88 例胆结石患者手术围手术期护理针对性效果观察[C]// 临床心身疾病杂志研讨会综合刊. 2015.

[5] 沈杰. 分析临床护理路径在胆结石患者手术治疗的围手术期的护理效果[J]. 医药, 2016(11):00078-00078.

(上接第 139 页)

可以做下床活动，促使胃肠功能的优化，新陈代谢更快，让机体营养与药物更好的吸收，促使肺活量的提升，减少术后并发症。促使其早期活动，让其早期进食。做好镇痛，减少阿片类药物用量，减少手术后可能出现的恶心呕吐与肠胀气等问题。有关工作需要各方面支持，做好教育指导，让患者与家属更好的支持工作开展，减少有关问题带来的阻力与不良后果。

总而言之，快速康复外科理念护理应用在结肠直肠癌中可以有效的加快患者恢复速度，减少并发症，整体状况更为理想。

[参考文献]

[1] 梁丽, 贾钰芳, 廖春芳. 结肠直肠癌护理中快速康复外科理念的应用[J]. 科学养生, 2020, 23(4):217.

[2] 梁丽, 贾钰芳, 廖春芳. 结肠直肠癌护理中快速康复外科理念的应用[J]. 科学养生, 2020, 23(2):243.

[3] 马屹芳. 快速康复外科理念在结肠直肠癌护理中的应用分析[J]. 中国医药指南, 2020, 18(1):227.

[4] 祝乐红. 快速康复外科理念用于结肠直肠癌护理效果分析[J]. 健康必读, 2019, (34):231.