

## 老年高血压伴糖尿病患者应用社区护理干预的临床研究

张培培

山东省济宁市嘉祥县万张街道卫生院, 山东 济宁 272401

**【摘要】** **目的** 探究在老年高血压伴糖尿病管理中应用社区护理干预的临床效果。**方法** 本次探究选择 124 例老年高血压伴糖尿病患者作为研究对象, 按照随机数字表法分组, 患者均于本院 2021 年 9 月 -2023 年 3 月期间收治。对照组 (62 例, 行常规护理干预); 实验组 (62 例, 行常规干预+社区护理干预), 对比两组患者的血糖血压指标、生存质量及并发症情况。**结果** 接受社区护理的患者血糖、血压指标显著低于对照组 ( $P<0.05$ ); 接受社区护理的患者生活质量评分显著高于对照组 ( $P<0.05$ ); 接受社区护理的患者并发症几率显著低于对照组 ( $P<0.05$ )。**结论** 在老年高血压伴糖尿病管理中应用社区护理干预能有效稳定患者的血压血糖水平, 改善其生活品质, 并减少不良并发症的发生频率。

**【关键词】** 高血压伴糖尿病; 老年患者; 社区护理

### Clinical study of community nursing intervention in elderly patients with hypertension and diabetes mellitus

ZHANG Peipei

Wan Zhang Street Health Center of Jiexiang County, Jining, Shandong 272401, China

**Abstract: Objective:** To assess the clinical impact of community nursing intervention in the treatment of diabetic senior hypertension. **Methods:** In this study, 124 elderly patients with hypertension and diabetes were selected as the research objects. They were divided into groups according to the random number table method. All patients were admitted to our hospital from September 2021 to March 2023. The control group (62 cases, routine nursing intervention); the experimental group (62 cases, routine intervention+community nursing intervention) compared the blood glucose and blood pressure indexes, quality of life and complications of the two groups. **Results:** Having accepted the community nursing care of diabetic patients, the blood pressure index was significantly lower than the control group ( $P<0.05$ ). The quality of life score in patients receiving community care is significantly higher than the control group ( $P<0.05$ ). The number of complications in patients receiving community nursing care was significantly lower than the control group. ( $P<0.05$ ). **Conclusion:** In senior patients with hypertension and diabetes, community nursing intervention successfully controlled blood pressure and blood glucose levels, enhanced quality of life, and decreased the incidence of harmful consequences.

**Key Words:** Hypertension with diabetes; Elderly patients; Community nursing

当前, 老龄化问题日益加剧, 老年慢性疾病也逐渐成为临床医学关注的重点<sup>[1]</sup>。高血压伴糖尿病是近年来临床中较为常见的老年慢性疾病, 这类疾病无完全根治的临床手段, 院内治疗以控制病情进展为主要目的。大部分的老年患者在病情有效控制后, 需经历较长时间的恢复期<sup>[2]</sup>。这期间主要为遵

医嘱接受药物干预, 接受饮食调整, 活动调整等, 旨在确保患者预后质量。老年患者具有一定的群体特殊性, 受机体状态、年龄、记忆力等影响, 患者在出院后很难完全谨遵医嘱, 进而导致病情反复, 甚至会出现恶化的风险。常规护理中的院外干预仅限于线上回访与督促, 干预手段局限性较大。社区

护理干预是典型的区域性护理管理手段,能有效督促社区范围内老年患者的康复保健工作。本研究旨在探析社区护理在老年慢性疾病管理中的应用效果,现报道如下。

## 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 本研究选择我院2021年9月—2023年3月期间收治的124例老年高血压伴糖尿病患者作为研究对象,按照随机数表法进行分组。对照组(62例,行常规护理干预),男32例,女30例,平均年龄( $70.12 \pm 5.92$ )岁;实验组(62例,行常规干预+社区护理干预),男33例,女29例,平均年龄( $69.73 \pm 6.12$ )岁。两组患者的一般资料对比无统计学差异( $P>0.05$ ),可进行对比研究。

**1.2 纳入标准** ①符合的糖尿病、高血压临床诊断标准<sup>[3]</sup>;②年龄大于55岁;③本次研究经医院伦理委员会审核,患者及其家属签署了同意书。

**1.3 排除标准** ①存在肝脏功能障碍的患者;②存在精神状态认知障碍失常、拒绝护理配合的患者。

**1.4 方法** 常规护理手段干预的62例患者:对患者进行必要的疾病知识健康教育,帮助患者及家属了解该病症特点变化。出院后,定时进行线上回访,督促患者遵医嘱用药并按时复查。

实验组在以上护理基础上接受社区护理干预,操作如下:(1)强化老年高血压伴随糖尿病患者的卫生保健工作,通过卫生保健手册、教育讲座向其进行安全教育知识灌输,明白护理的意义。通过对病情的具体情况进行详细的解释,争取让患者积极的进行治疗,从而加快康复进程。护士应积极与患者进行沟通和交流,并教会其生命体征的检测的方式,让其能够自我监控疾病的进程,病情严重时

及时就诊。(2)饮食护理。碳水化合物的配比占到大约一半,蛋白质配比占到大约1/4,脂肪配比占到大约1/4,对于体型较为臃肿的患者食盐要控制在3g以内,可选择少食多餐的进餐方式。(3)运动护理。为病人提供合理的运动护理,可选择有氧运动提升患者的肢体协调能力。中医护理中比较倡导太极拳、散步、八锦缎等运动辅助患者恢复气力,提高肌肉运动能力,提高代谢水平。(4)用药护理:用药原则要遵循为不对患者的正常机体功能造成影响,副作用小,还可以预防病情病变恶化,对其血糖、血压进行有效的控制。在选择降压、降糖药物时要谨慎,要确保患者的长期安全用药。护士应积极了解患者的睡眠状况,避免出现严重的呼吸障碍、窒息等并发症。

**1.5 观察指标** 观察指标如下。

(1)对比两组患者血糖血压指标,血糖指标包括空腹血糖指数、餐后2h血糖指数;血压指标包括收缩压、舒张压。

(2)对比两组患者生活质量,应用生活质量(QOL)评分量表对老年患者进行预后评估,QOL采用5级评分法,共12个条目,评分范围为12~60分。

(3)对比两组患者并发症情况,包括脑卒中、心肌梗死、糖尿病足。并发症率=并发症例数/总病例数 $\times 100\%$ 。

**1.6 统计学处理** 本研究涉及统计学方面的数据均由SPSS22.0计算完成,相关数据信息包含计数、计量表现形式 $[n(\%)]$ 、 $(\bar{x} \pm s)$ ,分别行 $\chi^2$ 、 $t$ 检验, $P$ 值小于0.05,代表数据差异性显著。

## 2 结 果

**2.1 对比两组患者血糖血压指标** 接受社区护理的指标显著低于对照组( $P<0.05$ ),见表1。

表1 对比两组患者血糖血压指标( $n=62, \bar{x} \pm s$ )

组别	指标	对照组	实验组	$t$	$P$
血糖	空腹血糖 (mmol/L)	$7.61 \pm 1.05$	$7.10 \pm 1.01$	2.756	0.007
	餐后血糖 (mmol/L)	$10.22 \pm 1.26$	$9.53 \pm 1.31$	2.989	0.003
血压	收缩压 (mmHg)	$141.21 \pm 10.05$	$136.98 \pm 9.63$	2.393	0.018
	舒张压 (mmHg)	$87.53 \pm 7.62$	$82.21 \pm 7.08$	4.027	<0.001

2.2 对比两组患者生活质量 接受社区护理的患者生活质量评分显著高于对照组 ( $P<0.05$ ), 见表2。

表 2 对比两组患者生活质量 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	护理前	护理后
对照组	62	34.12 ± 9.23	42.26 ± 7.69
实验组	62	33.97 ± 10.19	45.35 ± 8.03
$t$		0.086	2.188
$P$		0.932	0.031

2.3 对比两组患者并发症情况 接受社区护理的患者并发症几率显著低于对照组 ( $P<0.05$ ), 见表3。

表 3 对比两组患者并发症情况 [n (%)]

组别	例数	脑卒中	心肌梗死	糖尿病足	并发症率
对照组	62	3 (4.84)	3 (4.84)	2 (3.23)	8 (12.90)
实验组	62	1 (1.61)	0 (0.00)	1 (1.61)	2 (3.23)
$\chi^2$					3.916
$P$					0.048

### 3 讨 论

高血压伴糖尿病是引起老年心血管突发疾病的关键因素<sup>[4]</sup>。相关临床数据显示,罹患高血压伴糖尿病的患者发生心脑血管的几率高于常规老年人2~4倍,发生心肌梗死的几率也直线上升<sup>[5]</sup>。在社会水平的提高下,高血压、糖尿病发病率逐步增加,相关并发症发病风险也随之增加,故针对该部分患者进行全面、高效的社区管理是非常必要的。

社区护理管理是典型的区域性干预手段,具有聚集性、综合性、全面性的护理管理优点<sup>[6]</sup>。相较于常规的护理干预,社区护理更加贴近于老年患者的生活、活动,在实施护理措施时更具全面高效性。基于高血压伴糖尿病的病情特点,持续高效的针对护理手段最适用于该类疾病。从生活管理、用药管理、饮食管理到安全教育、运动关注,社区护理干预切实从老年患者的实际需求出发,满足其延续性护理的需要,能有效防止病情进展。

本研究数据显示,相较于一般护理手段,接受社区护理的患者血糖、血压指标更低,其更接近于正常范围 ( $P<0.05$ ),表明该护理管理手段能有效稳定老年患者病情;接受社区护理的患者生活质量评分更高,并发症几率更低,仅3.23% ( $P<0.05$ ),表明该护理管理手段能改善老年患者的预后状态,提高其生活品质和面貌,进而有效减少不良并发症的发生。

如上所述,在老年高血压伴糖尿病管理中应用社区护理干预能有效稳定患者的血压血糖水平,稳

定老年患者病情,改善其生活品质 and 预后状态,减少不良并发症的发生,建议推广。

### 参考文献

- [1] 徐瑾鼎,徐复娟,余颖.KAP模式健康教育在老年高血压合并糖尿病患者中的应用价值分析[J].重庆医学,2020,49(13):2232-2235.
- [2] 黄海英,盘宗敏,曹玉敏,等.动机性访谈干预社区中老年2型糖尿病合并高血压女性患者的效果[J].中国妇幼保健,2021,36(9):2030-2032.
- [3] 楚斯垠,赵菲,余贺果,等.医院-社区-患者三元联动延续护理模式在慢性病管理中的效果探讨[J].护士进修杂志,2019,34(3):220-223.
- [4] 刘蓉,骆亚南,谭毅.个体化护理可干预糖尿病合并高血压患者脂联素、Cys-c水平及治疗依从性和生活质量[J].基因组学与应用生物学,2019,38(2):803-809.
- [5] 吴艳,任丽润,方朝晖.穴位敷贴配合中医情志护理在糖尿病合并高血压患者护理管理中的应用[J].西部中医药,2020,33(6):129-131.
- [6] 翟智华,冯玫,王海玲.知行模式在2型糖尿病合并高血压患者中的应用及对饮食行为管理的作用[J].中国循证心血管医学杂志,2022,14(10):1259-1262.