

老年人高血压及糖尿病社区健康管理及社区护理的应用

李萍

贵阳市公共卫生救治中心 贵州贵阳

【摘要】目的 分析社区健康管理及社区护理在老年高血压（HBP）及糖尿病（DM）患者中的应用效果。**方法** 纳入研究的患者为老年 HBP 及 DM 患者 78 例，随机分为观察组（社区健康管理及社区护理）和对照组（基础护理）各 39 例，对比效果。**结果** 观察组血糖、血压低于对照组（ $P<0.05$ ）；观察组自我管理能力强于对照组（ $P<0.05$ ）。**结论** 老年人 HBP 及 DM 患者采取社区健康管理和社区护理对于血糖、血压的控制十分有利，效果满意。

【关键词】 社区健康管理；老年高血压；社区护理；老年糖尿病；自我管理能力强

【收稿日期】 2024 年 4 月 22 日

【出刊日期】 2024 年 6 月 16 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20240289

Application of community health management and community nursing for hypertension and diabetes in the elderly

Ping Li

Guiyang Public Health Treatment Center, Guiyang, Guizhou

【Abstract】Objective To analyze the effect of community health management and community nursing on elderly patients with hypertension (HBP) and diabetes mellitus (DM). **Methods** 78 elderly patients with HBP and DM were randomly divided into observation group (community health management and community nursing) and control group (basic nursing), 39 cases each, to compare the effect. **Results** Blood glucose and blood pressure in observation group were lower than those in control group ($P<0.05$). The self-management ability of observation group was higher than that of control group ($P<0.05$). **Conclusion** Community health management and community nursing in elderly patients with HBP and DM are very beneficial to the control of blood sugar and blood pressure, and the effect is satisfactory.

【Keywords】 Community health management; Hypertension in the elderly; Community nursing; Elderly diabetes mellitus; Self-management ability

慢性疾病中 HBP、DM 均比较多见，而且该类疾病以老年人为主要人群^[1]。临床对于此类患者以药物治疗为主，若想长时间保持病情的稳定离不开护理工作。由于此类疾病具有相对较长的病程，因此家庭治疗有十分重要作用，因此，社区需要对此类患者的护理干预、健康管理高度重视，进而对预后改善^[2]。因此，本研究对此类患者给予社区健康管理及社区护理，效果满意，如下。

1 资料和方法

1.1 临床资料

老年 HBP 及 DM 患者 78 例，2022 年 11 月至 2023 年 9 月，随机分为观察组 39 例，男 22 例，女 17 例，平均年龄（ 72.58 ± 3.54 ）岁；对照组 39 例，男 23 例，女 16 例，平均年龄（ 7.49 ± 2.68 ）岁，两组资料对比

（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

对照组：基础护理。观察组：社区健康管理及社区护理，包括：

（1）建立健康档案。对患者电话、年龄、所患疾病等基本信息了解，且落实常规体格检查、询问病史工作，掌握患者既往疾病的诊治情况且实施规范的管理。对患者病情实时监测，护理计划按照更新后的资料制定，保证针对性。（2）健康宣教。通过面对面交流等多种方式宣教，介绍疾病知识，指导其监测指标的方法，介绍心理状态、用药等方面对疾病的积极、负面影响。（3）加强病情护理。对患者生理指标监测，如身高、体重、腰围、血压等，规避并发症的出现，培训家属、患者，让其积极监测病情，减少病情发展几率，对

患者的运动频率、饮食习惯、吸烟、饮酒情况等了解, 辨别潜在危险因素, 给予干预措施。(4) 重视用药护理。介绍治疗疾病药物, 防止其混同, 详细讲解服药时间、剂量、名称等, 介绍治疗重要性, 讲解擅自加减、停药危害, 利用闹钟等方式提醒患者, 对于胰岛素治疗者, 通过视频等协助患者更好地掌握治疗要点, 保证有效治疗。(5) 心理疏导。积极和患者交流, 了解其情绪改变, 叮嘱其情绪异常波动会影响血压、血糖水平异常, 叮嘱其保持心态良好, 利用鼓励、劝导等方式对其负面情绪疏导;(6) 饮食护理。严格控制摄入热量, 保证体重处于健康范围, 坚持高维生素、低热量饮食原则, 对于甜食、动物内脏等严格控制, 适当进食奶、鱼肉等食物。(7) 运动指导。结合患者身体情况让其进行瑜伽、散步等运动, 运动开始时间为餐后 90min 以后, 不可饱餐、空腹运动, 每周 5 次以上, 35min/次, 循序渐进且家属陪同左右, 避免跌倒等事件。(8) 社

区随访。每周利用门诊、电话方式随访, 对患者血糖、血压控制状况全面了解, 关心其情绪、运动等方面, 适当进行指导, 上门随访 1 次/月, 询问居家情况, 指出不当行为, 建立微信群, 请患者入群, 发送健康知识, 患者、护士、医生随时沟通。两组均进行 3 个月干预。

1.3 观察指标

血压、血糖、自我管理能力^[3]。

1.4 统计学处理

SPSS18.0 分析数据, $P < 0.05$ 统计学成立。

2 结果

2.1 血压水平比较

干预后, 组间对比 ($P < 0.05$)。见表 1。

2.2 血糖水平比较

干预后, 组间对比 ($P < 0.05$)。见表 2。

2.3 自我管理能力的比较

干预后, 组间对比 ($P < 0.05$)。见表 3。

表 1 血压水平对比 ($\bar{x} \pm s$), mmHg]

分组	例数	舒张压		收缩压	
		干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	39	105.29 ± 6.74	85.16 ± 5.18	161.36 ± 13.28	132.12 ± 6.13
对照组	39	105.31 ± 6.49	95.12 ± 5.52	162.15 ± 14.11	141.68 ± 11.64
t 值		0.352	5.203	0.412	4.336
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 血糖水平对比 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数	糖化血红蛋白 (%)		餐后 2h 血糖 (mmol/L)		空腹血糖 (mmol/L)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	39	7.52 ± 1.14	6.05 ± 0.56	13.29 ± 1.83	6.18 ± 1.23	7.59 ± 1.42	5.06 ± 0.64
对照组	39	7.61 ± 1.03	6.81 ± 0.67	13.29 ± 1.98	7.83 ± 1.62	7.43 ± 1.35	6.61 ± 1.07
t 值		0.225	5.332	0.254	4.825	0.254	4.887
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 3 自我管理能力的对比 ($\bar{x} \pm s$), 分]

分组	例数	适度运用		遵医用药		合理饮食	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	39	5.52 ± 0.18	8.82 ± 0.74	5.68 ± 0.24	9.16 ± 0.67	5.18 ± 0.23	9.17 ± 0.64
对照组	39	5.67 ± 0.23	8.13 ± 0.44	5.73 ± 0.21	8.05 ± 0.51	5.03 ± 0.16	8.02 ± 0.31
t 值		0.253	5.852	0.326	5.714	0.225	5.412
P 值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

3 讨论

社区健康管理及社区护理属于一种综合性的护理管理方式,既可以评估、分析患者健康情况,也可以对危险因素及时了解,该种护理可以将健康方面的指导服务提供给患者,改善其自我管理能力和其生活质量的提高^[4]。

本研究结果表示上述干预方式效果良好。是因为此种护理模式对于个体差异重视度较高,制作健康档案,及时根据患者情况对档案资料更新,增加服务的有效性。利用集体讲座等方式进行疾病宣教,增加患者知识掌握度,重视疾病且积极配合。根据影响血糖、血压水平的因素明确护理干预,进而保证效果理想。重视病情干预,可以及时了解病情改变^[5],进而积极预防并发症。对用药加强护理可以使患者的用药积极性、自我管理能力有效改善,利于血糖血压水平的降低。积极对患者进行心理护理,因为患者独居、疾病等多种因素的影响而导致其心态较差,对其心理疏导,同时鼓励其明确自身爱好,积极活动,保证身心状态良好。另外站在运动、饮食角度对患者鼓励,让其积极自我管理,纠正错误饮食习惯,且积极锻炼,促使其自我管理行为的改善而控制血糖、血压水平。

随访患者保证护理服务的连续性^[6]。并且电话、门诊随访具有更强的可行性,方便对患者情况掌握而进行一定指导,建立微信群聊方便护患间的沟通,促使随访效果的增加^[7-12]。

总之,老年高血压、糖尿病患者经过社区健康管理和社区护理对于其自我管理能力的提升及血糖、血压指标的降低存在积极作用,值得应用。

参考文献

- [1] 万修伟,侯树爱,赵静,潘红.中医“治未病”理论在社区卫生服务站对糖尿病前期人群护理管理中的应用[J].齐鲁护理杂志,2023,29(16):83-86.
- [2] 向霞,祝小丹,马绮文,童景莲.“互联网+护理服务”联合家庭病床模式在社区 2 型糖尿病患者健康管理中的应用[J].天津护理,2023,31(2):213-216.
- [3] 都晓彤.应用综合健康管理模式对改善社区高血压合并

糖尿病患者控制血压、血糖以及服药依从性的效果分析[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2023(8):0057-0060.

- [4] 薛娟,雷明霞.医院-社区-家庭健康管理模式结合知信行干预对老年高血压患者健康认知、行为及血压控制的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(9):158-160.
- [5] 许运.社区护理结合肺功能检查在社区老年人慢性阻塞性肺疾病中的应用研究[J].每周文摘·养老周刊,2023(5):0143-0145.
- [6] 黄豪,陈黎,朱慧蓉,呼怡媚,周志刚,曹晔莹.基于互联网的社区-医院一体化慢性病管理模式在 2 型糖尿病患者中的应用效果[J].中国初级卫生保健,2023,37(9):36-3841.
- [7] 张嘉,崔月丽,孙静,刘彬羽.应用自我管理手册对社区 2 型糖尿病患者进行签约式饮食管理的效果分析[J].中外医药研究,2023,2(5):132-134.
- [8] 张军,王斌,黄莹,等.基于知信行模式的护理干预对老年糖尿病合并高血压患者焦虑情绪及治疗依从性的影响[J].2020,(5).
- [9] 魏君.老年人高血压及糖尿病社区健康管理及护理干预效果[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2023(1):3.
- [10] 郑文玲.老年人高血压及糖尿病社区健康管理及护理干预效果[J].每周文摘·养老周刊,2023(1):0111-0113.
- [11] 黄丽珍.老年人高血压及糖尿病社区健康管理及护理策略研究[J].糖尿病天地·教育(上旬),2022(006):019.
- [12] 解晓蓉.社区高血压、糖尿病患者实施健康管理的效果分析[J].国际护理与健康,2022.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS