

## 探究纽曼保健系统模式在老年高血压病护理中的应用

吴敏嘉, 罗聪\*

柳州市人民医院 广西柳州

**【摘要】目的** 浅析老年高血压患者采用全过程优质护理纽曼保健系统模式进行护理指导, 为患者健康生活提供建议。**方法** 选取 2023 年 6 月至 2024 年 8 月收治的老年高血压患者 160 例, 对照组采用基础护理; 观察组采用纽曼保健系统模式, 对比护理效果。**结果** 观察组患者血压指标改善优于对照组, 对比差异显著 ( $P < 0.05$ ); 此外, 护理后观察组依从性、认知能力、2-DSCS 评分比对照组高, 对比差异显著 ( $P < 0.05$ )。**结论** 针对老年高血压患者实施纽曼保健系统模式的效果显著, 有助于稳定患者的血压水平, 提升患者的自我护理意识, 改善日常作息和习惯, 具有可推广价值。

**【关键词】** 纽曼保健系统模式; 老年高血压病; 血压水平; 自我护理意识

**【收稿日期】** 2025 年 1 月 16 日

**【出刊日期】** 2025 年 2 月 18 日

**【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20250103

### Explore the application of Newman health care system model in the care of elderly hypertension

Mingjia Wu, Cong Luo\*

Liuzhou People's Hospital, Liuzhou, Guangxi

**【Abstract】Objective** To analyze the elderly hypertension patients using the whole process of quality nursing Newman health care system model for nursing guidance, to provide suggestions for patients' healthy life. **Methods** 160 elderly hypertensive patients admitted from June 2023 to August 2024 were selected for basic nursing care in the control group; the observation group adopted the Newman health system model to compare the nursing effect. **Results** Patients in the observation group improved better than the control group, with significant differences ( $P < 0.05$ ); moreover, compliance, cognitive ability and 2-DSCS score in the observation group, respectively ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The implementation of the Newman health care system model for the elderly patients with hypertension has a remarkable effect, which is helpful to stabilize the blood pressure level of the patients, improve the patients' self-care awareness, improve the daily work and rest and habits, and has the promotion value.

**【Keywords】** Newman health care system model; Elderly hypertension; Blood pressure level; Self-care awareness

目前, 我国高血压患者人数越来越多, 且有年轻化趋势, 据高血压相关指南中指出, 若是收缩压超过 130mmHg, 舒张压超过 80mmHg 则视为高血压<sup>[1]</sup>。从影响疾病的因素上看也有很多, 如肥胖、酗酒、抽烟等, 在治疗上多采取药物方案, 并改善患者不良生活习惯, 转变生活方式。除了遵从医嘱治疗外, 在护理过程中采取纽曼保健系统模式, 其作为综合性护理对策, 能够以心理学为基础帮助患者调节身心状态, 积极应对慢性病<sup>[2]</sup>。同时, 有助于调动治疗积极性, 使患者加强对疾病的了解, 在日常生活中能听从医嘱用药, 转变错误的生活、饮食方式, 积极控制血压, 避免高血压病情的反

复发作。鉴于此, 选取 2024 年 1 月至 2024 年 12 月收治的老年高血压患者 160 例, 重点讨论纽曼保健系统模式的效果, 现将内容报道如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

选取 2023 年 6 月至 2024 年 8 月收治的老年高血压患者 160 例, 依照数字随机分组法, 观察组男 42 例, 女 38 例; 年龄在 61—80 岁, 平均 ( $69.07 \pm 5.63$ ) 岁; 病程在 3-20 年, 平均 ( $10.23 \pm 4.56$ ) 年。对照组男 41 例, 女 39 例; 年龄在 60—80 岁, 平均 ( $70.13 \pm 5.89$ ) 岁; 病程在 2-18 年, 平均 ( $10.78 \pm 4.32$ ) 年。两组病患

\*通讯作者: 罗聪

基线数据均衡匹配, 具有高度可比较性。纳入标准: (1) 在血压检查中确认患有高血压, 且患者对本次调研知情, 同意参与。(2) 患者有正常的认知和意识, 与医护人员沟通病情。(3) 患者有家属陪同治疗。排除标准: (1) 患者伴有传染病或者癌症等不治之症; (2) 患者伴有精神类疾病, 严重的心理疾病, 认知行为无法一致; (3) 患者中途由于自身原因退出。

### 1.2 干预方法

对照组采用基础护理, 为患者讲解高血压的发生机制和治疗方案, 同时关注患者是否有药物不良反应, 及时向医生汇报调整用量。另有, 关注患者的日常生活习惯, 是否有错误的及时进行纠正。

观察组采用纽曼保健系统模式, 成立纽曼保健护理小组, 评估患者的病情, 了解患者对疾病知识的掌握情况, 同时采取针对性预防措施。在一级预防中需要评估患者对疾病知识的掌握情况, 通过本图视频方式讲解疾病相关知识, 针对有吸烟、酗酒的患者进行叮嘱, 改掉不良习惯, 保持健康作息。在二级防护中要关注患者的情绪变化, 防止情绪异常激动。在心理干预过程中, 对于长期处于烦躁焦虑状态下的患者应当帮助其释放压力。同时于老年患者而言, 缺乏家人的陪伴容易有孤独感, 因此也应当告知家属多陪伴患者。同时要监督患者是否有增减用药或不按医嘱用药的情况, 另有可以教会患者及家属进行自我血压监测。在日常饮食中也应当坚持低脂、清淡饮食。在三级防护中, 不仅要为患者制定健康教育计划, 还应当记录患者的血压波动变化情况, 通过电话随访等方式进行了解患者居家期间的表现。详细告知患者每种药物的服用时间与剂量, 解释规律用药带来的好处, 提高患者用药依从性, 并建议家属参与到老年患者的照顾和监督中。最后, 以个人喜好选择运动方式, 推荐的运动包括广场舞、骑自行车、瑜伽、散步、慢跑、八段锦等, 在运动前后监测血压, 确保血压处于安全范围内。为确保安全, 尽量穿着舒适合脚的服装和鞋子, 并由家属陪伴。

### 1.3 评价标准

#### 1.3.1 血压指标

确保动态血压监测系统电量充足, 处于正常工作状态, 连接记录设备, 患者在稳定患者情绪下进行血压检测, 避免外界因素对血压测量造成影响, 进行 3 次收缩压和舒张压检测并取平均值以提高准确性。

#### 1.3.2 认知、依从性以及自我管理行为

通过面对面提问等形式了解患者对高血压知识的掌握程度, 总分 100 分, 分值越高表示患者对疾病知识、健康管理的掌握越全面。患者依从性评估采用自制量表, 总分 100 分, 分值与患者依从性成正比相关。采用 2-DSCS 量表评估患者在日常生活中关于饮食、用药、运动等执行自我管理行为的程度, 总分范围 26~130 分, 分值越高表示患者的自我管理行为执行得越好。

#### 1.4 统计方法

将调查中的相关数据输入到 SPSS 26.0 统计学软件包予以处理, 计数资料应用  $n$  (%) 描述, 计量资料应用 ( $\bar{x} \pm s$ ) 描述, 组间经  $t$  和  $\chi^2$  检验,  $P < 0.05$  表示有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比患者血压水平

观察组患者血压指标改善优于对照组, 对比差异显著 ( $P < 0.05$ ); 见表 1。

### 2.2 对比患者认知、依从性以及自我管理行为

护理后观察组护理依从性、认知能力、自我管理行为 (2-DSCS) 评分比对照组高, 组间对比差异显著 ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

## 3 讨论

高血压作为一种在老年人群中普遍存在的基础性疾病, 其成因复杂多样, 涵盖了患者自身的生理和心理特征以及遗传背景等多个方面<sup>[3]</sup>。此外, 饮食习惯、生活方式等外部因素也在其中扮演着重要角色。与此同时, 冠心病也是老年人常见的慢性疾病之一, 其主要病因是冠状动脉的粥样硬化。而高血压的存在会显著增加冠心病的发生风险, 而冠心病的存在反过来又会加剧高血压的病情, 从而形成一种恶性循环<sup>[4]</sup>。

表 1 两组患者血压水平对比分析 ( $\bar{x} \pm s$ , mmHg)

组别	SBP		DBP	
	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (n=80)	145.31±8.33	125.62±5.13	98.24±5.13	84.25±3.62
观察组 (n=80)	145.32±8.34	116.84±4.24	97.23±5.12	79.24±3.13
t	0.0053	8.3435	0.8813	6.6212
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 对比两组患者认知、依从性以及自我管理行为评分 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	依从性		认知能力		2-DSCS	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组 (n=80)	49.54±4.43	56.99±4.83	56.24±5.45	69.08±7.53	60.63±6.26	75.63±7.37
观察组 (n=80)	49.35±4.22	78.42±5.85	56.31±5.51	86.86±9.69	60.54±6.57	98.95±9.84
t	0.230	20.950	0.067	10.745	0.074	14.067
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

此外,老年人往往需要服用多种药物,这些药物之间可能会相互作用,进一步加剧血压的不稳定。因此,在高血压的防治过程中,针对老年人群的特殊性,需要采取更为细致和个性化的管理策略,以确保血压的稳定控制,减少心脑血管等并发症的发生风险<sup>[5]</sup>。

在纽曼保健模式下,坚持以患者为中心的护理措施,不仅关注患者疾病治疗效果和症状改善情况,也关注患者的情绪问题。在传统的护理指导中更多是解决高血压患者,面临的共性问题,缺乏弹性,忽视了老年群体的具体需求。而纽曼保健模式则可以为患者提供连续性、全面性的护理方案,提升患者对疾病的正确认知,并能够影响其行为转变,积极地面对慢性病治疗,参与疾病的自我管理,具有较高的护患依从性<sup>[6]</sup>。

结合本次调研,观察组患者不仅血压水平控制效果优于对照组,在护理依从性、认知能力、自我管理行为上也有较好的反馈。究其原因,纽曼保健系统模式的核心是帮助患者建立正确认知,具备疾病相关知识。有学者提出,纽曼保健系统措施是一个动态的管理模式,强调了人与环境的相互作用。其主要包括了三个方面,结合高血压患者可以归纳为诱发因素、自我预防和护理干预<sup>[7]</sup>。因此,在护理中要规避引起血压升高的因素,针对老年患者也要开展健康教育,强调自我健康管理的重要性,在护理工作中要帮助患者减轻疾病压力<sup>[8]</sup>。另外,在防护能力上,护理人员要关注患者病情变化,了解患者的身体状态、知识技能、睡眠与营养状况、生活管理以及身心压力,这些都会削弱疾病预防能力<sup>[9]</sup>。在护理中要关注提升患者的薄弱区域能力,如生理机能差、心态水平差,通过护理人员的指导进行调节后,可以增强患者的健康水平,防止血压波动,降低疾病复发率<sup>[10]</sup>。

综上所述,针对老年高血压患者实施纽曼保健系统模式的效果显著,有助于稳定患者的血压水平,提升患者的自我护理意识,改善日常作息和习惯,具有可推广价值。

## 参考文献

- [1] 孙渝. 系统护理干预在老年高血压护理中的应用效果研究 [J]. 生命科学仪器, 2024, 22 (05): 223-225.
- [2] 潘伟,姜青青,孙婧,等. 中国老年人慢性病共病模式探讨——基于 CHARLS 数据库解析 [J]. 现代预防医学, 2024, 51 (16): 2966-2971.
- [3] 蔡丹丹. 系统护理对老年高血压患者服药依从性及睡眠质量的影响 [J]. 中国冶金工业医学杂志, 2024, 41 (02): 127.
- [4] 刘向君,刘梅. 系统护理干预在老年高血压护理中的应用效果研究 [J]. 心血管病防治知识, 2024, 14 (06): 56-59.
- [5] 王介花,李艳,张殿红. 老年高血压患者采用系统护理的效果 [J]. 中国城乡企业卫生, 2023, 38 (10): 94-96.
- [6] 张亚靓,岳丽春,袁晶. 纽曼保健模式在老年高血压病患者中的应用效果 [J]. 护理实践与研究, 2022, 19 (07): 1006-1009.
- [7] 金秀梅. 纽曼保健系统模式在高血压患者中的实践意义 [J]. 智慧健康, 2022, 8 (09): 166-168.
- [8] 陈敏,胡扬,庄榕清. 循序渐进式康复护理结合纽曼系统护理模式对下肢骨折合并高血压患者的影响 [J]. 心血管病防治知识, 2021, 11 (30): 67-69.
- [9] 徐汉丽. 纽曼保健系统模式应用于高血压护理中的作用研究 [J]. 心血管病防治知识, 2021, 11 (15): 80-82.
- [10] 王德荣,马国华,刘恒,等. 基于纽曼保健系统模式的护理干预对农村老年高血压前期患者的应用效果评价 [J]. 系统医学, 2020, 5 (02): 174-177.

版权声明: ©2025 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