

# 路径化中医护理方案联合保健模式对老年原发性高血压患者 临床疗效的影响

林丛, 袁芳\*

广安门医院济南医院 (济南市中医医院) 山东济南

**【摘要】目的** 分析路径化中医护理方案联合保健模式对老年原发性高血压患者临床疗效的影响效果。**方法** 将医院在 2024 年 1 月-2024 年 12 月期间的 100 名患了老年原发性高血压患者选作这次对象, 分为两组, 用不一样的护理方式。对照组应用保健模式护理, 观察组在对照组基础上加以路径化中医护理方案护理, 对比两组护理效果。**结果** 观察组自我管理能力强于对照组, 血压水平低于对照组 ( $P < 0.05$ )。**结论** 路径化中医护理方案联合保健模式在老年原发性高血压患者护理过程中应用效果显著, 可在临床护理中推广应用。

**【关键词】** 路径化中医护理方案; 保健模式; 老年原发性高血压; 临床疗效

**【收稿日期】** 2024 年 12 月 24 日 **【出刊日期】** 2025 年 1 月 25 日 **【DOI】** 10.12208/j.jacn.20250042

## Effect of path-based TCM nursing program combined with health care model on clinical efficacy of elderly patients with essential hypertension

Cong Lin, Fang Yuan\*

Guang'anmen Hospital Jinan Hospital (Jinan Traditional Chinese Medicine Hospital), Jinan, Shandong

**【Abstract】Objective** To analyze the effect of path-based TCM nursing program combined with health care model on clinical efficacy of elderly patients with essential hypertension. **Methods** 100 elderly patients with essential hypertension in the hospital from January 2024 to December 2024 were selected as subjects and divided into two groups with different nursing methods. The control group was treated with health care model nursing, and the observation group was treated with path-based TCM nursing program on the basis of the control group, and the nursing effects of the two groups were compared. **Results** The self-management ability of the observation group was higher than that of the control group, and the blood pressure level was lower than that of the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The path-based TCM nursing program combined with health care model has significant application effect in the nursing process of elderly patients with essential hypertension, and can be promoted and applied in clinical nursing.

**【Keywords】** Path-based TCM nursing program; Health care model; Elderly essential hypertension; Clinical efficacy

原发性高血压被普遍视为老年人常见的慢性健康问题, 许多老年人都面临不同程度的高血压<sup>[1]</sup>。因此, 对老年高血压患者实施护理干预措施至关重要, 这不仅可以防止此类事件, 还能提升他们的生活质量, 帮助维持稳定的血压, 并鼓励养成健康生活方式<sup>[2]</sup>。保健模式是临床常规护理所实施的护理方式, 效果呈现为较大差异化, 路径化中医护理方案由一系列结构合理、顺序清晰的临床中医护理项目组成, 旨在为特定疾病提供相应的中医护理服务, 其目标是加速患者康复, 同时

尽量减少不必要的医疗资源浪费, 确保患者能够获得高质量的护理, 从而有效改善病情并持续提升整体健康水平<sup>[3-4]</sup>。本文即分析讨论路径化中医护理方案联合保健模式对老年原发性高血压患者临床疗效的影响效果, 现报告如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 资料

将我科于 2024 年 1 月-2024 年 12 月期间的 100 名患了老年原发性高血压患者选作这次对象, 分为两组,

\*通讯作者: 袁芳

对照组有男 32, 女 18, 年龄 65-81 ( $71.16 \pm 2.27$ ) 岁; 观察组: 男 33 例, 女 17 例, 年龄 66-80 ( $70.87 \pm 2.33$ ) 岁, ( $P > 0.05$ )。纳入标准: 对研究知情并同意; 没有其他器官严重病症; 可以完成研究全程。

## 1.2 方法

对照组采用保健模式护理: 鼓励患者增加全谷物、鱼类、水果和蔬菜的摄入, 同时减少高脂肪、高糖及高盐食物的摄入。此外, 护理人员还需提供情感支持, 以减轻患者焦虑, 并培养他们对治疗过程的积极态度。在运动方面, 护士可以推荐慢跑或散步等活动, 以增强体质、改善睡眠质量并缓解心理压力。定期与患者保持联系至关重要, 以确保他们按时参加预约并有效监测血压。

观察组在对照组基础上加以路径化中医护理方案护理, 以纵轴时间轴为基准, 将入院时、住院期间、出院时作为三大路径节点, 依序开展健康管理、日常行为调节、耳穴埋籽、穴位按摩、中药热熨、情志护理、辨证护理:

(1) 健康管理, 入院时, 护士需要对每位患者的详细资料进行整理, 对患者的状态进行观察, 以差异化进行每位患者护理方案的不同, 按照所制定的流程进行实施。对于性格较为强势、不愿意承认自己年纪大的患者, 更需要加强健康教育, 提高他们对预防跌倒风险知识的认识。极高危高血压患者患者, 持续的药物治疗非常重要。此外, 需了解药物剂量及不良反应, 并对不良反应保持警觉, 以便及时调整治疗方案, 确保安全与有效性。

(2) 日常行为调节, 住院期间, 辅助患者在早晨起床后、服药前的 08:00-10:00 时间段, 以及药物效果达到高峰时和临睡前, 进行血压监测。通过观察患者 24h 内血压的变化情况, 以了解最高值与最低值。向患者及其家属讲述均衡饮食的重要性, 建议选择低盐、低脂的清淡易消化食品, 并养成健康生活习惯, 如戒烟和减少酒精摄入。根据中医诊断, 提出个性化饮食方案: 阴虚患者可选择麦冬、生地煲瘦肉汤; 热盛者可喝车前草煲汤; 血瘀明显者应用丹参和红花汤, 痰热明显者则推荐浙贝、山楂煲汤。

(3) 耳穴埋籽, 针对患者睡眠质量弱的问题, 为了减轻症状, 在患者的心脏、神门和皮质下进行耳穴埋籽, 以改善患者的睡眠质量, 促进康复。

(4) 穴位按摩, 病人坐在病床上, 身心放松后保持呼吸均匀。穴位选择太阳、百汇等, 以食指和无名指以及中指顺时针方向推揉穴位, 轻微疼痛与肿胀度为宜。每次按摩时间为十五分钟, 每日可按摩 3 次, 可

起到安神助眠功效。

(5) 中药热熨, 中药热熨(热奄包)中吴茱萸药性温热, 药效通过人体经脉进入体内, 能达到活血止痛、驱寒安神的效果。

(6) 情志护理, 中医理论将导致患者出现睡眠障碍的原因分为多种, 主要包括外部、内部原因, 其中情志缺乏是导致这类患者病症的重要原因, 人们有正常的情感活动。中医把它概括为七种感官, 即“快乐、愤怒、焦虑、思虑、悲伤、恐惧、焦虑”, 情志失调会导致生病。患者睡眠障碍通常与恐惧、愤怒、精神和焦虑有关。因此, 通过情志护理, 重要的是让他们心理尽可能平静, 消除紧张, 避免恐惧和愤怒等负面情绪发生, 恶化病情。

(7) 辨证护理, 血瘀症, 包括身体行动不便、面部表情无法控制、上厕所频率过多或失禁等症状者, 服用补阳还五汤; 肝阳偏亢、肝风上扰证服用天麻钩藤饮; 胸中血瘀证服用血府逐瘀汤。

(8) 出院时, 指导患者保持健康的生活方式, 包括适度的锻炼。这一措施旨在降低疾病复发的可能性, 并提高整体生活质量。此外, 还向患者及其家属提供有关口服药物使用的健康知识, 以增强治疗依从性, 确保护理计划能够有效实施。

## 1.3 观察指标

(1) 自我管理能力评分: 通过我院自制调查量表评估, 分数越高说明患者状态越好。血压水平: 包括 SBP、DBP, 需每日检测 2 次。

## 1.4 统计学分析

SPSS 23.0 软件对所统计的研究数据进行处理和分析, 计量资料 ( $\bar{x} \pm s$ ),  $t$  检验, 计数资料 (%),  $\chi^2$  检验。  $P < 0.05$  说明有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组自我管理能力评分对比

观察组自我管理能力评分显著高于对照组 ( $P < 0.05$ )。如表 1。

### 2.2 两组血压水平对比

观察组血压水平显著低于对照组 ( $P < 0.05$ )。如表 2。

## 3 讨论

原发性高血压是老年人常见的慢性健康问题, 严重影响他们的整体健康, 还会对患者的心理和社交生活产生负面影响, 如认知能力下降、抑郁加重及社交活动减少, 这些因素显著降低了生活质量, 并妨碍独立生活, 因此, 有效的护理至关重要<sup>[5]</sup>。

表1 两组自我管理评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

项目	观察组 (n=50)	对照组 (n=50)	t	P
饮食管理	88.07±2.36	73.24±2.16	32.7777	0.0001
用药管理	88.06±1.29	76.33±2.84	26.5909	0.0001
情绪管理	81.04±0.25	76.07±2.36	14.8083	0.0001
病情监测	87.35±1.31	78.76±1.05	36.1794	0.0001
休息管理	88.05±2.61	73.85±2.29	28.9180	0.0001

表2 两组血压水平对比 ( $\bar{x} \pm s$ , mmHg)

项目	观察组 (n=50)	对照组 (n=50)	t	P
SBP	136.62±6.04	146.86±4.44	9.6591	0.0001
DBP	66.66±1.24	88.88±1.86	70.2855	0.0001

该项调查显示, 观察组各项指标与评分都优于对照组 ( $P < 0.05$ ), 提示路径化中医护理方案联合保健模式对老年原发性高血压患者临床疗效显著。分析原因, 是因为: 单独使用保健模式护理, 较为单一, 无法针对患者情况给出个体化护理。路径化中医护理方案是一种创新策略, 旨在规范治疗和护理的流程<sup>[6]</sup>。其核心目标是确保患者在整个治疗过程中获得最佳体验, 实施中注重全面发挥中医优势, 通过多种多层次的护理方法, 促进人的自愈能力<sup>[7]</sup>。在当前的医疗临床护理过程中, 护理人员应根据患者的基本情况选择合适的护理方法, 积极推广高质量的护理模式。我院将中医护理技术纳入当前护理服务, 根据个人疾病情况提供护理, 开展耳穴埋籽、穴位按摩、中药热熨、情志护理等护理干预, 可进一步舒缓身心, 增加他们的自我管理能力和, 以确保血压控制<sup>[8]</sup>。

综上所述, 路径化中医护理方案联合保健模式对老年原发性高血压患者应用效果显著, 可有效提升患者自我管理能力和, 从而维持其血压水平稳定, 具有较高应用价值, 可在临床护理中推广应用。

### 参考文献

- [1] 高丽琼, 何菊兰, 黄婷, 等. 原发性高血压患者中医延续护理方案的研究[J]. 云南中医中药杂志, 2020, 41(10): 92-96.
- [2] 尹红. 原发性高血压中医护理方案的应用效果研究[J]. 中国科技期刊数据库 医药, 2024(6): 0199-0202.

- [3] 阿米乃·阿巴拜科日, 张敏, 李杰珍. 路径化中医护理方案联合保健模式对老年原发性高血压患者临床疗效的影响[J]. 西部中医药, 2024, 37(8): 115-119.
- [4] 丁兆敏, 刘婉露, 朱正日, 等. 中医护理干预对原发性高血压患者的临床应用疗效分析[J]. 中医临床研究, 2020, 12(30): 43-44.
- [5] 张小芹, 王金存. 中医护理方案在肝阳上亢型原发性高血压患者临床护理中的应用[J]. 中文科技期刊数据库 (引文版) 医药卫生, 2020(12): 33-3335.
- [6] 张茂莲, 彭燕. 中医辨证护理在老年原发性高血压患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2020, 17(24): 140-143.
- [7] 张清花, 任新生, 危槲罡, 等. 耳部全息铜砭刮痧对肝阳上亢型原发性高血压患者睡眠质量的效果观察[J]. 中国老年保健医学, 2024, 22(4): 164-167.
- [8] 张瑞, 杨洁, 张萌, 等. 中医护理方案应用于眩晕病(原发性高血压)患者效果分析[J]. 中文科技期刊数据库 (文摘版) 医药卫生, 2024(9): 0159-0162.

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