



# 老年高血压病人护理



# 目录



- 老年高血压概述
- 老年高血压病人的护理需求
- 老年高血压病人的护理措施
- 老年高血压病人护理的挑战与对策
- 案例分享与经验总结

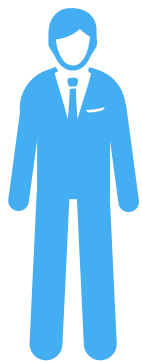


01

# 老年高血压概述

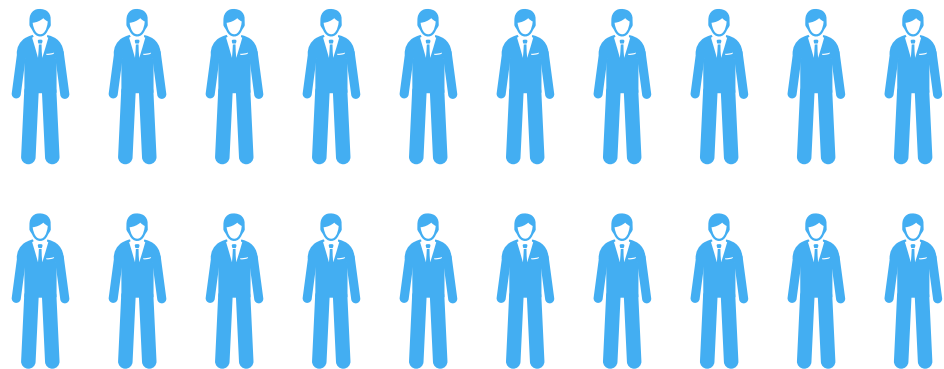


# 定义与特点

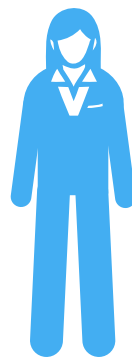


## 01

定义

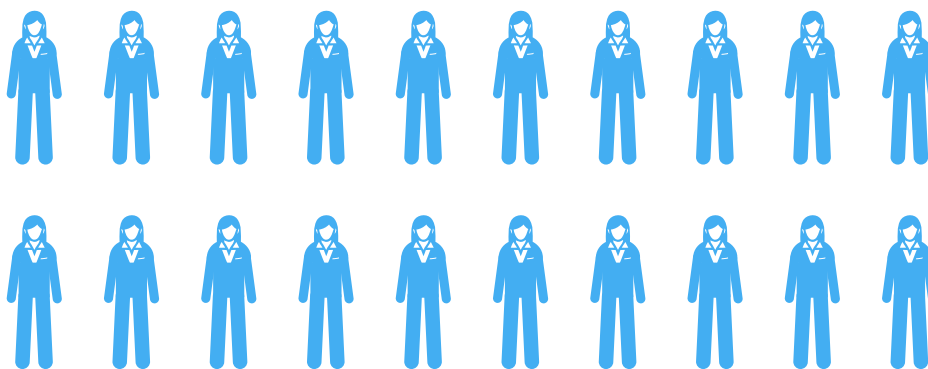


老年高血压通常是指年龄在65岁以上的老年人，血压持续或非持续地高于正常范围。

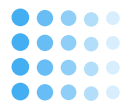


## 02

特点



老年高血压通常表现为收缩压增高，脉压增大，血压波动大，易受多种因素的影响。



# 老年高血压的危害

01

## 心血管疾病

高血压是导致心血管疾病的主要危险因素之一，老年高血压患者更容易发生冠心病、心力衰竭、脑卒中等疾病。

02

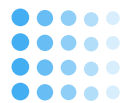
## 肾脏疾病

长期高血压会导致肾脏损伤，引发肾功能不全、肾衰竭等疾病。

03

## 认知功能障碍

高血压与认知功能障碍之间存在关联，高血压可能增加老年痴呆等认知障碍的风险。



# 老年高血压的预防与控制



## 定期检测

定期进行血压检测，及早发现高血压，及早治疗。



## 健康生活方式

保持健康的生活方式，包括合理饮食、适量运动、戒烟限酒、保持心理平衡等。



## 药物治疗

在医生的指导下进行药物治疗，控制血压在正常范围内。



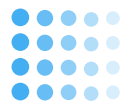
## 自我监测与记录

老年高血压患者应学会自我监测和记录血压情况，以便及时发现血压波动并采取相应措施。



02

● 老年高血压病人的护理需求 ●



# 心理护理需求

01

焦虑和抑郁情绪

由于高血压病程长，且需要长期治疗，老年患者容易出现焦虑、抑郁等情绪问题。

02

恐惧和不安

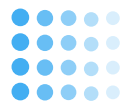
高血压可能引发心脑血管疾病，老年患者常常因此感到恐惧和不安。

03

对疾病的认知不足

部分老年患者对高血压的认知不足，可能产生不信任、抵触等心理。





# 生活护理需求

01



## 饮食调整



高血压患者需要限制盐、糖、脂肪等摄入，需对患者的饮食进行合理搭配和调整。

02



## 规律作息



保证充足的睡眠和规律的作息对高血压患者非常重要，有助于稳定血压。

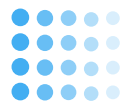
03



## 适度运动



适当的运动有助于降低血压，提高身体机能，应根据患者的身体状况选择适合的运动方式。



# 健康指导需求



## 用药指导

指导患者正确使用降压药物，强调按时按量服药的重要性。



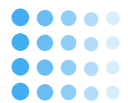
## 血压监测

教会患者及家属正确使用血压计，并指导他们定期监测血压。



## 疾病知识普及

向患者及家属普及高血压的疾病知识，提高他们对疾病的认识和理解。



# 家庭护理需求

## 家庭支持

鼓励家庭成员给予患者足够的关心和支持，增强患者的心理安全感。



## 家庭照料

对于行动不便或自理能力较差的患者，家庭成员应提供必要的照料和支持。



## 家庭护理技能培训

对患者及家属进行必要的护理技能培训，如急救措施、日常护理等。





03

● 老年高血压病人的护理措施 ●

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：  
<https://d.book118.com/288063001115006052>