

# 老年人高血压的预防与照护 一体化课堂教学工作页



专    业：老年服务与管理

授课班级：2019 级老年服务与管理 1 班

课程名称：《老年常见病的预防与照护》

学习任务：老年人高血压的预防与照护

任课教师：    肖红梅

2020 年    月    日

## 学习任务：老年人高血压的预防与照护

### 【学习目标】

#### 一、知识目标：

1. 掌握老年人高血压的预防与照护保健知识。
2. 熟悉老年人高血压病因、临床表现、并发症。
3. 了解老年人高血压的治疗原则。

#### 二、能力目标：

1. 能够做好预防高血压的工作。
2. 能够对患有高血压老年人制订合理的照护计划。
3. 能够根据病情选择合理的护理技术并正确实施。
4. 能够对老年人及其家属高血压进行健康教育。

#### 三、情感目标：

1. 能有效进行团队成员的沟通与协同作业，并对操作过程进行客观评价。
2. 能培养具有关爱、尊重患病老人的职业素养和团队协作精神。

### 【建议学时】

3个课时（120分钟）

### 【教学场景、手段、方法】

1. 教学场景：模拟养老院服务照护
2. 教学手段：多媒体设备、白板、老年护理设备
3. 教学方法：讲授法、任务驱动法、角色扮演法、小组讨论法

### 【教学活动及时间分配】

情景导入：视频播放（5分钟）

学习活动一：课前学习任务的检查，明确任务（13分钟）

学习活动二：制定计划、做出决策（20分钟）

学习活动三：角色扮演（32分钟）

学习活动四：案例护理诊断分析（10分钟）

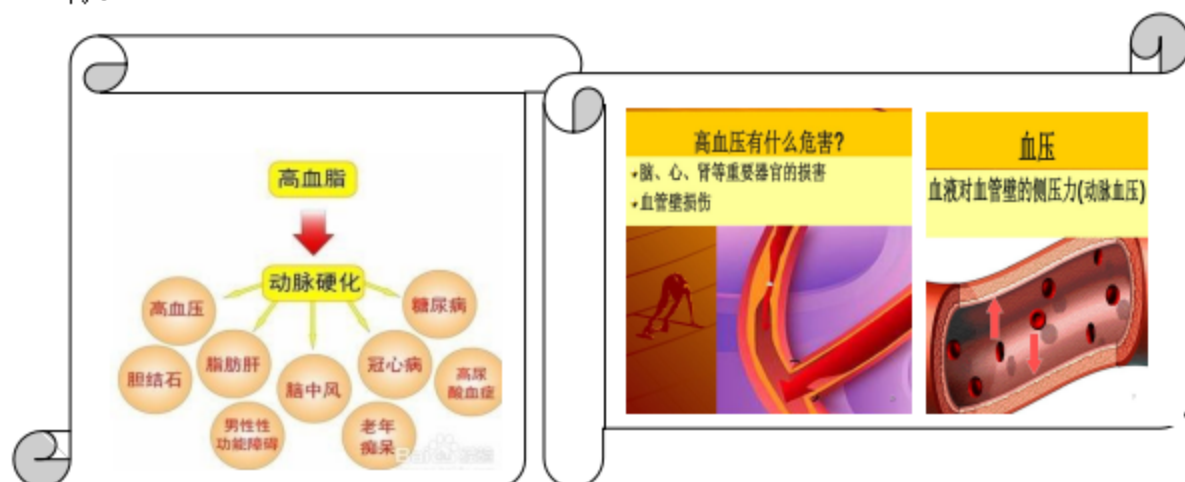
学习活动五：评价与总结（5分钟）

学习活动六：学习拓展（35分钟）

### 【任务描述】

高血压是危害人体健康的常见病之一，是一种中老年人常见的疾病。2002年全国居民营养与健康状况调查资料显示，我国成年人高血压患病率为18.8%，而中老年人的患病率高达39%。在导致心脑血管意外的危险因素中，吸烟、高血压、高胆固醇血症排在前三位，对于脑卒中，高血压的危害性更是仅次于吸烟，名列第二。因此，关爱老年人健康，对老年高血压的防治和照护工作，需要了解

高血压的发病因素，掌握高血压的临床表现、并发症，了解高血压的治疗目的和治疗方案，能够对高血压患者制订合理的照护计划，并能够开展高血压的健康教育。



### 【教学过程】

**学习活动 1 明确任务，获取信息**（时间 13 分钟，其中抢答 8 分钟，评分 5 分钟）

#### 一、练习：（课前完成，课中检查）

从循环系统解剖结构生理、老年人高血压的病因、发病机制、诊断标准、并发症、治疗措施、预防保健七大方面以习题形式深入理解老年人高血压病。

各组派代表张贴组内卡纸答案，对第 3、5、6、11、12 道习题抢答及答案解析，最先举抢答牌的小组不但有选择回答习题的权利还有多回答一题的权利，回答正确的小组可加团队分数一分。公布答案后，进行评分，包括组内互评和组间互评（各组代表错位评）。

**1. 1999 年 WHO/ISH 对 1 级高血压的诊断标准是（ ）**

- A、收缩压 < 120mmHg 和（或）舒张压 < 80mmHg
- B、收缩压 < 130mmHg 和（或）舒张压 < 85mmHg
- C、收缩压 140~159mmHg 和（或）舒张压 90~99mmHg
- D、收缩压 130~139mmHg 和（或）舒张压 85~89mmHg
- E、收缩压 160~179mmHg 和（或）舒张压 100~109mmHg

**2. 急进型高血压最常见的致死原因为（ ）**

- A、脑梗死
- B、心肌梗死
- C、心力衰竭
- D、尿毒症
- E、脑出血

**3. 不属于原发性高血压导致靶器官受损的靶器官是（ ）**

- A、脑
- B、心
- C、肾
- D、眼
- E、肝

**4. 为原发性高血压患者健康指导时，不正确的是（ ）**

- A、宜低盐、低脂、低胆固醇、低热量饮食
- B、1 级高血压应注意休息，避免过劳

- C、缓解期适当运动，控制体重  
 D、血压高时服药，不高时不用服药  
 E、每日定时测血压
5. 下列哪项符合高血压的治疗原则（ ）  
 A、联合用药，达到降压目的后停药  
 B、症状不重者，不宜用降压药  
 C、联合用药，达到降压目的后短期服用维持量  
 D、联合用药，达到降压目的后长期服用维持量  
 E、间断用药，避免产生抗药性
6. 某高血压病人，同时患有支气管哮喘，他不能使用哪种降压药物（ ）  
 A、呋塞米 B、阿替洛尔 C、硝苯地平 D、卡托普利 E、哌唑嗪
7. 高血压、动脉粥样硬化老年患者的饮食需（ ）  
 A、高胆固醇食物 B、高动物脂肪食物 C、高糖食物  
 D、高钠食物 E、高钙食物
8. 高血压脑病临床表现与高血压危象不同的特点是（ ）  
 A、血压急骤升高 B、剧烈头痛头晕 C、伴有恶心呕吐  
 D、常见意识障碍 E、视神经乳头水肿
9. 患者男性，45岁，近日诊断为高血压，饮食护理中食盐摄入量应是（ ）  
 A、<1g/d B、<3g/d C、<6g/d D、<8g/d E、<10g/d
10. 患者男性，60岁，血压140/90mmHg，诊断为1级高血压，遵医嘱给予非药物治疗，下列不正确的是（ ）  
 A、合理膳食 B、减轻体重 C、保持健康心态  
 D、参加举重活动 E、气功及其他行为疗法
11. 患者女性，50岁，因高血压3年，反复来医院就诊，始终不理解自己为什么会得上高血压，护士给其进行健康教育时，讲解高血压疾病发病因素，不包括的因素是（ ）  
 A、遗传因素 B、年龄增大 C、体重超重  
 D、自身免疫缺陷 E、脑力活动过于紧张
12. 患者男性，50岁，因高血压3年，血压控制不好，来医院就诊，护士给其进行健康教育时，讲解原发性高血压最严重的并发症是（ ）  
 A、脑出血 B、充血性心力衰竭 C、肾衰竭 D、冠心病 E、糖尿病

表1 答案表（每题2分，共24分）

序号	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	得分
答案													

## 二、明确任务

如何对高血压患者制定合理的照护计划，开展健康教育，老年服务岗位工作模拟。

**学习活动 2 制定计划、做出决策** (时间:20 分钟, 展示组代表展示 10 分钟, 评分 10 分钟)

**任务 1** 每五人为一小组, 以小组为单位对案例进行讨论并完成相关任务, 课前各自完成照护计划表和健康管理表; 小组讨论最佳答案用黑色记号笔写在卡纸上, 课中各组派代表张贴展示; 公布答案后, 进行评分, 包括自评和组间互评 (各组代表错位评) 抢到展示的小组, 可加团队分数, 表现优加 3 分, 良加 2 分, 一般加 1 分。

### 案例:

患者, 男性, 70 岁, 主诉: 反复头晕、头痛 20 余年, 加重 1 周。

现病史: 20 余年前情绪激动后出现头晕、头痛、恶心, 于不同日多次测血压均高于正常, 确诊为“高血压病”, 间断口服“复方降压片”降压治疗, 血压控制欠佳, 最高达 200/100mmHg。每于情绪激动后或劳累后血压增高显著。1 周前劳累后头晕、头痛加重, 恶心, 双下肢走乏力, 走路不稳, 伴胸闷、心悸、失眠。自服“复方降压片”症状无好转。

往史: 高脂血症 20 余年。饮酒史 20 年, 每日 3 两白酒或 2 瓶啤酒。否认药物过敏史。

体格检查: T 36.2℃, P77 次/分, R16 次/分, BP190/100mmHg。

神志清楚, 发育正常, 精神不振, 双肺呼吸音清, 双肺未闻及干、湿罗音, 心界向在下扩大, 心尖搏动呈抬举性, 心率 77 次/分, 律齐, 主动脉瓣区第二心音亢进, 心尖部闻及收缩期吹风样杂音, 腹软, 无压痛、反跳痛及肌紧张, 肝脾未及, 肠鸣音正常, 移动性浊音阴性, 两下肢无水肿。

心电图检查: 窦性心律, 左室高电压, 继发性 ST-T 改变。

X 线检查: 动脉硬化, 主动脉型心脏。

### 任务:

1. 对该患者制订完善的照护计划。
2. 对该患者及家属做健康教育。

照护计划和健康教育表:

表2 照护计划表

患者的照护计划

科室： \_\_\_\_\_

床号： \_\_\_\_\_

姓名： \_\_\_\_\_

住院号： \_\_\_\_\_

计划内容		执行日期	停止日期	执行人签字
生活照护				
医学护理				
心理疏导				

注：课前完成。

表3 健康教育表

患者的健康指导

科室：

床号：

姓名：

住院号：

对患者及家属 做健康教育	内容	执行日期	停止日期	执行人签字
宣传、普及高 血知识				
保持生活规律				
指导患者进行 自我病情监测				

注：课前完成。

表 4 照护计划及健康教育评分表（共 31 分）

项目	内容	分数	自评价	组内评价
照护计划(17分)	生活照护	5		
	医学护理	8		
	心理疏导(知识拓展)	4		
健康指导(14分)	宣传、普及高血知识	4		
	保持生活规律	8		
	指导患者进行自我病情监测	2		
总分				

### 学习活动三：角色扮演(32分钟，每组时间8分钟)

按照角色分配表，根据所学的理论知识展开现场工作模拟，小组成员根据组内实际情况进行角色分配，分工扮演。各组轮流展示，当展示小组在展示时候，其他三组对其表现按照评分表要求进行评分。

健康管理师：\_\_\_\_\_

患者：\_\_\_\_\_

护理师：\_\_\_\_\_

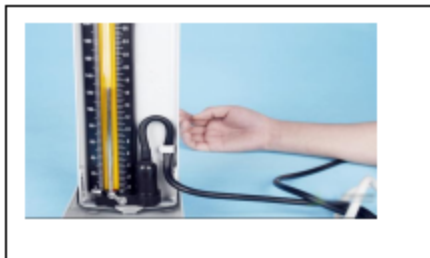




表5 角色扮演分配及评价表（共33分）

评分标准		分数分配	组间互评	教师评	
第一组	就诊(对话)	症状	6		
		既往史	2		
		用药情况	2		
		患者问话	2		
		诊断	4		
		建卡	1		
		肢体语言	5		
		整体配合	6		
	职业素养	5			
总分		33			
第二组	生活照护	内容交流(脱稿)	$2 \times 5 + 2$		
		肢体语言	5		
		具体操作	5		
		整体配合	6		
		职业素养	5		
	总分		33		
第三组	医学护理(测量血压)	内容交流(脱稿)	$1 \times 9 + 3$		
		肢体语言	5		
		具体操作	5		
		整体配合	6		
		职业素养	5		
	总分		33		
第四组	心理疏导	内容交流(脱稿)	$3 \times 3 + 3$		
		肢体语言	5		
		具体操作	5		
		整体配合	6		
	健康指导	内容交流(脱稿)	$3 \times 3 + 3$		
		肢体语言	5		
		具体操作	5		
		整体配合	6		
	职业素养(患者修养)		5		
	总分		33		

注：综合评分共 33 分,角色扮演合作问题 28 分；职业素养 5 分；整体配合组内一人未进入角色扣 2 分，直到 6 分扣完为止(小组互评+教师评)。

**学习活动四：案例护理诊断分析**（时间 10 分钟，作答、抢答 7 分钟，评分 3 分钟；具体要求：各自作答，组内讨论最佳答案写在卡纸上，派代表张贴在白板上。）对习题抢答及答案解析，按举手快慢给予回答习题权利，回答正确的小组可加团队分数一分。公布答案后，进行评分，包括组内互评和组间互评（各组代表错位评）。

患者，男性 55 岁，有高血压史 5 年，此次发病表现为突然头痛，呕吐，意识障碍，伴有大小便失禁，偏瘫，测血压为 185/110mmHg，左侧肌力 0 级。

1. 最有诊断价值的辅助检查是（ ）

- A、头颅 CT      B、腰椎穿刺脑脊液检查      C、肌电图  
D、头颅 X 线摄片      E、脑电图

2. 患者可能的诊断是（ ）

- A、脑梗死      B、急性感染性多发性神经根炎      C、蛛网膜下腔出血  
D、脑出血      E、短暂性脑缺血发作

3. 该患者目前首要的护理诊断是（ ）

- A、疼痛      B、恐惧      C、舒适的改变      D、营养失调  
E、躯体移动障碍

表 6 护理诊断评分表（共 6 分）

护理诊断分析题目	分数	组内互评	组间互评
第 1 题	2		
第 2 题	2		
第 3 题	2		

学习活动五 评价与总结 (5分钟)

表 7 个人评价汇总表

姓名: \_\_\_\_\_ 得分: \_\_\_\_\_

项目		分值	自我评价	组内评价	组间评价			教师评价	小计
			占分值 50%	占分值 50%	占分值 50%			占分值 50%	
准备工作	着装卫生符合规定	2			/			/	
	完成模拟工作所用器材、辅助检验单、药品	4			/			/	
理论知识链接	12 道选择题	24	/					/	
典型案例展开 讨论分析	照护计划	31		/				/	
	健康指导								
模拟养老院工 作就绪	职业素养	33	/	/	分数 1:	分数 2:	分数 3:		
	角色扮演合作								
护理诊断	3 道问答题	6	/					/	
总评		100							

表 8 团队评价汇总表

项目 组别	学习活动一	学习活动二	学习活动三	学习活动四	总分
第一组					
第二组					
第三组					
第四组					

**学习活动六：知识拓展（35 分钟，精讲课堂，师生互动）**

一、高血压病知识梳理

1. 高血压定义：
2. 诊断标准：
3. 分类：
4. 病因：
5. 临床表现：
6. 辅助检查：
7. 心血管危险分层标准：
8. 治疗：
9. 预防措施：
10. 照护保健：

二、高血压潜在并发症有哪些？写出潜在并发症心力衰竭的护理措施。