

全面护理干预及健康教育对糖尿病疗养员治疗的影响研究

陈艺香, 张忠明, 李芳, 单长鹤, 刘薇, 郑双锦*

陆军厦门特勤疗养中心, 福建 厦门

Email: 6891594@qq.com, *shuangjin9803@163.com

收稿日期: 2020年11月25日; 录用日期: 2020年12月22日; 发布日期: 2020年12月29日

摘要

目的: 研究全面护理干预及健康教育对糖尿病疗养员治疗的影响。方法: 随机选定糖尿病疗养员125例(2019年1月~2019年12月期间), 随机抽签方式划分为2个小组: 对照组与实验组, 其中, 对照组实施的护理干预措施为: 常规护理, 实验组实施的护理干预措施为: 全面护理干预及健康教育。对组间不同护理干预措施后的空腹血糖、餐后2 h血糖、自我管理情况(监测血糖、饮食控制、合理运动)与生活质量评分进行指标对比。结果: 实验组实施全面护理干预及健康教育之后的空腹血糖、餐后2 h血糖均低于对照组, 且其自我管理情况(监测血糖、饮食控制、合理运动)与生活质量评分指标均分别高于对照组, $P < 0.05$, 差异性显著。结论: 对糖尿病疗养员实施全面护理干预及健康教育, 可有效控制血糖水平, 能够提高糖尿病疗养员的自我管理能力和其生活质量水平得到提高。

关键词

全面护理干预, 健康教育, 糖尿病, 自我管理能力和

Study on the Effect of Comprehensive Nursing Intervention and Health Education on the Treatment of Diabetic Recuperators

Yixiang Chen, Zhongming Zhang, Fang Li, Changhe Shan, Wei Liu, Shuangjin Zheng*

Xiamen Special Duty Convalescent Center, Xiamen Fujian

Email: 6891594@qq.com, *shuangjin9803@163.com

Received: Nov. 25th, 2020; accepted: Dec. 22nd, 2020; published: Dec. 29th, 2020

*通讯作者。

文章引用: 陈艺香, 张忠明, 李芳, 单长鹤, 刘薇, 郑双锦. 全面护理干预及健康教育对糖尿病疗养员治疗的影响研究[J]. 护理学, 2020, 9(6): 427-431. DOI: 10.12677/ns.2020.96070

Abstract

Objective: To study the effect of comprehensive nursing intervention and health education on the treatment of diabetic recuperators. **Methods:** 125 patients with diabetes were randomly selected (from January 2019 to December 2019), and were divided into two groups by random lottery: control group and experimental group. Among them, the nursing intervention measures implemented in the control group were routine nursing, and the nursing intervention measures implemented in the experimental group were comprehensive nursing intervention and health education. Fasting blood glucose, 2 h postprandial blood glucose, self-management ability (monitoring blood glucose, diet control, reasonable exercise) and quality of life score were compared between groups after different nursing interventions. **Results:** The fasting blood glucose and 2 h postprandial blood glucose of the experimental group after comprehensive nursing intervention and health education were lower than those of the control group, and their self-management ability (monitoring blood glucose, diet control, reasonable exercise) and life quality score indexes were higher than those of the control group, respectively, $P < 0.05$, with significant difference. **Conclusion:** Comprehensive nursing intervention and health education can effectively control the blood glucose level, improve the self-management ability and improve the quality of life of patients with diabetes.

Keywords

Comprehensive Nursing Intervention, Health Education, Diabetes, Self-Management Ability

Copyright © 2020 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

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



Open Access

1. 引言

疗养院主要收治一些慢性疾病、职业病或具有康复疗养需求的群体，糖尿病属于十分常见的临床慢性疾病，需要得到精心照护[1]；糖尿病疗养员是指在疗养院中进行病情休养的人员；全面护理是全面性极强的护理干预模式，应用于糖尿病护理工作中可提高护理效果；健康教育则有利于促进个体对疾病知识的了解，具有一定的组织性、计划性与系统性[2]。本文研究全面护理干预及健康教育对糖尿病疗养员治疗的影响。

2. 资料与方法

2.1. 资料

随机选定糖尿病疗养员 125 例(2019 年 1 月~2019 年 12 月期间)，随机抽签方式划分为 2 个小组：对照组与实验组。

对照组：在组内糖尿病疗养员之中有 63 例人员，存在 33 例男性与女性 30 例；年龄区域处于 42~62 岁之间，平均数值： 52.22 ± 5.12 岁；病程：2~10 年，平均： 6.66 ± 2.22 年；实验组：在组内糖尿病疗养员之中有 62 例人员，存在 33 例男性与女性 29 例；年龄区域处于 41~64 岁之间，平均数值： 52.13 ± 5.32 岁；病程：2~11 年，平均： 6.51 ± 2.13 年。

纳入标准：1) 疗养员临床症状与糖尿病相关诊断标准相符合；2) 具有良好治疗依从性。排除标准：1) 出现糖尿病严重并发症；2) 无法良好语言沟通。经系统相关统计学对比组间基础资料，无差异， $P > 0.05$ 。

2.2. 方法

对照组以常规护理措施为主，实验组以全面护理干预措施及健康教育为主。

对照组：向疗养员进行常规疾病宣教，告知疗养员坚持按照医嘱用药的重要性。

实验组：1) 行为干预：采用口头宣教、组织讲座宣教、发放疾病教育知识手册、观看 PPT 与录像等形式对疗养员进行健康宣教，耐心介绍有关于糖尿病的治疗方式与注意事项；帮助疗养员认识疾病，告知疗养员如何正确控制饮食、锻炼、用药，如何处理并发症与应对疾病对生活、工作等方面的影响[3] [4]；2) 血糖监测干预：对于服用降糖药物的疗养员要每日进行 3~4 次空腹及餐后 2 h 血糖监测；对于实施胰岛素治疗的疗养员则每日进行 5 次血糖监测，在疗养员药物调整的期间可每日进行 8~9 次血糖监测；在监测血糖的期间同时要对疗养员的体重、血压、血脂等情况进行监测[5] [6]。3) 饮食干预：多食用含有高蛋白与维生素的食物，食物要低脂，口味要清淡，多食用新鲜的瓜果蔬菜，宜选择含糖量低的水果，如番石榴、猕猴桃、柚子等；不要食用刺激性辛辣食物[7]；注重少量多餐且戒烟酒，控制总热量，并合理安排好碳水化合物、脂肪与蛋白质之间的应用比率；饮食以含有丰富高纤维的饮食为主。4) 运动干预：① 选择适合糖尿病疗养员的有氧运动，像游泳、快步走、打太极拳等，不建议做比较剧烈的运动，如竞技运动、打篮球、踢足球等。② 运动宜选择在饭后 30 min 进行，锻炼时间应控制在 1h 以内，锻炼时合适的心率每分钟约为 170 减去年龄的余数，有适当出汗最好，运动结束后感觉体力增强、精神饱满、全身舒适为佳。③ 运动依据个人自身情况而定，不应该超负荷，如果出现心慌、胸闷、憋气等，应停止运动就地休息。④ 糖尿病疗养员外出活动时应随身携带糖果及急救卡，一旦发生意外，别人发现此卡可及时给予帮助。医生可根据此卡迅速做出诊断及抢救处理，不会延误抢救时间。5) 药物干预：① 药物处于疗养员的可视范围内，例如床头柜，避免药物不在视线范围导致遗忘服药。② 一些药物具有特殊的要求，因此为了避免疗养员错误服药，要将特殊要求的药物采用小包装，提醒疗养员需要注意用药的特殊性。③ 为避免药物难以吞咽可以将一些需要整片服用的药物碾压成碎末。但是一些药物必须整片服用，要特别提醒疗养员禁止咀嚼或压成碎末。④ 一些药物需要通过饮食辅助使用，可以为疗养员使用药物提示卡片，让疗养员正确掌握服药方式。⑤ 服药后要注意观察疗养员的生命体征，监测血压和血糖、心率等变化，观察是否发生药物不良反应，并且提醒疗养员药物的常见不良反应类型。6) 心理干预：护士要注重对疗养员的心理疏导和情感护理，采取相应措施控制疗养员的应激反应，开导疗养员解开心结，学会自我解脱，增强疗养员的心理承受能力。护士要应对疗养员进行情感护理，鼓励他们接触外界环境，多参与集体活动，做一些力所能及的工作和劳动，实现自我的价值，丰富疗养生活，宣泄不良情感。护士可以恰当利用肢体语言，例如当疗养员倾诉时用手抚摸疗养员的前额表示关心。在倾听疗养员倾诉时用手抚摸疗养员的肢体等，能够减轻疗养员内心的焦虑。7) 并发症干预：护理人员应该做好疗养员血压、心肺功能以及各项血脂水平的监测，定期对疗养员各项机能的情况进行检查，预防并发症的发生，如果发现疗养员出现并发症则应该立即告知主治医生给予针对性的处理。

干预时间均为 2 个月。

2.3. 观察指标

干预 2 个月后，对组间不同护理干预措施后的空腹血糖、餐后 2 h 血糖、自我管理情况(监测血糖、饮食控制、合理运动)与生活质量评分进行指标对比。

自我管理情况依据自制调查问卷进行测定，涉及维度：监测血糖、饮食控制、合理运动，采用 100 分计分制进行评定，分值越高则代表具有优良的自我管理能力。

生活质量评分依据 SF-36 量表进行测定，测定维度：躯体功能、心理功能、社会功能与人际关系，采用 100 分计分制进行评定，分值越高则代表具有较高的生活质量水平。

2.4. 数据处理

此次 SPSS21.0 系统处理研究所涉及数据资料(空腹血糖、餐后 2 h 血糖、自我管理情况(监测血糖、饮食控制、合理运动)与生活质量评分指标), 涉及类型资料采用专业性检验方式(T 检验(计量)与卡方检验(计数))进行检验, $P < 0.05$ 则有差异性。

3. 结果

3.1. 空腹血糖、餐后 2 h 血糖指标对比

实验组实施全面护理干预及健康教育之后的空腹血糖、餐后 2 h 血糖均低于对照组, $P < 0.05$, 差异性显著。见表 1。

Table 1. Comparison of fasting blood glucose and 2 h postprandial blood glucose indexes (mmol/L)

表 1. 空腹血糖、餐后 2 h 血糖指标对比(mmol/L)

组别	例数	空腹血糖	餐后 2 h 血糖
实验组	62	5.55 ± 1.11	7.91 ± 1.33
对照组	63	7.77 ± 1.23	10.21 ± 1.44
<i>t</i>	-	10.59	9.27
<i>P</i>	-	<0.05	<0.05

3.2. 自我管理情况(监测血糖、饮食控制、合理运动)与生活质量评分指标对比

实验组实施全面护理干预及健康教育之后的自我管理情况(监测血糖、饮食控制、合理运动)与生活质量评分指标均分别高于对照组, $P < 0.05$, 差异性显著。见表 2。

Table 2. Comparison of self-management ability (blood glucose monitoring, diet control, reasonable exercise) and life quality score index (score)

表 2. 自我管理情况(监测血糖、饮食控制、合理运动)与生活质量评分指标对比(分)

组别	例数	监测血糖	饮食控制	合理运动	生活质量评分
实验组	62	87.77 ± 2.22	88.88 ± 2.31	87.66 ± 2.21	88.12 ± 2.12
对照组	63	73.33 ± 2.22	74.12 ± 2.12	73.76 ± 2.22	74.56 ± 2.13
<i>t</i>	-	36.36	37.23	35.08	35.67
<i>P</i>	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

4. 讨论

人们的经济水平得到了不断提高, 生活方式与饮食习惯也发生着巨大改变, 对糖分的摄入也越来越多, 导致糖尿病发生率不断上升, 且糖尿病发生群体越来越年轻; 糖尿病属于常见代谢性疾病, 会存在慢性血糖水平上升的特点, 胰岛素分泌不足与胰岛素抵抗是引发糖尿病的主要原因[8]; 对糖尿病疗养员进行全面护理的干预措施十分重要, 通过对疗养员的心理疏导、生活干预、饮食指导、运动指导等多方面护理使其养成良好的生活与饮食习惯, 以此达到改善预后的目的; 健康教育具有鲜明的计划性与个体性, 需要针对疗养员的认知水平与新知识接受程度进行不同的健康宣教, 通过健康教育提高疗养员对疾病的了解程度, 以此掌握血糖自我监测能力, 进而有效控制病情发展[9]。

简述此次研究结果: 实验组实施全面护理干预及健康教育之后的空腹血糖、餐后 2 h 血糖均低于对照组, $P < 0.05$, 差异性显著; 与《健康教育对糖尿病患者疗效影响的研究》一文中的研究结论相似度极

高,说明了此次研究的可行性,数据也说明了:实施全面护理干预有助于改善疗养员的血糖水平,控制病情发展。

简述此次研究结果:实验组实施全面护理干预及健康教育之后的自我管理能力情况(血糖监测、饮食控制、合理运动)与生活质量评分指标均分别高于对照组, $P < 0.05$, 差异性显著;与《健康教育对糖尿病患者康复及生活质量的影响》一文中的研究结论相似度极高,说明了此次研究的可行性,数据也说明了:实施全面护理干预有助于让疗养员更好的生活与工作,且利于自我管理疾病行为。

综上所述,对糖尿病疗养员实施全面护理干预及健康教育,可有效控制血糖水平,能够提高糖尿病疗养员的自我管理能力,且其生活质量水平得到提高。

参考文献

- [1] 杨丽红. 动机性访谈联合全面护理干预对老年 2 型糖尿病患者的应用效果[J]. 河南医学研究, 2019, 28(7): 1339-1340.
- [2] 候翠萍. 全面护理干预对儿童糖尿病酮症酸中毒的影响[J]. 糖尿病新世界, 2019, 22(7): 11-12.
- [3] 李珊珊. 全面护理在老年糖尿病患者酮症酸中毒急救中的作用分析[J]. 糖尿病新世界, 2019, 22(16): 140-141.
- [4] 张明越, 王腊腊. 全面护理干预在预防老年 2 型糖尿病患者低血糖昏迷中的应用效果[J]. 临床医学研究与实践, 2019, 4(10): 165-166.
- [5] 马丽娟. 全面护理服务在糖尿病肾病患者血液透析治疗中的应用[J]. 山西卫生健康职业学院学报, 2018, 29(8): 1322-1324.
- [6] 倪玲玉. 全面护理干预对妊娠糖尿病伴胎儿宫内窘迫患者血糖及妊娠结局的影响[J]. 实用糖尿病杂志, 2019, 15(6): 41-42.
- [7] 徐敏. 全面护理干预对外伤性跟骨骨折合并糖尿病患者术后切口感染发生率的影响[J]. 中国医药与临床, 2019, 19(15): 2680-2682.
- [8] 曹桂平. 全面干预护理对 2 型糖尿病患者血糖和糖化血红蛋白水平的影响[J]. 中国医药指南, 2019, 17(12): 221-222.
- [9] Bahendeka, S., Mutungi, G., Tugumisirize, F., *et al.* (2019) Healthcare Delivery for Paediatric and Adolescent Diabetes in Low Resource Settings: Type 1 Diabetes Clinics in Uganda. *Global Public Health*, **14**, 1869-1883. <https://doi.org/10.1080/17441692.2019.1611897>