

# 自我饮食护理干预应用于糖尿病患者护理中效果分析

高 杰

北京中医医院顺义医院 北京 101300

**摘要：**目的：研究分析，在针对糖尿病患者进行临床护理时，将自我饮食护理应用于患者的血糖控制中的效果，探讨临床可应用价值。方法：将2019年9月至2022年3月中我院中收入的48名确诊为糖尿病的患者作为研究对象，将患者的基本资料进行统计后，随机进行两组均分，组内各设置24名患者对其进行研究。对照组内的患者在接受护理时采用常规护理方案，实验组内患者则在接受护理时，护理人员基于患者自我饮食护理干预，护理完成后针对患者的血糖控制效果进行评价分析患者的组间差异。结果：研究结果中显示两组患者血糖值均得到一定程度的改善，但实验组患者的血糖控制状况明显优于对照组差异进行对比分析后显著存在（ $P < 0.05$ ）。结论：糖尿病患者病情较为复杂，而在针对患者进行临床护理时，将自我饮食护理干预应用于患者的护理中，能够有效针对患者的血糖状况进行控制，使患者的治疗效果得到提升，进而改善患者的后续治疗质量。

关键词：饮食护理；糖尿病；自我管理；血糖

## Effect analysis of self diet nursing intervention in nursing of diabetes patients

Jie Gao

Beijing Traditional Chinese Medicine Hospital Shunyi Hospital Beijing 101300

**Abstract:** Objective: To study and analyze the effect of applying self diet nursing to the blood sugar control of patients with diabetes in clinical nursing, and explore the clinical application value. **Methods:** 48 patients diagnosed with diabetes in our hospital from September 2019 to March 2022 were selected as the research objects. After the basic data of patients were statistically analyzed, they were randomly divided into two groups, and 24 patients were set in each group for research. The patients in the control group adopted the conventional nursing plan when receiving nursing care, while the patients in the experimental group received nursing care. The nursing staff based on the patients' self diet nursing intervention evaluated and analyzed the patients' differences among groups according to the patients' blood glucose control effect after the completion of nursing care. **Results:** The results showed that the blood glucose values of the two groups were improved to a certain extent, but the blood glucose control of the experimental group was significantly better than that of the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** the condition of patients with diabetes is relatively complex, and when clinical nursing is carried out for patients, applying self diet nursing intervention to the nursing of patients can effectively control the blood sugar status of patients, improve the treatment effect of patients, and then improve the follow-up treatment quality of patients.

**Keywords:** diet nursing; Diabetes; Self management; blood sugar

糖尿病一旦发生，则大多数情况会终身伴随患者在针对患者进行临床治疗时，研究人员发现，不仅需要给予患者有效的降糖护理，同时还需要根据患者的临床病情选择对应的使护理管理进而保障患者的机体功能和血糖状况，使患者的临床病情得到有效的控制。除了用药护理和常规护理以外，研究人员认为在针对糖尿病患者

进行护理是做好患者的饮食干预，能够有助于使患者的治疗效果得到提升，进而保障患者的后续治疗治疗，避免患者在接受治疗过程中出现由于饮食不节而导致的病情加重的情况。本次研究研究分析，在针对糖尿病患者进行临床护理时，将自我饮食护理应用于患者的血糖控制中的效果，探讨临床可应用价值。

## 1 一般资料

### 1.1 一般资料

将2019年9月至2022年3月中我院中收入的48名确诊为糖尿病的患者作为研究对象，将患者的基本资料进行统计后，随机进行两组均分，组内各设置24名患者对其进行研究。对照组中患者性别数据为（男：女=11：13），患者的年龄值为51-82（72.11±5.3）岁。实验组中患者性别数据为（男：女=12：12），患者的年龄值为52-83（71.65±6.1）岁。

本次研究由我院医务人员将患者资料录入Excel表格进行记录，并且对患者基本资料中相关数据进行统计学检查，确认患者检验结果 $P > 0.05$ ，提示可比性良好。

### 1.2 方法

对照组患者在入院后选择常规护理方案，实验组患者则选择饮食护理。

护理人员首先需要注意患者对蛋白质、糖类、脂肪的摄入比例。蛋白质摄入40%~50%，糖类摄入30%~40%，脂肪摄入20%~30%。在饮食过程中，应当保证对蔬果的摄入，做到少食多餐，针对于患者饮食喜好的不同，对饮食的方案进行具体的调整，保障血糖水平控制在8mmol/L以下。患者应当避免进行剧烈运动，严禁患者进行空腹运动。糖尿病患者需要特别注意饮食，因为糖尿病的发生因素和不良饮食、营养状态有关，所以要了解哪种食物可以吃哪种不能吃，并且需要减少盐的摄入量，及时进行锌的补充，提升身体抵抗力，另外饮食以高蛋白、高钾、高钙食物为主，其中鱼肉、鸡肉、牛奶、鸡蛋是很好的选择，同时蔬菜、水果也要多吃，但不能食用高糖分的水果，及时补充铁剂和钙，降低脂肪的摄入量，禁止食用罐头、香肠、泡菜等腌制食品、生冷、辛辣等食物都不能食用。到了中期和晚期妊娠尤其要注意补充维生素，维生素E、维生素C、叶酸都是需要补充的，如果产妇缺乏营养或者贫血，那么妊娠期高血压的发生率会显著增加，还会导致胎儿发育受到限制。此外，还得保持少吃多餐的原则，减少每顿的摄入量，但增加每天的顿数，可以适当给予药膳调养。此外运动期间，需要避免运动导致呈现出迟发性低血糖现象。护理人员严格控制患者的膳食，多进食清淡容易消化食品，严禁进食辛辣刺激食品，多食时令蔬菜水果。

### 1.3 评价标准

对所有的患者的血糖值进行评价。同时记录所有患者治疗期间的住院时间以及患者的治疗后出院时间，评估患者的治疗效果。

## 1.4 数据分析

在开展本次实验统计检查时，选择计算机软件spss 22.0 for windows，对数据进行记录，根据实验结果数据特征进行统计学计算，确认 $P < 0.05$ 则判断计量数据、计数数据可参考。

## 2 结果

### 2.1 两组患者各项血糖指标对比

研究结果中显示两组患者血糖值均得到一定程度的改善，但实验组患者的血糖控制状况明显优于对照组差异进行对比分析后显著存在（ $P < 0.05$ ）。

表1 两组患者各项血糖指标对比

组别	时间	FBG (mmol/L)	2hPG (mmol/L)	HbA1c (%)
对照组 (n=24)	治疗前	7.41 ± 1.68	13.62 ± 2.74	7.82 ± 1.14
	治疗后	6.99 ± 1.51	9.82 ± 1.68	6.63 ± 1.75
实验组 (n=24)	治疗前	7.52 ± 1.44	12.99 ± 2.81	8.74 ± 2.05
	治疗后	5.52 ± 1.23	7.69 ± 1.85	5.59 ± 1.23

## 3 讨论

由于血糖长期处于较高水平，使患者的肾脏、心脏、血管、神经以及眼部等重要器官受累，出现不同程度的病变。糖尿病不断的发展和恶化，会出现比较严重的心脑血管并发症以及相关的功能障碍，使患者的生活质量受到非常严重的影响。随着我国经济的飞速发展，国民生活水平显著提高，糖尿病疾病的患病数量日益增多<sup>[5]</sup>。在对该类疾病进行诊断的过程中，并不是十分的复杂<sup>[6]</sup>。若是人体空腹的血糖大于7.0mmol/L，亦或是随机血糖超过11.1mmol/L，就可以诊断为糖尿病<sup>[7]</sup>。由于糖尿病患者的血糖较高，而患者的高血糖症状会导致患者出现额外的不良反应，尤其是患者伴随存在的各种临床病情，需要针对患者的个体状况作出相应的调整，选择合适的方式做好患者的有效护理，引导来改善患者的机体功能。

饮食护理观欲注重于患者在接受治疗过程中的饮食调整，通过有效的饮食支持来改善患者的个体状况，进而使患者的治疗效果得到提升。除此之外，饮食护理干预在应用过程中能够在一定程度上优化患者的治疗效果，改善患者的血糖控制质量，对于降低患者的不良反应发生率和改善患者的日常生活质量来说，都有十分积极的作用。

总而言之，糖尿病患者病情较为复杂，而在针对患者进行临床护理时，将自我饮食护理干预应用于患者的

护理中，能够有效针对患者的血糖状况进行控制，使患者的治疗效果得到提升，进而改善患者的后续治疗质量。

**参考文献：**

[1]王莉，范晗妮.个性化综合饮食护理在2型糖尿病患者中的应用价值及对护理满意度的影响[J].临床医学研究与实践，2022，7（25）：162-164.

[2]曾婷.自我饮食护理干预应用于糖尿病患者护理中价值分析[J].中国医药指南，2022，20（21）：146-148+152.

[3]林雁萍，陈文惠，张泓.实施数字化营养膳食模式护理在糖尿病患者中的临床应用效果[J].糖尿病新世界，2022，25（08）：107-110.

[4]徐环环.个性化饮食护理用于妇科手术伴糖尿病患者护理中的效果[J].糖尿病新世界，2022，25（08）：115-119.

[5]李明，许丽颖.基于微信平台的延续性护理对糖尿病患者自我管理能力的影晌[J].保健医学研究与实践，2022，19（03）：59-62.