

糖尿病肾病患者实行个性化康复护理的效果探析

鄂明珠

吉林省白山市人民医院 吉林白山 134300

摘要：目的：研究糖尿病肾病用个性化康复护理的价值。方法：2020年1月-2021年8月本科接诊糖尿病肾病病患72例，随机均分2组。研究组采取个性化康复护理，对照组行常规护理。对比血肌酐等指标。结果：针对24h尿蛋白定量、血肌酐和尿素氮水平，研究组干预后分别是 $(1.04 \pm 0.32) \text{ g/24h}$ 、 $(77.21 \pm 9.38) \mu\text{mol/L}$ 、 $(6.48 \pm 0.93) \text{ mmol/L}$ ，比对照组 $(1.99 \pm 0.41) \text{ g/24h}$ 、 $(93.15 \pm 11.64) \mu\text{mol/L}$ 、 $(7.85 \pm 1.14) \text{ mmol/L}$ 低， $P < 0.05$ 。结论：于糖尿病肾病中用个性化康复护理，利于肾功能的恢复。

关键词：个性化康复护理；效果；糖尿病肾病；血肌酐

临床上，糖尿病肾病十分常见，乃糖尿病比较严重的一种并发症，可导致患者的死亡，危害性极大^[1]。尽管，通过积极的对症治疗能够抑制糖尿病肾病的进展，但为确保疗效，促进患者康复进程，还应予以其精心的护理。本文选取72名糖尿病肾病病患（2020年1月-2021年8月），旨在分析个性化康复护理用于糖尿病肾病的价值，如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2020年1月-2021年8月本科接诊糖尿病肾病病患72例，随机均分2组。研究组女性16例，男性20例，年纪在45-79岁之间，平均 (64.58 ± 2.49) 岁；糖尿病病程在2-18年之间，平均 (8.46 ± 1.73) 年。对照组女性17例，男性19例，年纪在44-79岁之间，平均 (64.25 ± 2.53) 岁；糖尿病病程在2-17年之间，平均 (8.01 ± 1.56) 年。患者精神正常，意识清楚，无药敏史。排除自身免疫系统疾病者、精神病者、糖尿病痛症酸中毒者与肿瘤者。2组年纪等资料对比， $P > 0.05$ ，具有可比性。

1.2 方法

2组常规护理：检查协助、用药指导与血糖监测等。研究组配合个性化康复护理：（1）采取多种模式相结合，包括开展讲座、视频宣教、口头宣教或发放宣传册等，为患者讲述糖尿病肾病的病理知识，介绍治疗目的、原理、操作流程和预期疗效等。认真解答患者提问，打消其顾虑。（2）了解患者饮食喜好，同时结合疾病治疗原则，制定个体化的饮

食方案。严格控制患者蛋白质的摄入量，嘱患者适当食用富含优质蛋白的食物，如：牛奶、鱼、大豆和精瘦肉等。要求患者饮食清淡，尽量选择高维生素、低盐、低磷与高钙的食物，禁食油腻、辛辣和刺激的食物。控制患者每日钠盐摄入量低于6g，若患者合并高血压，需控制其每日钠盐摄入量低于3g。嘱患者少量多餐，多食用新鲜果蔬，多饮水，确保排便顺畅。（3）热情与患者沟通，帮助患者解决心理问题。用温暖的语言安抚患者，为患者播放舒缓的乐曲，促使其身体放松。尊重患者，理解患者，保护好患者隐私。邀请预后较好的糖尿病肾病人现身说法，向患者分享治疗心得，以起到激励患者的作用。教会患者如何调整心态，包括深呼吸与冥想等。（4）评估患者身体状况，同时根据评估结果，指导其做适量的有氧运动，如：打太极拳、散步、打乒乓球和慢跑等，每次30min左右，每周4-5次，以改善其体质，增强机体免疫力。

1.3 评价指标

检测2组干预前/后24h尿蛋白定量、血肌酐和尿素氮水平。

1.4 统计学分析

数据处理经SPSS 20.0，t对计量资料 $(\bar{x} \pm s)$ 检验， χ^2 对计数资料 $[n(\%)]$ 检验。若 $P < 0.05$ ，提示差异显著。

2 结果

针对24h尿蛋白定量、血肌酐和尿素氮水平，2组干预前比较无显著差异， $P > 0.05$ ，研究组干预后比对照组低， $P < 0.05$ 。如表1。

表1 统计肾功能指标评估结果表 $(\bar{x} \pm s)$

组别	例数	24h 尿蛋白定量 (g/24h)		血肌酐 ($\mu\text{mol/L}$)		尿素氮 (mmol/L)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	36	2.91 ± 0.85	1.04 ± 0.32	128.74 ± 18.53	77.21 ± 9.38	9.34 ± 1.01	6.48 ± 0.93
对照组	36	2.96 ± 0.87	1.99 ± 0.41	128.65 ± 18.29	93.15 ± 11.64	9.42 ± 1.05	7.85 ± 1.14
t		0.2154	4.0136	0.2247	7.2915	0.2197	4.1278
P		0.1682	0.0000	0.1583	0.0000	0.1654	0.0000

3 讨论

对糖尿病病患而言，若其血糖长期处于高水平状态，将容易引起肾脏病变，也就是临床上所谓的糖尿病肾病^[2]。有报道称，糖尿病肾病在早期通常无自觉症状，但在进展至中后期时会出现蛋白尿、高血压与水肿等症状，若不积极干预，将会进展至肾衰竭^[3]。个性化康复护理乃新兴的护理模式之一，涵盖以人为本理念，可从饮食、认知、运动和心理等方面入手，对患者施以专业化的护理，以消除其不良心理，减少不良事件发生几率，促进肾功能恢复，改善预后^[4]。此研究，在24h尿蛋白定量、血肌酐与尿素氮水平上，研究组干预后比对照组低， $P < 0.05$ 。

综上，糖尿病肾病用个性化康复护理，利于肾功能的恢复，建议推广。

参考文献

- [1] 赵彩云, 李巧玲. 糖尿病肾病护理中个性化康复护理模式的运用效果评价[J]. 健康大视野, 2021(19): 32, 34.
- [2] 王琴. 个性化康复护理对糖尿病肾病患者预后效果的影响分析[J]. 糖尿病天地, 2020, 17(3): 247-248.
- [3] 徐娥. 个性化康复护理对改善糖尿病肾病患者肾功能及生活质量的影响[J]. 医学信息, 2020, 33(14): 92-94.
- [4] 张秀娟. 糖尿病肾病患者应用个性化康复护理的效果和护理质量观察[J]. 反射疗法与康复医学, 2020, 29(1): 179-180.