

糖尿病健康教育在内分泌科护理中的应用分析

杨 阳

山东第一医科大学第二附属医院 山东泰安 271000

摘 要: **目的:** 探究分析糖尿病健康教育在内分泌科护理中的应用。 **方法:** 选取于2023年1月至2023年3月, 我院内分泌科收治的患者共300例, 作为本次研究对象。根据患者的入院序列数为基础, 采用随机数字分组的方式, 将300例患者随机分为对照组以及观察组。对照组采用常规护理模式进行干预; 观察组在对照组的基础上采用糖尿病健康教育模式进行干预。对比两组的健康行为; 护理满意度; 生活质量以及血糖指标。 **结果:** 观察组优于对照组, $P < 0.05$ 。 **结论:** 在对内分泌科患者进行护理的过程中, 灵活的应用糖尿病健康教育模式进行干预, 能够有效改善患者的健康行为; 护理满意度; 生活质量以及血糖指标, 在实际应用的过程中具有优良的效果, 值得进一步的推广与应用。

关键词: 糖尿病健康教育; 内分泌科护理; 健康行为; 血糖指标; 护理满意度

Application of diabetes health education in endocrinology nursing

Yang Yang

The Second Affiliated Hospital of Shandong First Medical University, Tai'an 271000, China

Abstract: **Objective:** To explore and analyze the application of diabetes health education in endocrinology nursing. **Methods:** A total of 300 patients admitted to the Department of Endocrinology of our hospital from January 2023 to March 2023 were selected as the subjects of this study. According to the number of admission sequences of patients, 300 patients were randomly divided into control group and observation group by random numerical grouping. The control group intervened using usual care; The observation group used the diabetes health education model to intervene on the basis of the control group. comparing the healthy behaviours of the two groups; satisfaction with care; Quality of life and blood glucose indicators. **Results:** The observation group was better than the control group, $P < 0.05$. **Conclusion:** In the process of nursing endocrinology patients, flexible application of diabetes health education mode for intervention can effectively improve the health behavior of patients. satisfaction with care; Quality of life and blood glucose indicators have excellent effects in the actual application process, which is worthy of further promotion and application.

Keywords: Diabetes health education; Endocrinology nursing; Health behavior; Blood glucose index; Nursing satisfaction

糖尿病属于以高血糖为特征的代谢性疾病, 高血糖的产生是由于胰岛素分泌缺陷以及生物作用受损所引发的。如果患者长时间存在高血糖的情, 会导致其身体的各项组织, 如: 眼部、肾部、心脏、血管等受到慢性伤害, 甚至导致功能障碍^[1-2]。随着人群生活水平的不断提升, 据相关统计资料显示: 近年来, 我国糖尿病患者呈现出上升的趋势, 对患者的健康造成严重的威胁^[3-4]。本文将选取于2023年1月至2023年3月, 我院内分泌科收治的患者共300例, 作为本次研究对象, 探究分析糖尿病健康教育在内分泌科护理中的应用, 详情如下所示。

一、资料与方法

1.1 一般资料

选取于2023年1月至2023年3月, 我院内分泌科收治的患者共300例, 作为本次研究对象。根据患者的入院序列数

为基础, 采用随机数字分组的方式, 将300例患者随机分为对照组以及观察组。对照组中: 患者共150例, 其中男性患者共76例, 女性患者共74例, 年龄为: 36-76岁, 平均年龄为: (56.87 ± 2.93) 岁, 观察组中: 患者共150例, 其中男性患者共79例, 女性患者共71例, 年龄为: 36-76岁, 平均年龄为: (57.01 ± 2.86) 岁, 两组一般资料对比, 无明显差异, $P > 0.05$, 具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组方法

遵循医嘱以及院内各项相关规章制度, 予以患者病情监测、用药指导等常规护理措施。

1.2.2 观察组方法

①组建专业的护理小组, 选取具备丰富护理经验的相关护理人员作为护理小组组长, 对小组内的相关护理人员

进行系统化的培训,完善护理措施,规范护理流程,深入优化小组内成员的技术水平与综合素质,整体提升护理小组的质量。同时由护理小组对患者的各项临床资料进行收集与整理,结合患者的实际情况制定出具有针对性的护理方案。方案制定完成后交由护士长以及相关医师进行内容的修订,保障整个护理方案的全面性以及科学性,在实际护理过程中严格按照护理方案中的内容进行落实。

②由护理小组通过发放文字性宣传手册、开展健康知识讲座等方式对患者进行全面的健康教育。为患者讲解糖尿病的病因、疾病的发展、疾病的危害、自我监测血糖的意义以及配合相关医护人员落实干预措施的重要性等,提升患者在整个护理过程中的配合度以及依从性。同时对于存在记忆能力以及理解能力相对较差的患者,则可采用音视频结合的宣教模式进行干预,保障整个健康教育的有效性。

③予以患者心理方面的健康教育,多数情况下,患者在患病后会出现焦虑、恐惧等负面情绪,此类情绪不利于患者的恢复,因而相关护理人员应提升与患者之间的交流频率,明确患者情绪的改变,掌握患者的实际心理状态,进而予以患者具有针对性的心理引导,消除其内心的负面情绪,使其明确优良心理状态对于自身疾病的意义。或是通过开展病友交流会,在会中邀请恢复状态优良的患者进行现身说法,过程中进一步为其进行健康指导,为患者建立优良的信心。

④予以患者全面的饮食指导,掌握患者的体质指数,了解患者日常饮食的结构、基以及是否存在不良饮食嗜好等,充分的掌握患者的营养状况。根据患者的各项基础信息,计算患者每日所需的基础总能量,如:体质量相对较低的患者所需能量应为:138-159kj/kg;体质量相对理想的患者所需能量应为:125-147kj/kg;体质量相对较高的患者所需能量应为:105-125kj/kg;结合患者营养评估的结果,对患者进行分类,采用患者的标准体质量×对应的数值得出其日常所需的总能量。根据所计算出的患者每日所需总能量结果,予以患者相应的饮食结构分配。

⑤引导患者进行自我血糖监测,对于糖尿病患者来说,由于其病情的波动其在干预过程中多种因素的干扰,会使得患者血糖的波动幅度变大。对患者进行反复的血糖

监测,能够帮助相关医护人员及时的了解患者代谢以及身体状态,进而对于干预方案做出有效的调整。因而相关护理人员应为患者详细的讲解操作的步骤以及相关的注意事项与禁忌事项,使得患者在接受干预的过程中最大程度的掌握血糖监测的方式,为患者讲解会对血糖造成影响的相关因素,包括:饮食、运动、睡眠等。在完成自我血糖监测之后,为患者进行进一步的现场指导,评估患者对于操作方式的掌握程度,引导患者进行亲手的操作,由相关护理人员在一旁进行观察,发现问题及时予以患者纠正,通过反复的进行,保障患者能够掌握正确的操作方式。

⑥予以患者运动方面的健康教育,适当的运动能够有效的提升患者机体免疫力,延缓患者病情的进展,同时能够有效的提升患者肌肉末梢组织对于胰岛素的敏感度,根据患者的实际身体状况,制定出具有针对性的运动计划,遵循循序间接的原则,保障患者在治疗期间的安全。可引导患者进行慢步走、骑行、太极拳等有氧运动,每日运动时间应控制于半小时之内,以每周4次的频率进行。

1.3观察指标

对比两组的健康行为;护理满意度;生活质量以及血糖指标。其中健康行为情况采用评分的方式进行评定,其中包括:饮食控制评分;运动管理评分、以及血糖监测评分,分数越低,表示患者的健康行为情况越差。血糖指标包括空腹血糖、餐后2h血糖和糖化血红蛋白;护理满意度分为三个评价指标:满意、基本满意以及不满意、护理满意度=满意例数以及基本满意例数之和与总例数的占比。生活质量采用SF-36量表进行评定,其中包括:生理职能评分、心理职能评分、社会功能评分,分数越高表示患者的生活质量越好;数据均由研究期间收集整理得出。

1.4统计学方法

将数据纳入SPSS22.0软件中分析,计量资料比较采用 t 检验,并以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,率计数资料采用 χ^2 检验,并以率(%)表示, $P < 0.05$ 为差异显著,有统计学意义。

二、结果

2.1对照组以及观察组健康行为

对比两组健康行为,观察组优于对照组, $P < 0.05$,如下所示:

对照组饮食控制评分为: (3.01±0.28)分; 观察组饮食控制评分为: (3.74±0.45)分; 其中 $t=16.869$, $P=0.001$ 。

对照组运动管理评分为: (3.72±0.19)分; 观察组运动管理评分为: (4.66±0.15)分; 其中 $t=47.558$, $P=0.001$ 。

对照组血糖指标监测评分为: (3.20±0.28)分; 观察组血糖指标监测评分为: (3.95±0.38)分; 其中 $t=19.460$, $P=0.001$ 。

2.2 对照组以及观察组血糖指标

对比两组血糖指标, 观察组优于对照组, $P<0.05$, 如下所示:

对照组糖化血红蛋白指标为: (7.04±0.29)%; 观察组糖化血红蛋白指标为: (5.45±0.31)%; 其中 $t=45.874$, $P=0.001$ 。

对照组空腹血糖指标为: (7.08±1.05) mmol/L; 观察组空腹血糖指标为: (4.86±0.80) mmol/L; 其中 $t=20.597$, $P=0.001$ 。

对照组餐后2h血糖指标为: (9.37±1.27) mmol/L; 观察组餐后2h血糖指标为: (7.72±0.96) mmol/L; 其中 $t=12.694$, $P=0.001$ 。

2.3 对照组以及观察组护理满意度

对比两组护理满意度, 观察组优于对照组, $P<0.05$, 如下所示:

对照组中: 满意例数为: 72例, 基本满意例数为: 45例, 不满意例数为: 33例, 对照组护理满意度为: 78.00%;

观察组中: 满意例数为: 91例, 基本满意例数为: 47例, 不满意例数为: 12例, 观察组护理满意度为: 92.00%; 其中 $\chi^2=11.529$, $P=0.001$ 。

2.4 对照组以及观察组生活质量

对比两组生活质量, 观察组优于对照组, $P<0.05$, 如下所示:

对照组生理职能评分为: (50.45±4.71)分; 观察组生理职能评分为: (62.91±5.33)分; 其中 $t=21.850$, $P=0.001$ 。

对照组心理职能评分为: (55.86±4.89)分; 观察组心理职能评分为: (66.62±5.98)分; 其中 $t=17.328$, $P=0.001$ 。

对照组社会功能评分为: (57.64±4.90)分; 观察组社会功能评分为: (67.94±4.67)分; 其中 $t=18.629$, $P=0.001$ 。

三、讨论

糖尿病属于临床常见的慢性代谢性疾病, 其中高血糖是糖尿病患者最为显著的临床特征, 如果患者的血糖指标长期未能得到有效的控制, 则存在极大的机率使得患者出现大血管或是微血管病变, 对患者的健康造成严重的威胁^[5-6]。据相关研究显示: 糖尿病患者如果未能及时得到有效的措施进行干预, 则患者胰岛功能会随着其自身疾病的发展呈现出进行性的下降^[7-8]。因而在对患者进行干预的过程中需要通过有效途径对患者的血糖指标加以控制, 最大程度的保护患者胰岛细胞的功能。同时据相关统计资料显示: 我国糖尿病患者的血糖控制达标率仅为10%左右, 血糖控制的水平仍有待提升。因而选取有效的治疗方式对患者自身来说具有深远的意义^[9-10]。

在本次研究中, 观察组采用了糖尿病健康教育模式对患者进行干预, 通过组建专业的护理小组, 制定出了全面的护理方案, 同时予以患者糖尿病健康知识教育、心理健康教育、饮食健康教育、运动健康教育以及血糖监测教育等护理措施, 取得了优良的护理效果, 相比于采用常规护理模式进行干预的对照组, 观察组具有多方面的优势。

综上所述, 在对内分泌科患者进行护理的过程中, 灵活的应用糖尿病健康教育模式进行干预, 能够有效改善患者的健康行为; 护理满意度; 生活质量以及血糖指标, 在实际应用的过程中具有优良的效果, 值得进一步的推广与应用。

参考文献:

[1]付瑞菊, 李婉婷, 潘雪茹. 综合护理干预在妊娠期糖尿病患者护理中的临床应用价值[J]. 临床研究, 2023, 31(02): 149-151.

[2]黄艳红. 预见性护理在糖尿病性白内障患者围术期护理中的应用[J]. 国际护理学杂志, 2020(06): 1070-1071-1072.

[3] 耿英杰, 李芹, 杨晓平. 循证护理模式在中青年2型糖尿病患者中的应用效果[J]. 国际护理学杂志, 2020(02): 341-342-343-344.

[4] 陆浩雅, 黄璟, 吴玲燕. 综合性护理干预在妊娠期糖尿病患者中应用治疗效果[J]. 国际护理学杂志, 2016, 35(22): 3094-3097.

[5] 武如冰, 李彦丽, 耿红, 陈立新, 何欣梅. 护理干预在糖尿病合并心肌梗死患者中的作用评价[J]. 中国实用护理杂志, 2016(z1): 26.

[6] 李淑红. 护理干预对糖尿病患者血糖控制及并发症发生的影响[J]. 按摩与康复医学, 2016, 7(14): 48-49.

[7] 陈银萍. 陪伴式情感护理对住院老年糖尿病患者焦虑、抑郁水平的影响[J]. 中华现代护理杂志, 2016, 22(07): 985-988.

[8] 赵丽芹, 余利娜. 循证护理对老年乙肝肝硬化合并2型糖尿病患者的疗效分析[J]. 国际护理学杂志, 2014, 33(05): 1032-1034.

[9] 李娜. 预见性护理在糖尿病性白内障患者围手术期护理中的应用[J]. 国际护理学杂志, 2014, 33(04): 840-842.

[10] 包苗英. 心理综合干预配合康复治疗在老年糖尿病康复中的应用[J]. 中华现代护理杂志, 2014, 20(09): 1080-1082.