

2 型糖尿病社区团队与全科门诊治疗的体会

迟 鑫

北京市平谷区山东庄镇社区卫生服务中心 北京 平谷 101200

【摘要】目的: 探讨社区团队与全科门诊对社区糖尿病患者的控制效果。方法: 选择2020年1月至2021年12月进行研究, 调选52例社区2型糖尿病患者资料, 记为对照组(n=26)与实验组(n=26)。对照组内患者接受常规的用药治疗, 在这一过程中不对患者进行社区团队管理和全科门诊管理, 实验组内患者在常规用药治疗的基础上, 配合社区团队与全科门诊治疗管理, 在处理完成后针对患者的血糖控制效果以及体重控制效果进行评估, 分析管理质量与治疗效果。结果: 本次研究结果中进行对比后发现各项实验组的指标明显优于对照组, 组间对比差异显著($P < 0.05$)。结论: 社区糖尿病的症状控制难度较大, 常规应用二甲双胍治疗的基础上, 配合社区团队与全科门诊治疗干预, 有助于改善患者的治疗效果, 并控制体重, 可应用价值良好。

【关键词】: 饮食疗法; 糖尿病; 自我管理; 血糖; 二甲双胍

Experience of Community Team and General Clinic Treatment for Type 2 Diabetes Mellitus

Xin Chi

Shandong Zhuang Community Health Service Center Pinggu District Beijing Beijing Pinggu 101200

Abstract: Objective: To explore the control effect of community team and general clinic on community diabetic patients. Methods: From January 2020 to December 2021, data of 52 patients with type 2 diabetes in community were selected and recorded as control group (n=26) and experimental group (n=26). Patients in the control group received conventional drug treatment, during which community team management and general clinic management were not carried out for patients. Patients in the experimental group cooperated with community team and general clinic treatment management on the basis of conventional drug treatment, and evaluated the effect of blood glucose control and weight control after completion of treatment, and analyzed the quality of management and treatment effect. Results: After comparing the results of this study, it was found that the indexes of the experimental group were significantly better than the control group, and the difference between the groups was significant ($P < 0.05$). Conclusions: It is difficult to control the symptoms of community diabetes. Based on the routine treatment of metformin, combined with the treatment intervention of community team and general clinic, it is helpful to improve the therapeutic effect of patients and control their weight, which is of good application value.

Keywords: Diet therapy; Diabetes mellitus; Self-management; Blood sugar; Metformin

糖尿病在临床上属于一种慢性疾病, 这一疾病在发生时主要病因是患者的体内糖代谢出现故障, 进而引发患者的血糖浓度处于异常高水平状态下所导致的, 近年来随着现代人群生活水平的不断上升, 糖尿病在临床上的发病率呈现逐年增加的趋势。而尤其是在近年来生活质量不断提升的背景下, 肥胖所导致的糖尿病患者的数量在不断增加, 这也就导致糖尿病成为临床上最常见的一种慢性疾病, 而目前针对糖尿病患者进行控制时, 治疗方式较为多样化, 主要包括糖尿病饮食管理、运动锻炼、药物治疗以及患者的教育以及自我血糖监测等, 但通过传统的用药治疗并不能够根治糖尿病或者对血糖起到良好的控制作用。研究人员认为应当针对糖尿病患者进行有效的病情分析, 针对患者进行相应的管理后, 在饮食和运动等多方面基础上开展患者的治疗与管理, 通过这种方式使患者的病情控制, 质量得到提升, 保障患者后续治疗能够更为顺利的开展。此时通过社区团队和全科门诊给予患者常规二甲双胍用药与生活指导, 则能够使患者的血糖控制质量得到提升, 对于提高患者的治疗效果, 与改善患者的病情有十分积极的作用。

1 一般资料

1.1 一般资料

选择2020年1月至2021年12月进行研究, 调选52例社区2型糖尿病患者资料, 记为对照组(n=26)与实验组(n=26)。对照组中患者的男女性别比为13:13, 患者的年龄区间值为26~82岁, 患者年龄均值为(67.4±3.1)岁; 实验组中患者的男女性别比为15:11, 患者的年龄区间值为53~83岁, 患者年龄均值为(66.7±4.0)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

对照组患者在接受临床治疗时, 由医务人员给予患者二甲双胍进行治疗, 患者用药方式为常规口服药, 患者每日用药初始剂量为500MG, 在治疗过程中研究人员需常规针对患者的血糖控制状况进行观察, 如果在研究中发现患者的血糖控制不理想, 则需要将用药剂量增加至1000MG。患者每日在用餐后半小时内服用, 并由医务人员指导患者在接受用药治疗时保持适当的运动和健康的生

方式。

实验组患者在常规用药治疗的应用基础上配合应用社区团队与全科门诊进行处理, 具体方式如下。

在进行本次实验时, 研究人员需要针对患者的饮食喜好和饮食习惯进行调查, 了解患者的进食时间与进食爱好, 根据患者日常生活的劳动强度, 结合患者的身高、体重以及合并症, 为患者制定科学合理的个性化饮食计划, 纠正患者日常生活中的不良饮食习惯与生活习惯。

正常情况下, 患者每日需要摄入的基础食物包括蔬菜、水果、油脂类以及谷物和奶制品等, 并且要求患者在日常生活中保持饮食的均衡。而在患者日常生活的热量分配方面, 要求蛋白质摄入量在15%~20%, 患者每日碳水化合物摄入量控制在55~65%左右即可, 而患者的每日脂肪摄入量需控制在25%~30%之间, 再进行食品的调控时, 应当尽量选择清淡饮食, 并且患者每日食盐的摄入量应控制在6克以内。

建议在日常生活中进行食品准备时, 糖尿病患者需要使用量杯和量勺等器具来区分每日的盐分以及各种需要摄入的营养成分, 控制油脂和糖分等多方面的摄入量。在糖尿病患者的日常生活中, 通常情况下建议患者减少蛋糕、蜜饯和巧克力等糖果类食品的摄入量, 但总体建议患者在

日常生活中准备一些具有糖分的小零食, 一旦出现头晕眼花和肢体无力的状况, 则需要及时含服糖块, 避免出现低血糖的情况。一般情况下, 患者胆固醇每日摄入量需控制在300毫克以下, 并且需要减少含糖量较高的水果, 例如西瓜和草莓等的摄入量, 而如果患者的体重较重, BMI评估为肥胖或者超重则需要加强体力活动, 减轻体重, 其他还包括戒烟戒酒, 保持良好的生活习惯。

1.3 评价标准

对所有的患者的血糖值进行评价。同时记录所有患者血糖指标, 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spss22.0forwindows, 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

在本次研究结果中显示相较于对照组来说, 实验组患者的患者体重变化相较于对照组来说更小, 实验组中患者的体重数值低于对照组, 组间对比差异显著($P < 0.05$)。

表1 两组患者的体重控制效果对比 ($\bar{x} \pm s$, kg)

组别	护理一个月	护理半年	护理一年
实验组 (n=26)	52.63±2.63	53.96±2.58	53.32±3.55
对照组 (n=26)	58.96±4.62	63.58±5.19	66.96±4.16
T	8.2621	9.2447	8.2165
P	0.0000	0.0000	0.0000

2.2 患者血糖水平对比

将患者的血糖水平进行对比, 实验组低于对照组。两

组间存在差异, 具有统计学意义($P < 0.05$)具体情况见表2。

表2 患者血糖水平对比

组别	例数	空腹血糖		餐后2h血糖		糖化血红蛋白	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	26	7.15±2.20	6.97±1.22	9.41±1.43	7.68±1.69	6.26±1.26	4.58±1.32
实验组	26	7.13±1.36	5.11±3.54	9.45±1.39	6.34±1.23	6.15±1.58	2.78±0.68
t		1.2654	3.8478	4.0395	4.9658	2.2641	8.2964
P		0.1235	0.0002	0.1959	0.0000	0.1569	0.0000

3 讨论

随着近年来环境的不断变化, 食品安全卫生问题以及我国社会的老龄化发展, 在一定程度上都直接增加了临床糖尿病的发病率, 这也不仅是医学问题, 也成为了大家普遍关注的一个社会问题。目前临床医学针对糖尿病的研究还并不完善, 但作为糖尿病发展与发病的关键环节^[5], 胰岛素缺少其主要因素, 这也是对患者生命安全造成威胁的一个关键点。

二甲双胍是临床上常见的一种双胍类降糖药物在应用于糖尿病患者的临床治疗中^[6], 药效与磺脲类药物具有一定的相似性, 能够强化受体结合胰岛素的效果。这类药物的主要分子靶点就是蛋白激酶在治疗中能够使患者出现多种反应, 一般情况下可通过患者的胃肠道延缓运动, 进而达到抑制的效果^[7], 通过这种方式能够在一定程度上减少人体从食物内有摄入的葡萄糖量, 进而降低患者的低血糖水平。除此之外, 在临床研究发现二甲双胍在应用过程

中并不会使糖尿病患者体内胰岛素受到刺激, 产生大量分泌的情况, 能够降低其抵抗能力, 避免患者病情进一步加重^[8]。

总而言之, 社区糖尿病的症状控制难度较大, 常规应用二甲双胍治疗的基础上, 配合社区团队与全科门诊治疗干预, 有助于改善患者的治疗效果, 并控制体重, 可应用价值良好。

参考文献:

- [1] 蔡艺峰. 饮食疗法和二甲双胍用于糖尿病治疗及对餐后血糖影响分析[J]. 糖尿病新世界, 2022,25(11):37-39,47.
- [2] 闫永鑫, 刘爽. 糖尿病患者实施饮食疗法+二甲双胍治疗的价值分析[J]. 中外女性健康研究, 2022(16):92-93.
- [3] 乔嶝. 饮食疗法配合药物二甲双胍用于社区糖尿病治疗的效果分析[J]. 保健文汇, 2021,22(1):148-149.
- [4] 毕美洁. 个体化饮食疗法对妊娠期糖尿病病人的治疗效果观察[J]. 医学美学美容, 2021,30(7):110.

[5] 黄仙英. 饮食疗法在社区糖尿病防治中的应用效果观察 [J]. 医学美学美容, 2021, 30(7): 98.

[6] 王蓓. 观察二甲双胍联合饮食疗法对社区糖尿病患者的血糖水平影响 [J]. 健康之友, 2021(1): 155.

[7] 肖爱华. 二甲双胍联合饮食疗法治疗社区糖尿病患

者对其生活质量的改善探讨 [J]. 饮食保健, 2021(43): 285-286.

[8] 刘叶, 张文亮. 个体化的饮食疗法对妊娠期糖尿病患者血糖控制及妊娠结局影响研究 [J]. 养生保健指南, 2021(44): 44-45.