

# 社区全科门诊开展 2 型糖尿病患者健康教育的效果分析

向黎

宜昌市伍家岗区城东社区卫生服务中心 湖北 宜昌 443100

**【摘要】**目的: 本文主要研究与探讨社区全科门诊开展 2 型糖尿病患者健康教育的效果。方法: 以抽样的方式, 在社区全科门诊从 2021 年 2 月份至 2022 年 2 月份接诊的 2 型糖尿病患者中, 抽取 70 例作为本次研究对象, 根据单双数的方式分为两组, 使用常规治疗模式的 35 例患者取名为参照组, 在常规治疗的基础上实行健康教育模式的 35 例患者取名为研讨组, 对两组 2 型糖尿病患者的依从性、生活质量和临床治疗效果进行比对分析。结果: 研讨组患者的依从性和生活质量实行健康教育模式后得到了有效的提升, 两组之间的临床治疗效果差距较大  $P < 0.05$  有研究价值。结论: 通过对社区全科门诊 2 型糖尿病患者在治疗中实行健康教育模式对其进行干预, 患者的依从性和生活质量得到了显著的改善, 同时患者的临床治疗效果得到了有效的提高, 值得运用。

**【关键词】**2 型糖尿病; 健康教育; 依从性; 生活质量

2 型糖尿病是内分泌科室极为常见的一种慢性疾病, 因患者体内胰岛素作用出现障碍或分泌不足所致。糖尿病的典型症状有吃饭多、喝水多、排尿多、体重下降等, 导致糖尿病发病的因素很多, 环境因素、生活习惯以及年龄因素等都会导致糖尿病的发作, 主要发病群体以中老年人群为主, 一旦患病, 对患者的器官会造成一定的损伤, 若不及时对其进行干预还会出现一系列并发症, 例如糖尿病足、感染性疾病、微血管病病等, 严重影响了患者的生活质量<sup>[1]</sup>。经临床经验发现, 目前治疗糖尿病的主要方式是通过运动、营养、药物、血糖监测以及疾病教育等方面对其进行治疗, 据统计得知, 大部分患者对糖尿病的认知并不完全, 从而影响治疗效果<sup>[2]</sup>。近年来, 健康教育模式被广泛应用于临床治疗工作当中, 不仅可以改善患者对疾病的认知功能, 还能积极配合治疗, 提高患者的治疗效果<sup>[3]</sup>。因此, 本次针对社区全科门诊 2 型糖尿病患者分别使用常规治疗和健康教育治疗模式做比对试验, 对患者的依从性和生活质量以及护理满意度进行分析说明, 具体如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

以抽样的方式在社区全科门诊从 2021 年 2 月份至 2022 年 2 月份接诊的 2 型糖尿病患者中抽取 70 例作为本次研究对象, 根据单双数的方式分为两组, 使用常规治疗模式的 35 例患者取名为参照组, 年龄 54-79 岁, 平均年龄  $(66.52 \pm 1.32)$ , 在参照组的基础上实施健康教育模式的 35 例患者取名为研讨组, 年龄 58-72 岁, 平均年龄  $(70.23 \pm 1.34)$ , 研究资料  $P > 0.05$ , 可展开研究。

### 1.2 方法

参照组对 2 型糖尿病患者使用常规治疗模式, 研讨组对 2 型糖尿病患者在此基础上加以健康教育, ①健康宣教: 小组统一开展糖尿病健康讲座, 为患者讲解导致糖尿病相关知识, 包括发病因素、治疗方法、糖尿病对人体的危害、护理方式以及注意事项等相关信息, 纠正患者对疾病不合理的认知, 让患者对疾病有正确的认知, 并能够积极主动的面对治疗; ②饮食治疗: 根据患者的病情, 专科医生及病区护士一起为患者制定针对性的饮食计划, 计算患者摄入的热量, 严格控制食物的摄入, 宜进食清淡食物, 避免进

食含糖量高的食物, 以谷物为主食, 尽量做到粗细搭配均衡, 同时还可适当添加大豆等豆类食物, 在进食中禁止暴饮暴食, 每餐定量, 多食新鲜蔬菜, 少量进食水果, 尽量不吸烟饮酒, 日常注意多喝水; ③心理指导: 糖尿病属于终身性疾病, 大部分患者会因此产生心理负担, 导致情绪不稳定, 所以医生应及时观察患者的心理状态, 一旦患者出现负面情绪需及时与患者沟通交流, 给予患者心理安抚, 并告知患者不良的心理状态对疾病治疗的影响, 鼓励患者自我心理调节, 积极接受治疗, 树立战胜疾病的信心; ④用药指导: 根据患者自身的疾病情况为其制定合理的用药方案, 同时嘱咐患者遵医嘱服药, 告知患者合理用药的重要性, 禁止擅自更换或增减药物的用量, 同时告知患者部分药物服药后的不良反应以及应对措施, 必要时需就医; ⑤血糖指导, 指导患者血糖检测仪的使用方法, 嘱咐患者每天对空腹、餐后 2 小时血糖进行检测, 并将检测结果进行记录, 确保血糖水平处于稳定的状态, 若血糖水平出现大幅度的变化, 及时对血糖水平进行调整, 以免并发症的发生; ⑥运动指导, 鼓励患者坚持进行适当的运动锻炼, 每周至少运动 3 次以上, 并根据患者的实际情况帮助患者定制合理的运动方案, 指导患者多采用有氧运动, 并结合自身情况适当调整运动力度和运动时长。

### 1.3 观察指标

通过统计量表对两组患者的依从性(按时服药、合理饮食、适当运动、血糖监测)、生活质量(心理功能、生理功能、社会功能、认知功能)和临床治疗效果(显效、有效、无效)作对比, 并将其作为本次的观察目标, 利用表格的形式呈现。

### 1.4 统计学方法

调研中所有数据资料全部运用 SPSS23.0 系统实行专业分析, 当中计数数据运用  $(\bar{x} \pm s, \%)$  代替, 两组差别比照运用  $t$ 、 $X^2$  检测。若两组比照结果  $P < 0.05$ , 则说明实验价值显现。

## 2 结果

经过比对试验得出结论, 研讨组患者的依从性更高, 有统计价值  $P < 0.05$ , 见表 1。

表 1 两组患者依从性比较 [n (%) ]

组别	例数	按时服药	合理饮食	适当运动	血糖监测
参照组	35	23 (65.71)	28 (80.00)	26 (74.29)	28 (80.00)
研讨组	35	32 (91.43)	33 (94.29)	33 (94.29)	34 (97.14)
P 值		P < 0.05	P < 0.05	P < 0.05	P < 0.05

经过对比试验得知, 研讨组患者的生活质量更高, 有统计价值  $P < 0.05$ , 见表 2。

表 2 两组患者的生活质量比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	心理功能	生理功能	社会功能	认知功能
参照组	35	62.33 $\pm$ 2.42	69.48 $\pm$ 2.65	68.75 $\pm$ 2.77	67.99 $\pm$ 2.62
研讨组	35	75.86 $\pm$ 4.15	81.22 $\pm$ 4.46	80.46 $\pm$ 4.73	81.75 $\pm$ 4.77
P 值		P < 0.05	P < 0.05	P < 0.05	P < 0.05

经过对比试验得知, 研讨组患者的临床治疗效果更高, 有统计价值  $P < 0.05$ , 见表 3。

表 3 两组患者的临床治疗效果比较 [n (%) ]

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
参照组	35	19 (54.29)	8 (22.86)	8 (22.86)	27 (77.14)
研讨组	35	22 (62.86)	11 (31.43)	2 (5.71)	33 (94.29)
P 值					P < 0.05

### 3 讨论

近年来, 随着人们生活方式和饮食习惯的改变, 糖尿病的患病率逐渐呈上升的趋势, 糖尿病属于较为常见的临床疾病, 其具有终身性的特点, 通常情况下糖尿病患者需要终身进行服药干预, 不仅给患者的身心健康带来影响, 同时给患者的经济压力也带来一定的负担<sup>[5]</sup>。

据不完全统计, 大部分患者对糖尿病疾病的认知较为缺乏, 从而影响患者的康复效果, 经多年临床经验发现, 治疗糖尿病的主要方式是通过适当运动、合理的饮食控制、药物干预、按时对血糖进行检测以及疾病健康知识教育等<sup>[6]</sup>。因此, 本文针对社区全科门诊 2 型糖尿病患者在治疗中, 实行健康教育模式对其进行干预, 主要从以下 6 个方面进行干预, 即健康宣教、心理指导、用药指导、血糖指导、用药指导, 有效的提高了患者的依从性, 帮助患者快速康复, 从而提高了患者的生活质量<sup>[7]</sup>。

综上所述, 在社区全科门诊 2 型糖尿病患者的治疗中, 使用健康教育模式进行干预, 可有效提高患者的依从性、生活质量和临床治疗效果, 值得临床推广运用。

#### 参考文献:

[1] 全雪, 王瑞. 健康教育结合饮食护理对 2 型糖尿病

合并肥胖症患者血糖、血脂及睡眠质量的影响 [J]. 临床医学研究与实践, 2023, 8(29):182-185.

[2] 钱宇英, 彭文英, 徐晓. 同质化医联体护理模式对老年 2 型糖尿病病人血糖、自我管理能力和生活质量的影响 [J]. 全科护理, 2023, 21(26):3677-3680.

[3] 岳琳玲, 江艳锋, 潘云舟. 综合性护理干预在 CRRT 治疗 2 型糖尿病合并重症肾衰竭患者中的应用 [J]. 糖尿病新世界, 2023, 26(12):145-148.

[4] 韩宝珠, 李珊珊, 孙英杰, 柳洪飞, 李秋等. 全程健康教育护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用 [J]. 齐鲁护理杂志, 2023, 29(13):75-77.

[5] 帅水云, 孙玲. 基于团体互动模式的营养支持教育在 2 型糖尿病患者饮食管理中的应用 [J]. 护理实践与研究, 2023, 20(14):2059-2063.

[6] 施秋桃, 梁英梅, 麦丽婷. 社区老年 2 型糖尿病病人自我管理行为与家庭关怀度的相关性研究 [J]. 全科护理, 2023, 21(20):2756-2760.

[7] 付颖颖. 微信平台的健康管理模式对 2 型糖尿病患者血糖水平及生活质量的作用研究 [J]. 航空航天医学杂志, 2023, 34(06):761-763.