

中医护理在糖尿病患者护理中的应用研究

王永莉

(定西市渭源县中医医院 甘肃 定西 748200)

【摘要】目的：研究针对糖尿病患者的中医护理应用成效。方法：选取我院 2019.1—2021.11 在院治疗的 50 例糖尿病患者，分为两组，各 25 人，一组为常规护理，一组为中医护理。常规护理组护理模式不变，还是按照以往的护理。中医护理组按照中医治疗方案进行护理。经过一段时间进行对比分析。结果：在对这两组患者进行护理前，各项指标的数据差距不大，但是经过不同的分组护理后，两组数据发生了变年华，中医护理这一组患者的血糖指标下降非常明显 ($p<0.05$)。结论：对患者实行中医治疗，可有效降低其血糖，对其恢复健康帮助作用明显，也是患者满意度较高的方式之一。

【关键词】 医护理；糖尿病；应用研究

Study on the Application of Traditional Chinese Medicine Nursing in the Nursing of diabetes Patients

Yongli Wang

(Dingxi Weiyuan County Hospital of Traditional Chinese Medicine, Dingxi, Gansu, 748200)

[Abstract] Objective To study the application effect of traditional Chinese medicine nursing for diabetes patients. Methods 50 patients with diabetes who were treated in our hospital from September 2019 to November 2021.1 were selected and divided into two groups, 25 patients in each group. One group was for routine nursing, the other was for traditional Chinese medicine nursing. The nursing mode of the conventional nursing group remained unchanged, and the previous nursing was still followed. The TCM nursing group conducted nursing according to the TCM treatment plan. After a period of time for comparative analysis. Results: Before the two groups of patients were nursed, there was little difference in the data of each index. However, after different groups of nursing, the data of the two groups changed into years, and the blood glucose index of the patients in the traditional Chinese medicine nursing group decreased significantly ($p<0.05$). Conclusion: The traditional Chinese medicine treatment can effectively reduce the blood sugar of patients and help them to recover their health, which is also one of the ways of higher patient satisfaction.

[Key words] TCM nursing; Diabetes; Application research

糖尿病，是一种人的身体上的新陈代谢出了问题，如果长时间患这种病，会加重血管方面病的发作风险，比如脑血管病、心血管病，从而影响到患者的身体的健康程度，患者的生活质量也会下降，根据临床医学表明，患者平时的生活方式、行为方式是血糖升高或降低的主要因素，因此，患者平时要注意自己的生活方式和行为方式，不熬夜，不吃含糖量高的食物，不乱发脾气，心态保持平稳，不生闷气，多运动，多锻炼，增强体质，当然，对糖尿病患者要进行护理干预，比如中医护理干预和常规护理干预，可以通过对比分析，看哪一种好，然后就采取哪一种护理方式，这样可以提高治疗的效果。本文所研究的是采用中医护理对患者进行治疗，从而研究其临床方法和治疗后的效果，这样可以为以后治疗糖尿病提供借鉴。

此病无法根治，因此为长期病，只能用药物减少患者痛苦，中医方面认为属于消渴病，主要由饮食不

规律、情绪不稳定导致，常见的现象为燥热气盛，人体血液亏缺，此病病期长易发作。因此，正常的护理显得尤为重要。此文通过医院 50 例糖尿病患者为标本，对其分别进行不同的护理，分析其最后的不同效果。

1 患者与方案

1.1 患者资料

我院 2019 年 1 月到 2021 年 11 月住院的糖尿病患者共 160 人，从中随机抽取 50 例，又把这 50 人分成两组，各 25 人，分别是常规护理组，按照以往模式照顾，中医护理组 25 人，按照中医治疗模式来护理。中医护理组中男的 14 例，女的 11 例，年龄最小的 22 岁，最大的 75 岁。平均年龄 (55.16 ± 6.34) 岁，得病时间最短的是半年，最长的长达 10 年之久，平均也在 5—7 年。常规护理组抽取男性患者 16 人，女性 9 人，其中年龄最小的只有 25 岁，最大的 85 岁，平均年龄 (62.82 ± 6.43) 岁，病程最短的 3 年，最长的是 12 年，

平均病程(6.8±2.49)年,两组患者无论在性别、病程还是病情上都是无差异的,有非常大的价值对比。

1.2 方案

对于同一种病的患者,可以采用不同的治疗方案,这样可以对比得出哪一种治疗方案好。常规护理,就是按照往常的模式进行护理,针对患者,利用药物促进胰岛素分泌,调整身体新陈代谢,降低血糖,中医护理在此基础上用中医方面的理论进行治疗。

1.2.1 心理健康护理

心理健康护理是医学界一大护理方法,护理人员要注意患者的心理变化,利用心理学方面的知识对患者进行心理辅导,使其保持良好的心态,积极面对病情。糖尿病患者心理健康护理也叫中医情志护理,中医认为引起糖尿病的罪魁祸首之一是人的情绪不稳定所致,人的情绪不稳定也是人的心理问题,这个问题不好解决,处理不好会引起好多病,中医学研究表明,人的身体里大多数病与这个心理有很大关系,比如怒容易伤害肝,肝气郁结容易生病,情绪不稳定,五志化火(情志主要指情绪和人的志气,它们与人的气具有密切联系,一个人长时间精神兴奋或抑郁就会导致气血混乱,脏腑中真阴亏缺,人就爱烦躁、生气,身体上的反应是头晕、失眠、口苦、咳嗽、吐血,这些都是上火的表现,这个过程被称为五志化火。五志化火是中医学当中对人身体内生火的一种解释,在五志中,心火太甚则会颠,肝火太旺则容易狂,这些都容易理解。对于思、悲、恐之化火,思过多为神经质,悲过多为疯,恐过多为傻,它们容易发作的原因是久而不治,化火后,疾病其实没有根治,治疗后还会出现新的症状,在治疗中,不仅要根治原来的病,还要对新出现的疾病进行治疗,五志过极都是因为热所致,因此,可以把刘完素的火热理论拿来作为思考。)和消渴病(消渴病,是中国传统医学的名字,主要是指那种多饮、多尿、多食、消瘦、疲乏、尿甜为主要特点的疾病,若化验则会查出高血糖或糖尿病,大多会在肺、胃、肾上进行病变,病情特点为阴津亏损,燥热偏盛,消渴病时间一长,病情无法控制,阴损失太多就会阳,过热,津亏血液郁结,而导致气阳两伤,阴阳失调,经脉错乱,脏腑器官中就会出现眩晕、耳聋、目眩、肾衰、水肿、中风昏迷等症状。)的发作都有着千丝万缕的联系,因此,在患者心理辅导上显得尤为重要,护理人员在于患者进行交流时一定要态度温和,热情关心,切忌狂躁没耐心,态度恶略,对于生病的患者一定要有耐心,让患者的心情保持愉悦是开展各项工作的首要前提,应和患者进行娱乐活动,

在心情愉悦的情况下开展救治工作。

1.2.2 对患者饮食的护理

俗话说,病从口入,也就是患者一定要吃饭方面注意。所有的疾病都是因为饮食问题而产生的。比如糖尿病就是因为患者吃了过多的糖类食物,加上饮食习惯不好导致的。从患者身体的实际出发,设置每天在蔬菜水果、谷类等方面的摄入量,控制其总量,一般患者湿热,因此多吃粥类食物,如若病情加重,苦茶、苦瓜、绿豆汤可用来降湿热,以便改善患者的身体状况。患者吃过多食用肥腻的东西或者甜品,会导致人的脾胃积累大量的热量,从而烧伤肺和肾的阴气,这样最容易引起糖尿病,与此同时,有规律的吃饭对不得糖尿病非常有利,既然得了疾病,患者应每顿吃的少一点,吃饭一定要清淡,不能吃高淀粉、高糖类食物,比如可以吃南瓜、黄瓜、山药等素食类食物。在生活中一定要有良好的生活习惯,在护理中应根据患者的具体情况对饮食进行控制和指导,对于那种行啦刺激的食物不要吃,对于那种生津补阴的食物要多吃。

1.2.3 运动方面的护理

生命在于运动,运动好了身体好,身体素质好才不容易生病,作为糖尿病的康复,运动当然必不可少,运动可以促进糖尿病患者的康复。作为糖尿病患者,可通过运动来调节自己的身体,比如血压、血脂等,另外,对于运动不能一刀切,对于年纪大一点的,可选择太极、散步、游泳等运动量小的运动形式,老年人对运动的强度不能太高,同时要注意运动的同时要休息,注意循序渐进,切忌急功近利,否则会加剧病情,不要空腹,防止因为低血糖而出现低血糖、低血压的情况。年轻的患者则可以选择高强度运动,如跑步、跳高、乒乓球、篮球、足球等运动,可以加大运动的时间,可以让自己多出汗,在运动中排除身体的各种毒素。这样有助于患者在短时间内得到很快的恢复。

1.2.4 中医方面健康的护理

中医是我们中华民族博大精深的治疗疾病的方案,它通过传统的中医方式进行治疗,和西医是相对而存在。主要解决疾病的根源问题。对于糖尿病患者,可采用针灸方式进行治疗,催生胰岛素在身体的分泌,改善身体新陈代谢,也可以物力保健,比如按摩腹部,促进肠胃消化和血液流动,促进胰腺功能恢复,也可以加强营养,促使胰岛功能恢复,产生相应的分泌物,除此之外,也可用中药熏洗,可改善血液循环,也可在耳穴压豆,改善分泌降低血糖,对于糖尿病肾病患者,也可直接吃药,有利于消肿排毒,也可采用中药贴剂,来消肿止泻。

1.2.5 康复指导

得了病要治疗,治疗以后要康复,康复是病人不要忽视的环节,康复好了疾病不容易发作,康复不好容易发作。此病属于慢性病,病期时间长,不可能在医院一直治疗直到恢复出院,普通人也支付不起昂贵的药费,只能等病情稍作平稳就可以出院。这个时候,很多病人都是选择先出院,然后在家慢慢恢复,但在家恢复也不能自行照料,一定要听从医生的安排叮嘱一生的叮嘱,比如在家如何降低血糖,胰岛素的注射,并按照要求吃药,日常生活中饮食科学,不熬夜,多锻炼,如果病情恶化就要及时就医。

1.3 评判办法

评判原则是通过两种不同的方案进行呵护,在同样的时间内看哪一种结果好。通过对FBG(空腹血糖)、P2BG(餐后2h血糖)、HbA1C(糖化血红蛋白)前后实验的对比的分析可以看出,常规没有中医效果好。

1.4 统计学办法

使用相关统计学的软件,例如SPSS19.0进行数据采集并评价,计量办法使用(均数±标准差),计算规则使用率来表示,以($P < 0.05$)作为统计学的差异的标准来衡量。

2 实验数据

2.1 两组患者通过不同护理后的焦虑、并发症的发作率对比。如表1。

表1 两组患者的焦虑、并发症发作率对比 [n(%)]

组别	例数	焦虑	并发症
中医护理组	25	13.31	12
常规护理组	25	20.456	28

2.2 两组患者对护理的满意度对比,中医护理组患者的护理满意度为90.18%常规护理组的满意度为81.82%,比较差异具有统计学意义($P < 0.05$)。见表2。

表2 两组患者对护理的满意度对比表 [n(%)]

组别	例数	十分满意	满意	不满意	满意度
中医护理组	25	14	10	1	46
常规护理组	25	9	12	4	41

根据护理前后对比,中医护理组患者的FBG(8.54 ± 1.44) mmol/L、P2BG(14.52 ± 2.34) mmol/L、HbA1C(6.83 ± 0.77) mmol/L,常规护理组患者的FBG(7.70 ± 1.29) mmol/L、P2BG(14.67 ± 1.40) mmol/L、HbA1C(8.79 ± 0.86) mmol/L,但两组患者护理前后的各项血糖指标却无明显差别($P > 0.05$),通过两种方案后,中医护理组患者的FBG(7.47 ± 1.18) mmol/L、P2B

G(9.18 ± 1.35) mmol/L、HbA1C(7.58 ± 1.57) mmol/L,常规护理组患者的FBG(7.44 ± 1.55) mmol/L、P2BG(12.32 ± 1.66) mmol/L、HbA1C(7.95 ± 2.13) mmol/L,通过对比发现中医护理组患者的各项血糖指标要比常规护理组好,具有统计学差异($P < 0.05$)。

3 结论

目前,中医不断被重视,也推动了其发展,中医在临床护理中越来越重视,积极为患者开展中医护理,提供中医的健康指导和服务,提高护理水平,改善患者生活质量。目前,中医在糖尿病患者治疗方面发挥的作用越来越显著,也受到了市场的追捧,是糖尿病患者新的治愈方式,通过临床的实验发现,中医护理对于糖尿病的血糖的血糖降低比起常规护理具有明显优势,因此,中医护理治疗糖尿病不失为一种很好地选择,且易被广大患者接受和认可。因此,中医护理可降低患者的血糖,提高患者的康复能力,延长患者的生命,可以作为一种科学的治疗方式,值得推广。

日前,随着人们生活习惯和饮食习惯的变化,使得糖尿病患者逐年上升,该病属于慢性型疾病,为终身性疾病,无法根治,加上得了该病以后,因为患者对该病了解不多,会产生恐惧、抑郁等情绪,这也会加重该病的发展,因此,对于糖尿病患者的护理干预非常必要。护士根据医生的吩咐对患者进行细心地呵护,有助于使患者不断健康。中医治疗明显,且能根治,操作性非常好且疗效非常好,在本文研究中发现,中医治疗的发生率较低,且患者的满意度高,在中医护理的干预下,患者的负面情绪减少,降低了发病率且得患者的一致好评,值得在各大医院进行全面推广。

参考文献:

- [1] 董福兰. 糖尿病患者的中医护理效果观察 [J]. 中国医药指南, 2013, 11(17): 304-305
- [2] 张春艳. 糖尿病患者中医护理临床疗效研究 [J]. 时珍国医国药, 2013, 24(10): 2534
- [3] 刘莉, 莫文钰, 陈雯静, 等. 探讨在社区糖尿病患者中应用中医护理干预的价值 [J]. 社区医学杂志, 2014, 12(18): 21-23.
- [4] 张志琴. 糖尿病病人的中医护理及健康指导. 中国实用神经疾病杂志, 2012, 15(2): 159.
- [5] 陈碧蓉. 对糖尿病患者实施人性化护理的效果观察. 医学信息, 2010, 23(11): 4194-4195.

作者简介:

王永莉 (1987.07.03-), 女, 汉族, 甘肃省定西市渭源县, 本科学历, 主管护师, 研究方向是护理。