

# 糖尿病患者足部安全注意事项的认知调查

李雪丽

华中科技大学同济医学院附属同济医院胃肠外科

**【摘要】**目的 从调查中了解糖尿病患者对足部安全注意事项的认知调查,为医院健康教育需要加强的方面提供依据。方法 对在郑州大学第一附属医院内分泌科糖尿病患者做问卷调查,以患者一般资料、对糖尿病足的认知情况、对足部日常护理知识的了解情况、患者足部日常行为状况、鞋袜的选择五个维度进行调查分析。结果 患者对糖尿病足的认知率低,日常护理情况了解不深,日常行为实施欠佳,不能正确掌握对鞋袜选择的方法。结论 多数糖尿病患者缺乏糖尿病足相关知识,对足部的保护行为不足,不能正确的选择鞋袜,需要医护人员进行有效的干预和健康教育,提高患者的足部自我护理的意识和能力。

**【关键词】**糖尿病;足部;注意事项

随着人口老龄化、居民生活水平的提高以及生活方式的改变,我国糖尿病的发病率呈逐年上升的趋势。国际糖尿病联盟 2012 年的有关数据显示,中国糖尿病的患病率达 8.82%,糖尿病患者近 9230 万,患者人数位居世界第一<sup>[9]</sup>。近年来随着糖尿病教育的广泛开展,患者对糖尿病的认识已逐步提高,但对于糖尿病慢性并发症,特别是对糖尿病足的认识仍存在不足<sup>[2]</sup>。有些患者在发生糖尿病足后会更加注意如何控制血糖、控制感染、改善营养状况,但仍然忽略了足部护理知识,在日常生活中不能坚持每天检查自己的足部、检查鞋子里有无异物、坚持泡脚等<sup>[4][2]</sup>。糖尿病是慢性终身性疾病,随着患者的病程延长,相继出现各种慢性并发症,糖尿病足部病变是糖尿病的主要并发症,常导致足部疼痛、皮肤深溃疡、肢端坏疽和深部组织的破坏等,严重者可致残,甚至死亡<sup>[3][1][7]</sup>。有研究<sup>[12]</sup>表明糖尿病患者了解糖尿病足相关知识,并在日常生活中注意自我管理,对预防糖尿病足能起到积极作用。此次调查是为了了解糖尿病患者对足部安全注意事项的认知调查,为医院健康教育需要加强的方面提供依据。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

采用方便抽样法,选取2022年1月在我院内分泌科就治的糖尿病患者为研究对象。纳入/排除标准:①年龄 >18 岁。②符合糖尿病诊断标准。③符合④自愿参加本研究。排除标准:①合并严重并发症者。②精神病患者。

### 1.2 研究工具

采用自行设计的问卷《糖尿病患者足部安全注意事项的认知调查问卷》,该问卷是研究者参考相关文献<sup>[8][9]</sup>,并在征求指导老师意见的基础上形成的。包括以下 5 个部分(1)患者的一般资料,包括性别、年龄、家庭所在地、文化程度、确诊糖尿病时间;(2)对糖尿病足的认知情况 4 项;(3)对足部日常护理的了解情况 5 项;(4)足部日常行为状况 9 项;(5)鞋袜的选择 8 项。选项根据患者的熟知程度“非常了解”到“非常不了解”采用李克特五级评分法进行评分,问卷经过预实验调查,具有较好的信效度。

### 1.3 资料收集方法

该问卷由研究者对符合纳入标准的患者进行“一对一”问卷调查。患者知情同意后,研究者发放调查问卷并解释填写注意事项。

被试者采用不记名方式,独立填写,对文化程度低及不能自行阅读者由研究者本人询问并协助填写,时间约 15—20 分钟。填完当场回收,检查有无漏洞进行补充。并发放调查表 135 份,回收 135 份,回收率 100%。

## 1.4 资料分析方法

使用 SPSS17.0 软件进行数据统计,计数资料以率表示。

## 2 结果

### 2.1 一般资料

发放问卷 135 份,回收 135 份,回收率 100%。患者年龄 40—70 岁,男性 75 例、女性 60 例;所居住地城市 27 例、城镇 45 例、农村 63 例;确诊糖尿病时间在 1.5—10 年及以上。

### 2.2 对糖尿病足的认知情况

135 例患者听说过糖尿病足的患者有 60 例占(44.4%),对糖尿病足的早期症状认知情况差回答正确的仅有 17 例占总数的(12.6%),对导致糖尿病发生的因素了解的也不多,能坚持每年去医院进行足部检查的有 29 例(21.4%)。

### 2.3 对足部日常护理的了解情况

患者不知道什么时候去买鞋子合适 109(80.7)患者觉得什么时候买鞋子都行,而对于足部出现水泡等情况有 76(56.3)患者觉得不用找医生处理,73(54.0)的患者更不了解什么情况能引起糖尿病足。

### 2.4 足部日常行为状况

患者日常行为状况欠佳,68(50.4)的患者不能每天坚持检查自己的双脚,64(47.7)穿鞋前不能检查鞋内有无异物,58(43.0)的患者自行处理鸡眼、胼胝物等。

### 2.5 鞋袜的选择

对鞋袜的选择行为较好,但是对穿暴露鞋袜会引起糖尿病足没有了解,有 59(43.7)的患者会穿前后暴露的鞋袜,而且有 57(42.3)的患者袜子经常有毛球。

## 3 讨论

糖尿病足是继发于糖尿病周围血管病变和周围神经病变的足部感染溃疡或深部组织破坏是严重危害糖尿病患者健康的并发症严重危及患者的身心健康。且糖尿病足是糖尿病最常见的并发症已成为糖尿病患者最主要的致残致死原因。

### 3.1 糖尿病足患者对糖尿病足认识及日常护理知识相对缺乏

近年来随着糖尿病教育的广泛开展,患者对糖尿病的认识已逐步提高,但对于糖尿病慢性并发症,特别是对糖尿病足的认识仍存在不足,而糖尿病足的预防大于治疗,特别是早期预防。本次对初发糖尿病足患者调查中可以发现 55.6%患者从未听说过糖尿病足, 87.4%患者不知道早期的症状, 78.6%患者未做到每年去医院进行足部全部检查。当足部出现问题时,患者不知道如何寻找医疗帮助,而目前大部分医院没有设立专科的足病医生出诊,因此患者只能自行处理和寻求私人的修脚工帮助。Reiber 研究显示,糖尿病患者缺乏保护足的知识教育,截肢的危险性增加 3.2 倍,对已有糖尿病足危险因素存在者,良好的足部护理能使多达 80%患者不发生足部溃疡让糖尿病患者充分认识糖尿病足的危害性,对糖尿病足的预防起到至关重要的意义<sup>[2]</sup>。

### 3.2 糖尿病足患者足部护理行为状况欠佳

研究表明足部护理可以有效地预防足部并发症的发生<sup>[2]</sup>而在本次调查研究中发现糖尿病足患者的各项足部护理措施执行的情况不理想, 50.0%患者未做到每天检查自己的足部, 40.0%未做到每次洗完脚后足跟涂擦润肤霜, 42.2%不能坚持每天洗脚, 47.4%不能在穿鞋前检查鞋内有无异物等。究其原因可能与糖尿病足患者缺乏足部护理知识有关另外,他们不知道做这些行为的作用是什么,对预防糖尿病足有什么作用。而且足部自我护理行为需要长期坚持,而每天检查双脚鞋子等行为重复枯燥,并且在短期内看不到明显成效,这些因素也是足部自护行为执行较差的原因之一。医护人员应强化糖尿病患者对糖尿病足危害性的认识,明确足部护理的重要性,从而提高患者足部护理行为的依从性。而且患者在家的时间比在医院的,而身边家属对他的影响也是很大的,家属应和患者一样有相似的生活方式,建设家庭管理,将各种治疗行为与日常生活习惯有机结合,减少患者独立控制和自我管理的孤独感和枯燥感<sup>[13]</sup>,从而提高患者的自护行为。

### 3.3 加强糖尿病患者的健康宣教

糖尿病足是糖尿病中的一种常见并发症,糖尿病足采取有效预防比治疗更为重要,采用科学合理的临床护理措施不仅可有效降低糖尿病足的发生率,还可有效降低本病病症的致残率<sup>[11]</sup>。加强糖尿病足各方面的健康宣教可以提高患者自我护理能力及增强患者对足部护理重要性的认识,重视日常足部护理,对于高危人群要进行有针对性地教育指导,告知患者要定期做足部检查。每日仔细检查足部皮肤有无龟裂肿胀鸡眼硬结青紫破裂水疱和红肿等,待双脚皮肤干净每日用温水浸泡脚不超过 10min 为宜<sup>[10]</sup>。洗完脚后用柔软毛巾擦干,趾间的皮肤也要擦干,使用润肤霜擦拭足部对足部进行按摩,防止皮肤干燥皲裂,促进足部的血液循环;穿柔软宽松的羊毛或棉制短袜不要穿有粗糙里子或无垫的鞋子每日穿鞋时应仔细检查鞋内有无异物鞋垫是否平整,有危险因素存在的患者应买厚底柔软面子的鞋最适宜鞋应足够宽大头部不能太尖不要穿塑料或人造皮的拖鞋或凉鞋更不能光脚走路,修剪脚趾甲应在洗澡后进行因为洗澡后趾甲变得 softer 趾甲的修剪不要超过趾尖,不宜长久盘腿坐或交叉压腿或踝部以免影响脚部的血液循环或直接压伤皮肤。冬天气冷的时候,难免会想到取暖但要

正确取暖,不在炉边暖脚,禁用热水暖脚器热水袋电热毯等,因为这样会容易皮肤烫伤。

## 4 小结

本研究得出患者对糖尿病足认知、日常护理、日常行为及鞋袜选择了解不佳。二糖尿病是一种不可治愈的慢性病,随着现今糖尿病发病率增加,做为最常见并发症之一的糖尿病足病的发生率也随之增加,糖尿病足病的严重性和危害性也逐渐为人们所知,应对对糖尿病人群实施系统的糖尿病足基础知识足部日常护理知识,但从上四个调查表格显示目前糖尿病足健康教育宣传力度不够有关,患者对足部重视程度不够以及缺乏真正实质性的足部健康教育 糖尿病足预防要让患者认识其危害性,有良好的依从性,才能实施有效的自我护理。

## 参考文献:

- [1]吴永霞. 56 例老年糖尿病患者足部状况评估及护理 [M]. 当代护士, 2014: 40—41.
- [2]马小艳, 童奥, 王颖, 等. 初发糖尿病足患者足部护理知识及行为调查分析 [J]. 护理实践与研究, 2011, 8 (23): 147—149.
- [3]郝燕琼, 陈传绮, 郭铁成, 等. 2 型糖尿病患者并发糖尿病足的影响因素及其预防对策 [J]. 中国现代医生, 2015, 53 (2): 20—23.
- [4]王群, 吴丽华. 糖尿病足患者足部护理知识和足部自护行为状况的调查分析 [J]. 护理管理杂志, 2013, 13 (3): 179—180.
- [5]M. Baba, L. Foley, W. A. Davis, et al. Research: Educational and Psychological Issues Self-awareness of foot health status in patients with Type 2 diabetes: the Fremantle Diabetes Study Phase II [J]. Diabetic Medicine, 2014: 1440—1445.
- [6]B. M. Perrin, H. Swerissen, C. B. Payne, et al. Short Report: Complications Cognitive representations of peripheral neuropathy and self-reported foot-care behaviour of people at high risk of diabetes-related foot complications [J]. Diabetic Medicine, 2013: 102—106.
- [7]田鑫. 糖尿病足的高危因素与自护知识需求的关系 [M]. 中国煤炭工业医学杂志, 2015, 18 (11): 1831—1834.
- [8]田鑫, 东文霞. 糖尿病患者足部护理知识与行为的调查分析 [J]. 空军医学杂志, 2011, 27 (4): 200—203.
- [9]冯玉琳, 吴觉敏. 糖尿病患者足部护理知识与行为调查及影响因素分析 [J]. 上海交通大学学报 (医学版), 2013, 33 (5): 571—575.
- [10]郑雪芳. 糖尿病足危险人群的足部护理进展 [J]. 当代护士, 2014: 8—10.
- [11]邵晓梅, 李会芳. 糖尿病足高危人群的足部护理分析和足病预防分析 [J]. 护理天地, 2015: 213.
- [12]童奥, 袁群, 唐红, 等. 病程 10 年以上糖尿病患者发生糖尿病足的危险因素探讨 [J]. 护理学报, 2007, 14 (3): 13—15.
- [13]杨俊华, 赖静, 晏娟. 对 2 型糖尿病病人实施家庭管理提高自护能力的研究 [J]. 护理管理杂志, 2006, 6 (3): 3—5.
- [14]Khamseh ME, Vatankhah N, Baradaran HR. Knowledge and practice of foot care in Iranian people with type 2 diabetes [J]. International Wound journal, 2007, 4 (4): 298—302.