

PDCA 循环护理模式在 2 型糖尿病合并非酒精性脂肪性肝病患者中的临床应用

廖丹 同瑞 王红 (通讯作者)

陕西省中医医院 710000

【摘要】目的 探讨 PDCA 循环护理对 2 型糖尿病合并非酒精性脂肪肝患者的疗效, 为糖尿病合并非酒精性脂肪肝的临床治疗提供参考。方法 对 58 例 2 型糖尿病合并非酒精性脂肪肝患者实施 PDCA 循环护理, 比较 PDCA 循环护理前后空腹血糖、甘油三酯 (TG)、总胆固醇 (TC) 及高密度脂蛋白 (HDL) 水平。结果 PDCA 循环护理后空腹血糖、TG 及 TC 均明显下降, 与干预前比较差异有统计学意义 ($P < 0.05$); PDCA 循环护理后 HDL 水平上升, 与干预前比较差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。结论 PDCA 循环护理能明显改善患者的临床症状, 可有效改善治理预后, 值得临床推广应用。

【关键词】2 型糖尿病; 非酒精性脂肪肝; PDCA 循环护理模式; 临床应用

临床医学研究表明糖尿病合并非酒精性脂肪肝的发病率正逐步增加, 若得不到及时有效的治疗, 极易发展为肝衰竭甚至肝癌, 严重影响了患者的生命安全。本文主要分析 PDCA 循环护理对 2 型糖尿病合并非酒精性脂肪肝患者的疗效, 旨在为糖尿病合并非酒精性脂肪肝的临床治疗提供参考, 现总结如下。

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取我院 2021 年 2 月 ~ 2022 年 2 月收治住院、确诊为 2 型糖尿病合并非酒精性脂肪肝的患者 58 例, 均经肝脏 B 超及实验室检查确诊, 符合非酒精性脂肪肝及糖尿病防治指南诊断标准有关诊断标准。其中, 男 34 例, 女 24 例, 年龄 35 ~ 75 岁, 平均年龄 (59.8 ± 24.2) 岁; 病程 4 ~ 22 月, 平均病程 (14.1 ± 8.9) 月; 轻度非酒精性脂肪肝 20 例, 中度 38 例; 空腹血糖 $> 7.0 \text{ mmol/L}$, 餐后 2h 血糖 $> 11.0 \text{ mmol/L}$ 。排除标准[1-2]: 病毒性肝炎、药源性肝病、肝肾衰竭等。

1.2 常规护理方法

1.2.1 护理评估

患者入院后, 收集患者基本资料, 包括基础资料和生活习惯等。协助患者做好入院检查, 详细记录餐后血糖及空腹血糖水平, 以及影像学评估相关资料。对患者进行疾病相关知识宣教, 使患者了解自身疾病进展情况及基本治疗知识[1]。

1.2 心理干预

由于患者自身文化程度的差异以及对疾病相关知识的了解程度不一, 部分患者可能在发病的过程中产生一些列的不良心理情绪, 主要表现为紧张、焦虑、抑郁等。护理人员应密切关注患者的心理变化, 倾听患者的倾诉, 详细解答患者的疑虑[2], 耐心对患者进行疏导。并向患者介绍治疗成功的经验, 鼓励患者鼓起勇气积极配合治疗[3]。

1.2.3 膳食指导

2 型糖尿病合并非酒精性脂肪肝的患者多伴有不科学的饮食习惯, 必须给予必要的膳食干预指导, 以改善患者的血糖和肝功能状况[4-6]。为患者制定科学的膳食方案, 合理安排三餐。食物组成以碳水化合物和富含蛋白质及维生素类为主, 主要包括谷类食物、瘦肉、牛奶及新鲜蔬菜, 避免摄入高脂肪、高油脂及高热量的食物, 督促患者必须戒烟戒酒, 日常饮食以体重控制在标准范围内为宜[7]。

1.2.4 行为干预

对患者的日常行为进行必要的干预, 主要包括作息时间、运动指导

等。为患者制定合理的作息时间表, 鼓励患者早睡早起, 中午适度休息, 以保证夜间睡眠质量。为患者制定适度的体育运动训练表, 运动以散步及简易体操为主。帮助患者改善身体素质, 增强免疫力, 同时也可以分散患者的注意力, 促使患者以更加良好的心态配合治疗的顺利进行[8-10]。

1.2.5 健康指导

指导患者科学、合理的服用药物, 不可随意更换药物种类和调整药物使用剂量, 以免影响治疗效果。定期为患者测量血糖水平, 避免低血糖的发生。密切关注胰岛素使用后心电图机血钾的变化, 防范低血钾诱发的心律失常发生。并对水、电解质平衡进行实时监测[11]。

1.3 PDCA 护理方法

(1) 计划 (P): ①评估: 随访时专科护士找出患者存在的问题及原因, 如调查糖尿病自护行为量表、糖尿病脂肪肝问卷时, 发现患者是否有肥胖、营养过剩、高脂血症、高血糖, 且是否存在缺乏运动、喜好吃荤菜、抽烟、饮酒等生活方式问题。②确定目标: 提高健康教育效果[12]。专科护士通过健康教育, 使患者对糖尿病和脂肪肝的知识有所掌握, 糖尿病自护行为得到改善; WC、体质指数 (BMI)、糖化血红蛋白 (HbA1c)、三酰甘油 (TG)、丙氨酸氨基转移酶 (ALT)、天冬氨酸氨基转移酶 (AST) 等生化指标较干预前降低。③原因分析: 找出解决护理问题的最佳答案。如评估中发现患者肥胖, WC、BMI 均高于正常值, 与患者共同分析, 发现其对疾病知识不熟悉, 对自我管理的重要性认识不足, 如缺乏体育锻炼, 长期高脂肪、高热量食物的过多摄入等[13]。

(2) 实施 (D): ①提供《手册》, 专科护士对每例患者进行阅读指导及填写说明。②鼓励患者参与自我管理, 从 T2DM 合并 NAFLD 危害性着手, 强调合理膳食、适当运动、慎用损害肝功能药物、禁酒等知识的重要性, 通过与患者互动, 完善《手册》相关内容。

(3) 检查 (C): ①每次随访检查患者对健康教育内容的执行情况, 查阅患者 WC、BMI、HbA1c、TG、ALT、AST 等生化指标是否改善。②查阅患者《手册》中自我监测日记的填写情况, 以及患者在家期间有无低血糖发生; 有无忘记服药; 三餐搭配是否合理; 血糖自我监测频率是否符合要求等[14]。

(4) 处理 (A): 随访中检查自护行为变化及各项监测指标的同时, 需要灵活运用激励原则, 对患者执行较好的行为给予言语鼓励, 增强患者参与的主动性。对执行不好的行为, 耐心与患者共同分析现存的问题, 共同制订自我护理目标及具体措施, 让其主动掌握并实施[15]。如发现肥胖患者自控力差, 难以坚持每周 3 次以上的运动锻炼, 采用鼓励、细分目

标方式引导, 首先告知患者脂肪肝可以治愈, 但需坚持运动; 其次, 与患者共同制订需配合完成的运动疗法及希望执行后达到的目标, 作为下一循环干预的重点^[6]。

1.3 观察指标

记录 PDCA 循环护理前及 PDCA 循环护理后 1 个月时的空腹血糖、甘油三酯 (TG)、总胆固醇 (TC) 及高密度脂蛋白 (HDL) 水平。

1.4 统计分析

表 1 PDCA 循环护理前后疗效比较 (n, $\bar{x} \pm s$)

时间	例数	空腹血糖 (mmol/L)	TG (mmol/L)	TC (mmol/L)	HDL (mmol/L)
干预前	58	16.35 ± 3.12	3.24 ± 1.12	6.41 ± 1.45	1.12 ± 0.56
干预后	58	6.75 ± 0.05	1.38 ± 1.02	5.18 ± 1.53	1.85 ± 0.62

3 讨论

非酒精性脂肪肝为临床常见疾病, 其主要表现为肝脂肪变性、肝窦周围胶原沉积等特点。合并 2 型糖尿病的非酒精性脂肪肝为较为严重的进行性肝纤维化疾病^[7]。临床医学研究表明, 原发性非酒精性脂肪肝的诱发因素之一即为 2 型糖尿病的胰岛素抵抗, 其也是非酒精性脂肪肝的主要诱发因素, 必须高度重视并接受正规、科学的治疗和 PDCA 循环护理, 以改善预后。相关研究表明: PDCA 循环引导的全程运动干预模式对生活质量的影响, 通过 PDCA 循环引导的全程运动干预 6 个月后, 观察组生活质量总分、心理、生理、社会关系得分均高于对照组 (P<0.05), 这与茅清等的研究结果基本一致^[8]。可能的原因是 PDCA 循环引导的全程运动干预模式要求病人在整个干预过程中, 积极参与到方案制定中, 研究人员通过不断进行评估, 找出问题、研究解决方案、评价病人, 对病人的各项状况都了解透彻, 病人对医护人员、运动教练也更加信任, 研究人员和病人的关系更加密切, 所以病人心理、生理、社会关系方面的改善优于对照组^[9]。提示 PDCA 循环引导的全程运动干预模式是一个计划严谨、工作有序, 环环相扣、不断改进的工作模式, 是病人离开医院回归家庭后健康生活方式的延续, 有利于提高病人的生活质量^[20]。

本文中, 针对患者疾病的特殊性, 首先对患者的基础资料进行收集、归纳, 为后续治疗和护理的顺利开展奠定了良好的基础。同时, 为获取更好的治疗效果, 必须对征得患者的积极配合, 因此我院对于该类患者均进行较为详尽的疾病相关知识宣教, 旨在使患者尽快配合治疗。不合理的饮食习惯为改变的主要诱发因素之一, 因此本文中着重对患者进行了必要的膳食干预和行为指导, 使患者在预定的、科学的治疗方案中接受治疗。PDCA 循环护理为临床治疗的重要组成部分, 其对疾病的预后起着十分重要的作用。本文中, 经科学、严谨的 PDCA 循环护理后, 患者的血糖水平明显降低, 非酒精性脂肪肝的生化指标得到明显的改善, 取得了较好的治疗效果, 值得临床推广应用^[21]。

参考文献:

[1]刘敏, 何蕾, 潘爱红, 王璐.基于互联网的延续护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用[J].中国护理管理, 2021, 21 (11): 1655-1659.
 [2]刘燕, 王丽双, 陈显成.人性化护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用价值研究[J].中国医药指南, 2021, 19 (12): 214-215.DOI: 10.15912/j.cnki.gocm.2021.12.101.
 [3]刘雪, 汤先华.PDCA 循环护理干预在 2 型糖尿病伴胃食管反流患者中的应用[J].解放军预防医学杂志, 2020, 38 (12): 57-59+64.DOI: 10.13704/j.cnki.jyyx.2020.12.021.
 [4]夏经菊, 王海丽.延续性护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用效果[J].中国当代医药, 2020, 27 (36): 226-228.
 [5]胡婷婷. 基于微信小程序的延续护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用研究[D].南昌大学, 2020.DOI: 10.27232/d.cnki.gnchu.2020.003768.

采用 SPSS27.0 软件对数据进行分析处理。计数资料采用以 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 采用 t 检验, 设定检验水准为 $\alpha = 0.05$, 以 P<0.05 表示差异有统计学意义。

2 结果

见表 1, PDCA 循环护理后空腹血糖、TG 及 TC 均明显下降, 与干预前比较差异有统计学意义 (P<0.05); PDCA 循环护理后 HDL 水平上升, 与干预前比较差异有统计学意义 (P<0.05)。

[6]陈瑞. MDT 护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用效果分析[D].延边大学, 2020.DOI: 10.27439/d.cnki.gybd.2020.000971.
 [7]黄薇, 杨召娣, 杨俊霞.个性化护理模式在 2 型糖尿病护理管理中的应用效果分析[J].实用妇科内分泌电子杂志, 2020, 7 (15): 102+106. DOI: 10.16484/j.cnki.issn2095-8803.2020.15.064.
 [8]李小红, 刘敏.PDCA 循环护理干预在 2 型糖尿病患者中的研究[J].中国继续医学教育, 2020, 12 (09): 193-195.
 [9]祁克.PDCA 循环结合项目管理在 2 型糖尿病合并压力性溃疡患者中的应用效果分析[J].医学食疗与健康, 2019 (18): 139-140.
 [10]张小丽.个性化护理模式在 2 型糖尿病护理管理中的应用效果[J].实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (41): 179+183.
 [11]施慧.延续性护理模式在 2 型糖尿病患者健康教育中的应用分析[J].实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (38): 188+191.
 [12]王文娟, 李鹃, 郭珍.微信延续性护理模式在 2 型糖尿病患者中的效果观察及护理满意度影响分析[J].糖尿病新世界, 2019, 22 (16): 81-82. DOI: 10.16658/j.cnki.1672-4062.2019.16.081.
 [13]朱小冰.医护合作型分级护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用效果[J].临床医药文献电子杂志, 2019, 6 (57): 133. DOI: 10.16281/j.cnki.jocml.2019.57.101.
 [14]赖晓燕, 郑定容, 王春鹏, 刘纯, 薛丽霞.动态血糖监测系统联合品管圈护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用[J].医疗装备, 2019, 32 (12): 158-159.
 [15]叶春娟.医院-社区-家庭延续护理模式在 2 型糖尿病患者的应用[J].临床医药文献电子杂志, 2019, 6 (48): 86. DOI: 10.16281/j.cnki.jocml.2019.48.071.
 [16]柯利, 谢红梅, 崔幸朝.协同护理模式在 2 型糖尿病下肢动脉硬化闭塞症中的应用效果研究[J].心理月刊, 2019, 14 (09): 54. DOI: 10.19738/j.cnki.psy.2019.09.041.
 [17]王伟红.健康教育护理模式在 2 型糖尿病患者康复中的应用效果[J].世界最新医学信息文摘, 2019, 19 (38): 258+262. DOI: 10.19613/j.cnki.1671-3141.2019.38.182.
 [18]周萍.探讨 PDCA 循环护理模式在 2 型糖尿病病人中的应用效果[J].实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (19): 159+164.
 [19]邱锦娟, 苏若琼, 莫维英.三位一体新型居家护理模式在 2 型糖尿病患者血糖持续控制中的应用[J].中国实用护理杂志, 2019 (03): 176-181.
 [20]张书雅.PDCA 循环护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用分析[J].中国医药指南, 2018, 16 (33): 247-248. DOI: 10.15912/j.cnki.gocm.2018.33.207.
 [21]吴春玲, 孙宁.PDCA 循环护理模式在 2 型糖尿病病人中的应用[J].护理研究, 2017, 31 (17): 2162-2164.