

动机性访谈对社区糖尿病患者的自我管理价值

严 丽 李秋妍 黄仟仟

梧州市工人医院 广西 梧州 543000

摘要: 目的: 实验将针对本社区卫生服务中心登记在册的糖尿病患者运用动机性访谈护理干预模式, 除了对血糖水平的控制外, 要加强患者的自我管理意识和能力, 从生活中更好地规避引起高血糖的危险因素, 提升生活质量。**方法:** 研究筛选出2021年1月至2021年12月一共150例在本社区卫生服务中心登记在册并进行治疗的糖尿病患者为对象, 以平行对照法为原则分组。对照组患者实行常规慢性病管理模式, 观察组则采用动机性访谈护理干预模式对患者进行管理, 对比治疗效果。**结果:** 从数据可见, 观察组患者的血糖水平控制效果好, 在关键血糖指标的测量中, 如空腹血糖、糖化血红蛋白指标上得分低于对照组, 对比具有统计学意义($P < 0.05$)。与此同时, 在糖尿病患者自我管理力量表上, SDSCA反馈结果以观察组得分更高, 差异具有统计学意义。此外, 在血糖控制期间, 患者的不良反应发生率较低, 存在一定差异, 但两组均未见严重不良事件。**结论:** 采用动机性访谈护理干预模式对于社区糖尿病患者的康复治疗效果显著, 可在较长一段时间内稳定患者的血糖水平, 提升患者的自我管理意识, 我们应当继续坚持这一策略, 在继承借鉴中发展。

关键词: 动机性访谈护理干预模式; 糖尿病; 自我管理; 血糖控制

The Self-management Value of Motivational Interviewing for Community Diabetes Patients

Li Yan Qiuyan Li Qianqian Huang

Wuzhou Workers' Hospital Guangxi Wuzhou 543000

Abstract: Objective: The experiment will apply the motivational interview nursing intervention mode for the registered diabetic patients in the community health service center. In addition to the control of blood glucose level, the self-management consciousness and ability of patients should be strengthened, so as to better avoid the risk factors causing hyperglycemia in life and improve the quality of life. Methods: FROM January 2021 to December 2021, a total of 150 patients with diabetes who were registered and treated in our community health service center were selected as subjects, and they were grouped according to the principle of parallel control method. Patients in the control group were managed by conventional chronic disease management mode, while patients in the observation group were managed by motivational interview nursing intervention mode, and the therapeutic effects were compared. Results: It can be seen from the data that the blood glucose level in the observation group was well controlled, and the scores of key blood glucose indicators, such as fasting blood glucose and hba1c, were lower than those in the control group, with statistical significance ($P < 0.05$). At the same time, on the self-management ability scale of diabetic patients, SDSCA feedback results to the observation group scored higher, the difference was statistically significant. In addition, the incidence of adverse reactions in patients was low during glycemic control, with some differences, but no serious adverse events were observed in both groups. Conclusion: The motivational interview nursing intervention model has a significant effect on the rehabilitation of community diabetes patients, which can stabilize the blood glucose level of patients in a long period of time and improve the self-management consciousness of patients. We should continue to adhere to this strategy and develop in inheritance and reference.

Keywords: Motivational interview nursing intervention model; Diabetes; Self-management; Blood glucose control

在我国糖尿病发生率高, 且从20世纪90年代中期则以被动式的教学来开展糖尿病患者的自我管理, 但效果不佳。动机性访谈护理关系模式, 也是当下现代护理学发展的一个新方向, 指的是能够以患者需求为中心, 帮助患者解决关于疾病的困惑, 并注重改善行为, 具有指导性作用^[1]。在护理人员的干预下能够激发患者的自我管理能力和同时目前在动机性访谈的推广上并未完全展开, 我们需要结合患者的疾病情况, 护理路线等, 积极与患者交流, 不断总结临床护理经

验, 致力于帮助患者纠正错误的生活习惯, 建立良好的情绪状态, 积极地配合治疗。鉴于此, 研究筛选出2021年1月至2021年12月一共150例在本社区卫生服务中心登记在册并进行治疗的糖尿病患者为对象, 以平行对照法为原则分组。结果汇报如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究筛选出2021年1月至2021年12月一共150例在

本社区卫生服务中心登记在册并进行治疗的糖尿病患者为对象，都于2021年1月至2021年12月于社区开展治疗，以平行对照法为原则分组。对照组年龄区间47岁~76岁，中间值(52.17±5.01)岁，男女例数各计18例与12例，病程1~10年，中间值(5.02±0.65)年。观察组年龄区间46岁~77岁，中间值(52.51±5.17)岁，男女例数各计18例与12例，病程1~9年，中间值(4.95±0.59)年。客观比较上述每组资料，达到研究标准， $P>0.05$ ，无统计学意义。

对社区糖尿病的患者群体，首在与患者的沟通过程中，针对具体涉及到疾病管理的重要性、疾病治疗方法、方案的优势以及可能出现的问题。通过对以上四个方面的说明与患者保持良好沟通，并且进行书面文件的签署，确保患者对接下来的治疗、护理措施具有知情权。

1.2 实验方法

对照组患者实行常规护理模式，首先要结合糖尿病教育的相关内容，针对疾病的产生原因，预防管理，胰岛素的使用以及必要的饮食运动指导进行说明，通过集中讲座的形式促使患者对疾病有一个新的认知。同时对于活动不变的患者可以进行床旁讲解或者与家属进行相关内容的告知，对于有情绪问题严重的患者给予必要的心理干预，同时发挥社区治疗的优势，进行定期的电话随访了解患者的血糖情况，定期建议患者进行复查。

观察组落实动机性访谈护理干预模式，首先要对所有参与的护理人员进行全面培训，帮助其具有良好的沟通交流能力，并且能够对心理学方面的知识具有一定了解，能够充分地利用访谈技巧在培训中可以结合临床案例、小组讨论以及角色扮演来促使个人能力的提升。随后正式开展护理干预，需要通过家庭访视、电话访谈等方式来开展，在家庭访视的时间上主要在40分钟左右，电话访谈则在20分钟。在动机性访谈的内容上，主要结合患者对用药的遗忘程度，是否有不良的生活习惯和饮食习惯，以此进行纠正，并与患者的配合程度、血糖控制效果来决定探访的频率。在护理期间，若患者有其他需求，则可与护理人员进行直接联系。在访谈上其属于一项长期的连续性地工作，可分为两个阶段，第一阶段则是对患者自我行为管理能力不足的干预，第二阶段则是帮助患者调整生活饮食计划^[2]。

在第1阶段，患者并未形成自我管理意识，在访谈中需

要与其进行良好的互动，同时了解患者的工作方式，生活习惯以及个人喜好，并讲解个人习惯的改变与血糖控制之间的关联性，帮助患者建立正确认知，同时对患者提出的疑问进行共同讨论制定解决策略，对于患者不愿意进行改变的情况需要反复进行干预。第2阶段也十分重要，要在建立良好护患关系的基础上，鼓励患者控制血糖，对常用的方式进行介绍，同时还要注意对低血糖以及糖尿病并发症的讲解。同时可以通过查阅相关资料制定患者的行为改变目标，针对方案的落实可与患者进行沟通，对于有困难的地方进行原因了解。同时对于付出努力的患者，一定要给予肯定和表扬。此外可鼓励患者分享在控制期间遇到了哪些问题，以及通过自己的方式克服了哪些困难？最后可以家属建立联系，督促患者更好地落实行为改变计划，防止出现行为反弹。

1.3 评价标准

本次实验需要患者血糖指标的测定，涉及空腹血糖、餐后血糖以及糖化血红蛋白。

同时需要评估患者自我管理能力，结合sdsca量表。其主要设置的内容包括血糖监测，日常饮食，日常锻炼、科学用药等。采用5级评分制，分数在0~100分之间以得分高者视为自我管理能力强。

最后，对患者自我管理期间并发症发生率进行调研，如胃肠道反应、心血管反应、低血糖反应。

1.4 统计方法

用EXCEL 2007 for windows建立数据库，患者的信息确认无误后，所有数据导入SPSS22.0 for windows做统计描述以及统计分析。计数单位采用%进行表示，计量数据采用($\bar{x}\pm s$)来进行表示。

2 结果

就数据中看，观察组患者的血糖水平控制效果好，在关键血糖指标的测量中，如空腹血糖、餐后2小时血糖，糖化血红蛋白指标上为(5.7±0.5) mmHg、(7.6±0.6) mmHg和(7.8±1.3) %，对照组对应为(6.3±0.9) mmHg、(8.3±1.9) mmHg和(8.2±1.1) %，即对比具有统计学意义($P<0.05$)。

与此同时，在糖尿病患者自我管理力量表上，SDSCA反馈结果以观察组得分更高，差异具有统计学意义($P<0.05$)。如表1所示。

表1 两组患者自我管理力量表对比分析($\bar{x}\pm s$, 分)

组别	血糖监测		日常饮食		运动锻炼	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组(N=75)	62.17±20.12	68.52±24.63	84.15±20.38	89.67±16.84	62.54±21.78	74.95±18.78
观察组(N=75)	62.76±22.22	76.36±21.20	85.63±21.16	93.65±27.30	61.66±22.52	80.16±28.46

T	0.635	12.635	0.645	10.346	0.968	11.514
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

续表:

组别	合理用药		高低血糖防治		足部护理	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组(N=75)	82.56±15.63	91.52±4.63	70.54±20.15	84.16±5.79	69.55±20.14	75.44±15.98
观察组(N=75)	82.58±14.96	95.57±4.15	70.59±20.14	90.55±4.67	70.46±18.75	81.64±14.77
T	0.675	4.135	0.769	10.778	0.698	8.497
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

此外,在血糖控制期间,观察组患者的不良反应发生率较低,为6.7%(5/75),对照组为14.7%(11/75),存在一定差异,但两组均未见严重不良事件。

3 讨论

糖尿病在我国具有较高的发生率,且只要具有流行趋势,应当引起高度重视,在糖尿病中主要为2型糖尿病且属于慢性终身性疾病,在治疗上尚无特效药,但可以通过用药和改善日常生活习惯来控制血糖水平^[3]。疾病的治疗不仅仅需要医护人员进行病情管理,也需要患者能够坚持自我管理,在长期的调研中,我们得知患者虽然知道一些血糖控制的方式,但是障碍重重,无法付诸实现。这就需要发挥社区医护人员的工作引导,帮助更多的糖尿病患者来改善自身生活习惯,加强血糖控制以及糖尿病并发症的预防管理。

相关报道指出,通过动机性访谈干预措施,能够加强对患者的行为管理由于糖尿病属于终身性疾病,患者在长期的生活中逐步会降低对饮食运动的要求,且有很多年纪大的患者对糖尿病的了解仍然不足,在自我管理上十分松懈^[4]。这就有可能提高糖尿病并发症的发生率,同时也不利于血糖水平的稳定。通过动机性访谈,能够针对患者的意愿进行记录,同时为其制定符合自身生活习惯的干预措施^[5]。在传统糖尿病的健康教育中,更多的是知识的输出,而患者所面对的困难仍然未得到解决,这就导致缺乏内在动力,无法落实健康教育中所提到的内容和方法。而在动机性访谈下能够对患者进行心理疏导,并通过持续的家庭访谈定期的学习,以及病友之间的相互交流,增强了患者的行为动机,从而实现稳定

血糖的目标^[6]。

从调研的资料中看,动机访谈更一模式是以患者为中心的咨询模式,以改变患者的行为为目标,而着眼于患者的动机分析,在健康教育过程中要挖掘患者的行为改变矛盾点^[7]。该护理方案能够应用于多项慢性疾病的管理,也成为行为改变的主要策略。在主要的步骤上可归纳为以下几点,第一则是鼓励患者表达关于疾病的各种想法。第二则是梳理患者所提出的问题,并帮助其认识到自身的问题。第三则是引导患者针对问题进行有效的改进,包括如何进行自我管理的思路建立。第四则是选定改进的方案,设定具体的目标和具体的措施。第5步则是评估计划的落实情况以及血糖的达标情况,鼓励患者进行自我评价和改进^[8-9]。此外,还有学者提出发展性的行动策略,以及对目标进行量化,也是患者自我改变的重要方式,不仅能够提升自我效能,还能够建立治疗信心,对疾病也有更全面地认识,对护理人员的工作也有充分的理解^[10]。

本研究结果显示,观察组患者不仅血糖水平控制得好,在并发症的预防上也有所控制。而这些都得益于具有较好的自我管理,从血糖监测,日常饮食,日常锻炼等多个方面加强了约束。

综上所述,采用动机性访谈护理干预模式对于社区糖尿病患者的康复治疗效果显著,可在较长一段时间内稳定患者的血糖水平,提升患者的自我管理意识,我们应当继续坚持这一策略,在继承借鉴中发展。

参考文献:

- [1] 金学勤.个案管理优势模式(SMCM)对提高社区糖尿病患者自我管理效能的实证研究[D].南京中医药大学,2016.
- [2] 岳梦琳.动机性访谈对老年高血压患者服药依从性及自我效能的影响[D].新乡医学院,2016.
- [3] 张敏.基于ITHBC理论的健康教育在中年2型糖尿病患者自我管理中的应用研究[D].天津中医药大学,2020.
- [4] 钱俊英.动机性访谈在长期血糖控制不佳的2型糖尿病患者中的应用[D].山东大学,2014.

- [5] 顾凤娇.养老机构老年糖尿病患者健康管理方案的构建与应用研究[D].遵义医科大学,2019.
- [6] 荆璇.基于IKAP模式的护理干预在COPD患者自我管理中的应用研究[D].山西医科大学,2021.
- [7] 金学勤,徐桂华.社区糖尿病患者自我管理干预模式的研究进展[J].实用临床医药杂志,2015,19(18):196-199.
- [8] 徐婕,洪都,戴丽学,沈华英,章丽英,倪林.2型糖尿病患者社区个案管理模式的效果研究[J].中国现代医生,2015,53(25):132-136.
- [9] 张洪焕.日常行为干预模式在糖尿病患者护理中的应用分析[J].中国继续医学教育,2016,8(10):228-229.
- [10] Chen S M,Creedy D. Lin H S,et al. Effects of motivational in terviewing intervention on self-anagement, psychologic'al and glycemical outcomes in type 2 diabetes: a randomized con- trolled trial[J]. Inl J Nurs Stud,2012,49(6) : 637.