

# 综合护理干预对内分泌失调型肥胖患者减肥效果的影响

秦慧芝 乔峥颖\*

上海市浦东医院 上海 201399

**【摘要】：**目的：探析基于传统药物治疗的基础上，对内分泌失调型肥胖患者实施综合护理干预，以提升患者的减肥效果。方法：在我院收治的内分泌失调型肥胖患者中随机抽查 118 例，进行分组，分为对照组与干预组。两组皆实施一般药物治疗，在此基础上对对照组开展常规护理，而对干预组则进行综合护理干预，观察两个小组的临床数据情况。结果：对照组患者减肥效果明显低于干预组减肥效果，P 值小于 0.05，差异有统计学意义。同时，实施不同的护理干预服务后，综合护理干预组的患者对健康知识所知道的情况要明显比对照组患者多，差异有统计学意义；实施综合护理干预组的患者满意度也明显高于对照组。结论：临床数据表明，对内分泌失调型肥胖患者实施综合护理干预，其效果明显，患者掌握的健康知识较多，且对实施综合护理干预服务的满意度也很高，可在临床大力推广。

**【关键词】：**药物治疗；内分泌失调型肥胖；综合护理干预；效果明显

## Effect of comprehensive nursing intervention on weight loss in obese patients with endocrine disorders

Huizhi Qin, Zhenying Qiao\*

Shanghai Pudong Hospital Shanghai 201399

**Abstract:** Objective: To explore the implementation of comprehensive nursing intervention for obesity patients with endocrine disorders on the basis of traditional drug management, in order to improve the effect of weight loss. Methods: 118 cases of obesity patients with endocrine disorder in our hospital were randomly checked and divided into control group and intervention group. Both groups were given general drug therapy, on the basis of which the control group was given routine nursing, while the intervention group was given comprehensive nursing intervention, and the clinical data of the two groups were observed. Results: The weight loss effect of control group was significantly lower than that of intervention group, P value less than 0.05, the difference was statistically significant. At the same time, after the implementation of different nursing intervention services, patients in the comprehensive nursing intervention group knew more about health knowledge than patients in the control group, the difference was statistically significant; The patient satisfaction of the comprehensive nursing intervention group was also significantly higher than that of the control group. Conclusion: The clinical data show that the implementation of comprehensive nursing intervention for obesity patients with endocrine disorders, the effect is obvious, patients master more health knowledge, and the implementation of comprehensive nursing intervention services is also very high satisfaction, can be promoted in clinical.

**Keywords:** Drug control; Endocrine disorder obesity; Comprehensive nursing intervention; Obvious effect

### 引言

随着我国社会经济的快速发展，人们的生活质量越来越高，人民的幸福指数也越来越高，饮食种类也越来越丰富，饮食结构和饮食习惯也在不断改变，导致我国的肥胖人数越来越多。而国内外相关调查研究证明：人们越肥胖，其隐藏的健康状况则越不好，会带来各种健康隐患及风险，其中会带来各种各样的疾病，如高血压、糖尿病及内分泌失调等所带来的肥胖等病症，有的隐藏性疾病如果不及时得到有效治疗，甚至会危害患者的生命健康。

现阶段，我国的肥胖人数呈上升趋势，超过了 2 亿人次。而之所以会出现这么多的肥胖症人群，这与人们的心理状况、饮食习惯、生活习惯及运动习惯等均有着密不可分的关系，大量的不良习惯导致人们的身体机能出现了失衡。如果只是依靠

药物治疗内分泌失调肥胖症，其临床效果并不佳。为了对肥胖症患者的减肥疗效进行临床研究，本院据此进行了综合护理干预试验，相关方面报告如下：

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

本院自 2019 年 4 月至 2021 年 12 月收治的内分泌失调型肥胖患者有 500 余名，我们随机抽取了其中较典型的 118 例来进行观察。这类抽取的患者其症状符合国家相关规定，其临床诊断依据也是相符合的，并且这部分患者皆通过临床检查及实验室激素检查确诊为内分泌失调型肥胖症。这些肥胖症患者经过问询，在日常生活中皆存在不良的饮食习惯、不良的运动习惯、不良的睡眠习惯等，这些不良的生活习惯时间长了就导致患者身体机能发生紊乱现象，最后因内分泌失调导致身体肥

胖。所抽取的患者将其他病因导致的肥胖症患者及妊娠哺乳期妇女排除在外。

同时对所抽取的这类患者进行平均分组, 每均人数均为 59 例。

干预组患者相关数据: 抽取的男患者为 30 例, 女患者为 29 例, 年龄区间为 19-51 岁, 平均年龄区间为  $(38.56 \pm 6.23)$  岁; BMI  $(28.41 \sim 44.84) \text{ kg/m}^2$ , 平均  $(34.26 \pm 2.57) \text{ kg/m}^2$ ,  $(34.26 \pm 2.57) \text{ kg/m}^2$ ; 初中以下学历 12 例, 高中或中专学历 28 例, 大专及以上学历 19 例; 其中肥胖症较轻患者 13 例, 中度肥胖症患者 38 例, 重度肥胖症患者 8 例。

对照组患者相关数据: 男患者 32 例, 女患者 27 例, 年龄区间为 20~54 岁, 平均年龄区间为  $(38.21 \pm 6.23)$  岁; BMI  $(28.32 \sim 44.90) \text{ kg/m}^2$ , 平均区间为  $(34.33 \pm 2.51) \text{ kg/m}^2$ ; 其中初中以下学历有 10 例, 高中或中专学历 34 例, 大专及以上学历 15 例; 轻度肥胖症患者 14 例, 中度肥胖症患者 36 例, 重度肥胖症患者有 9 例。

对上述临床资料及数据进行认真对比, P 值均小于 0.05, 具有临床对比意义。

## 1.2 综合护理干预方法:

(1) 实施心理护理。患者入院后, 护理人员要详细询问患者日常生活习惯及情感波动等实际状况, 可为患者制定合理的心理健康疏收方案。管床护士可与患者进行详细地询问, 加强心灵的交流与沟通, 深入了解患者近段时间的情感状况与内心想法, 及时疏导患者的负性心理因子, 日常护理过程中多安慰与鼓励患者, 可拿治愈成功的典型患者实例来进行实证, 让患者心中的焦虑、抑郁等不良情绪及时得到缓解及消散, 让患者树立阳光积极的治疗心态, 能配合医护人员进行治疗及护理, 相信在医护人员的帮助下, 减肥效果一定会很好。通过有效的心理疏导, 让患者提升治疗依从性。患者之所以会产生许多不良的负面情绪, 有时候与周围人及家人的嘲笑及打击有很大关系, 因此, 护理人员还要多与患者家属进行沟通, 作好患者家属的指导, 引导患者家属对患者多进行情感关心与心理疏导, 让患者家属在日常生活中多给予患者爱与关心, 让患者的治理信心更高, 促进护理效果的提升。

(2) 健康教育。护理人员在患者住入护理部后, 可先向患者进行健康知识宣教, 向患者讲述内分泌失调型肥胖症患者日常护理方面及生活方面的相关知识, 让患者知道肥胖症产生的原因。再向患者强调其日常饮食习惯、运动习惯、情感情绪等方面的因素, 督促患者调整饮食结构, 严控高糖食物, 最好戒掉爱吃甜食的习惯, 少进食油炸类食物, 可食用蛋白质高的鱼肉、瘦肉、豆制品、蔬菜、水果等, 养成健康的膳食习惯。同时还可根据患者的兴趣爱好引导患者合理制定运动计划, 在运动时间及运动量上进行指导, 同时这个运动过程要循序渐进。

除此以外, 还要求患者按时作息, 不熬夜影响睡眠, 保持足够的睡眠时间, 让患者形成良好的饮食习惯、运动习惯、睡眠习惯及阳光的心态等, 积极配合医护治疗, 促进治疗及护理效果的提升。

(3) 沟通、鼓励与支持护理干预措施。内分泌失调型肥胖症患者在日常生活中, 其心理大多很敏感, 情感脆弱, 性格急躁、易怒, 情绪变化很快, 往往喜欢封闭自己的心理, 不太容易沟通, 外人无法走近其内心深入。基于这种情况, 护理人员在与其进行交流与沟通的过程中, 一定要掌握语言的艺术, 注重沟通的礼仪, 以更专业、更优雅、更亲切、更自由平等的形象展示在患者面前, 让患者产生不由自主想亲近、想倾诉的欲望, 进一步拉近与患者之间的距离, 不断地给予患者以关爱与呵护, 让患者乐于讲述, 同时, 护理人员要对患者的倾诉保持专心聆听的状态, 并站在患者的视角去考虑问题, 并不时给予肯定与鼓励, 支持患者的某些想法, 让患者体会到如春风般的温暖与爱的阳光, 放下心理包袱, 能配合治疗与护理。

(4) 要做好进行随访。患者在要出院前, 相关护理人员要做好患者各方面信息的登记工作, 将地址及详细联系方式等要做好记录, 以为后续的随访做准备。在患者出院后的随访工作中, 相关人员还要对患者出院后的饮食改善、运动情况、服药情况、睡眠情况、情感状态等进行详细询问, 再根据这些实际状况予以指导, 同时对其后续的饮食、运动、用药等情况适当予以调整, 进一步促进患者身体的康复。

## 1.3 观察指标

(1) 减肥效果。根据国家出台的肥胖症患者预防及控制的有关规定来予以测定。明显疗效: 体重下降程度要大于 5 公斤, BIM 值在  $(18.5 \sim 23.9) \text{ kg/m}^2$  之间; 有效果: 患者体重下降约 2 至 5 公斤, BMI 值在  $(24.0 \sim 27.9) \text{ kg/m}^2$  之间; 没有效果: 患者体重下降不到 2 公斤, BIM 值大于  $27.9 \text{ kg/m}^2$ 。

(2) 健康知识掌握度。在实施综合护理干预前与干预后, 皆可根据医院自行设计的《健康知识评价表》来进行调查测评。内容涉及影响因素、治疗方法及护理干预等方面。一百分制, 患者得分越高, 则表明其掌握健康知识越好。

(3) 护理干预满意度。医院制定《护理满意度调查问卷》, 让患者进行填写, 内容涉及护理服务技术、服务态度、护理方式等, 100 分制, 90 分-100 分为非常满意; 60-89 分为基本满意; 0-60 分则为不满意。

## 1.4 统计学处理

采用 SPSS19.0 统计学软件进行数据分析, 计量资料以  $\bar{x} \pm s$  表示, 比较采用 t 检验; 计数资料以 % 表示, 比较采用  $\chi^2$  检验; 等级资料比较采用秩和检验。P < 0.05, 差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对照组与干预组患者减肥后的效果比较

对照组与干预组患者减肥后的效果进行对比,前者为76.27%,后者为96.61%,后者数值明显高于前者, $P$ 值小于0.01,有统计学意义。同时,秩和检查的结果也表明,后者的效果远胜于前者, ( $u=3.552, P=0.000$ )。见表1。

表1 两组患者减肥效果比较 [n (%)]

| 组别       | n  | 显效         | 有效         | 无效         | 总有效         |
|----------|----|------------|------------|------------|-------------|
| 干预组      | 59 | 30 (50.85) | 27 (45.76) | 2 (3.39)   | 57 (96.61%) |
| 对照组      | 59 | 15 (25.42) | 30 (50.85) | 14 (23.73) | 45 (76.27%) |
| $\chi^2$ |    |            |            |            | 10.412      |
| P        |    |            |            |            | 0.001       |

### 2.2 健康知识掌握情况比较

在干预前,两组的效果进行对比, $P$ 值大于0.05,差异无统计学意义。在实施综合护理干预后,两组对比,干预组明显优于对照组, $P$ 值小于0.05,差异有统计学意义,如表2所示。

表2 干预前后两组患者健康知识掌握情况比较 (n,  $\bar{X} \pm s$ )

| 组别  | n  | 干预前              | 干预后               |
|-----|----|------------------|-------------------|
| 干预组 | 59 | 36.41 $\pm$ 2.19 | 82.36 $\pm$ 2.54* |
| 对照组 | 59 | 36.38 $\pm$ 1.21 | 75.98 $\pm$ 1.35* |
| t   |    | 0.092            | 17.037            |
| P   |    | >0.05            | <0.05             |

注:与干预前比较,\* $P<0.05$ 。

### 2.3 护理干预服务的满意度比较

干预组患者的满意度高达98.13%,要明显高于常规护理的对照组满意度值77.97%, $P$ 值小于0.05,有统计学意义。同时,秩和检验结果也显示干预组的患者满意度更高 ( $u=3.534, P=0.000$ ),如表3所示。

表3 两组患者对护理干预服务的满意度比较[n (%)]

| 组别       | n  | 非常满意       | 基本满意       | 不满意        | 合计满意        |
|----------|----|------------|------------|------------|-------------|
| 干预组      | 59 | 32 (54.27) | 26 (44.07) | 1 (1.69)   | 58 (98.31%) |
| 对照组      | 59 | 17 (28.81) | 29 (49.15) | 13 (22.03) | 46 (77.97%) |
| $\chi^2$ |    |            |            |            | 11.670      |
| P        |    |            |            |            | 0.001       |

## 3 讨论

内分泌失调型肥胖症患者往往会出现大量堆积现象,体重

要急剧增加的病理现象,这是由于各种影响因素导致患者机会出现失常现象的慢性代谢性疾病。患者若出现这种状况,对其身体健康会产生很不利的影响,这种状况如不及时得到治疗,还会出现高血压、高血脂、糖尿病等疾病,严重者甚至会影响到器官的下去运转,出现器官衰竭状况,会危及患者的生命。

当前,我国的经济的发展很快,很大程度上也促进了人民生活质量,人民的幸福指数也越来越高,这种现象也带来了很多的肥胖人群。我国的肥胖人群呈现几何数字增长,这已成为一种公共卫生问题。肥胖是一种世界流行病,与非肥胖者相比,肥胖患者得冠心病、高血压、糖尿病等慢性疾病的机率会更高。

对于人类来说,内分泌系统是相当重要的。其是确保人体各项生理机能和代谢正常运转的重要组成部分。如果一个人身体机能得到损害,出现激素分泌异常现象,导致体内内分泌失调,则人体的各项机能皆会受到很大影响。之所以会出现这些现象,也是与患者本身的生活、饮食习惯与心理状况有着息息相关的紧密联系。

临床治疗一般应用药物治疗,但其干预效果并不佳,若能再辅助以综合护理干预,则可以大大提高患者的减肥效果,也可以很大程度上降低肥胖治疗的并发症发生率。在对患者实施综合护理干预的过程中,护理人员同时还要做好患者的健康教育工作,引导患者多吃水果、蔬菜及高蛋白类食物,养成清淡饮食的好习惯,鼓励患者多运动,保持阳光乐观的心态,这对于改善患者的体内分泌情况是大有益处的。

本院针对内分泌失调型肥胖患者实施综合护理干预后的总体效果要明显优于实施常规护理服务的患者,其减肥效果明显提升。同时,干预组患者与对照组患者各项数据对比,不管是减肥效率还是健康知识掌握率,还是护理服务满意度均要明显高于对照组,这就证明,对内分泌失调型患者在药物治疗的基础上,再开展综合护理干预,其是有很好的临床应用效果的,值得在临床广泛应用。

## 参考文献:

- [1] 李霞,乔兴莲,钟雪琳.整体护理用于内分泌失调型肥胖患者的临床效果及意义[J].现代医药卫生,2020,(2).
- [2] 金春苗.浅析整体护理在内分泌失调型肥胖病人中的应用效果观察[J].健康前沿,2020,(7).
- [3] 李霞,乔兴莲,钟雪琳.整体护理用于内分泌失调型肥胖患者的临床效果及意义[J].现代医药卫生,2020,33(2):189-190.
- [4] 张雯.综合护理干预对社区学龄期单纯性肥胖儿童减肥效果的影响[J].护理研究,2020,25(12):1075-1076.
- [5] 蒋云.综合护理干预对内分泌失调型肥胖患者减肥效果的影响[J].内科,2020,12(4):600-602.
- [6] 刘潇潇,刘小波,杨庆玉,等.整体护理对内分泌失调型肥胖患者的应用效果研究[J].中国继续医学教育,2020,8(22):254-255.
- [7] 蔡昕华.对肥胖病病因及治疗方向的探讨[J].中国中医药现代远程教育,2020,7(9):2.
- [8] 武阳丰,马冠生,胡永华,等.中国居民的超重和肥胖流行现状[J].中华预防医学杂志,2020,39(5):316-320.
- [9] 李文文,陈丽丽.探讨分析整体护理对内分泌失调型肥胖患者的意义及应用效果[J].中国实用医药,2019,9(18):235-236.
- [10] 武玉华.整体护理在内分泌失调型肥胖病人中的应用效果观察[J].全科护理,2019,12(25):2336-2337.