

老年糖尿病患者皮肤护理要点分析

王霞

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】：本文以探究老年糖尿病患者使用皮肤护理的效果为目标，采用随机性原则抽取本院2021年4月至2022年8月患有慢性糖尿病并进行治疗的老年患者118名，将其平均分为两组，每组59人。其中，对照组在治疗过程中采用常规护理方法，实验组采用全套护理方法，最后观察对比两组患者的皮肤状态。实验结果显示，实验组的患者皮肤损伤状况比对照组发生率更低，因此可以认为全套护理性干预对老年慢性糖尿病患者的皮肤状况有明显改善作用，对患者的康复和治疗具有重要意义。

【关键词】：糖尿病；皮肤护理；皮肤瘙痒；效果

DOI:10.12417/2705-098X.23.11.059

Analysis of skin care for elderly patients with diabetes

Xia Wang

Longhua Hospital Shanghai University of Traditional Chinese Medicine Shanghai 200032

Abstract: With the goal of exploring the effect of skin care for elderly patients with diabetes, 118 elderly patients with chronic diabetes who were treated in our hospital from April 2021 to August 2022 were randomly selected and divided into two groups, 59 in each group. Among them, the control group used routine nursing methods during the treatment process, while the experimental group used a complete set of nursing methods. Finally, the skin status of the two groups of patients was observed and compared. The experimental results show that the incidence of skin damage in the experimental group is lower than that in the control group. Therefore, it can be considered that the full set of nursing intervention can significantly improve the skin condition of elderly patients with chronic diabetes, which is of great significance to the rehabilitation and treatment of patients.

Keywords: diabetes; Skin care; Skin itching; effect

糖尿病是指由于胰岛素不足或胰岛素抵抗导致血糖水平升高的一种慢性代谢性疾病。糖尿病患者血糖长期处于高水平，会引发一系列健康问题，神经病变是糖尿病的主要并发症之一，会导致周围神经疼痛、感觉异常和运动功能损伤。糖尿病患者经常出现皮肤病，例如脓疱疮、感染和瘙痒等。总之，糖尿病不仅会引发多种并发症，还会严重影响患者的健康和生活质量，在老年群体中较为多见，因此本文中对老年糖尿病患者进行皮肤干预护理，情况如下。

1 实验资料

1.1 实验对象

采用随机性原则抽取本院2022患有慢性糖尿病并进行治疗的老年患者118名，将其平均分为两组，每组59人。为尽量避免实验误差，观察组与对照组男女比例均相等，为1:1。患者年龄均处于60至80岁，平均年龄70岁，误差范围为7岁。本次实验已获取实验对象与相关监管部门的同意与认可，实验对象均已做过身体各项机能检查，确认无其它慢性疾病与精神疾病，不具备认知障碍的病症，沟通与表达能力良好。经过与患者的协调与沟通，在患者及其家属同意参与实验的基础上签署了知情同意书。

1.2 实验方法

糖尿病性皮肤瘙痒的发生频率较高，常常伴随着皮肤干燥，皮肤发红，长时间的瘙痒可能会使皮肤变得疼痛。由于瘙痒过程中的搔抓或挠破，皮肤可能会起泡和破损。皮肤瘙痒可能导致皮肤肿胀。由于皮肤起泡和破损，糖尿病性皮肤瘙痒患者可能易感染，从而引起其他皮肤问题，如红斑、皮肤发炎等。总之，糖尿病性皮肤瘙痒可能持续数周至数月不等，严重瘙痒可能严重影响患者的日常生活，并导致睡眠质量下降，诱发抑郁等问题，因此为了改善这一现象，在糖尿病患者治疗过程中将配合皮肤护理流程。

1.2.1 健康教导

为了提高糖尿病患者对于皮肤护理的重视程度，医生工作者要以一种亲近贴切的方式与其进行沟通交流，向其讲述致病因素、严重危害和治疗方法等，加深皮肤受损危害在患者心中的重视程度。可以定期在医院进行宣讲和评教检查活动，使患者加深对糖尿病的认知水平，通过认知和行为干预，患者可以了解皮肤护理的必要性、重要性和服药方案。

1.2.2 皮肤评估

实验开始之前要对患者的皮肤状况进行评估，了解患者是否患有其他皮肤性疾病的病史，记录患者的皮肤问题。最后要

注意对患有其他皮肤疾病的患者重点观察。

1.2.3 护理过程

首先要对患者进行皮肤护理。在如今糖尿病发病率激增的情况下，糖尿病患者很大概率容易出现皮肤问题，因为高血糖会影响小血管和神经，使得皮肤的保护功能下降，容易受到细菌、真菌等感染的侵袭。如果要保持血糖稳定，控制血糖是预防皮肤问题的关键，患者需要定期检查血糖，遵守医生的治疗方案，少吃或不吃含糖量高的食物，控制每日糖分的摄入量。每日清洁皮肤，定期洗澡，使用温水和温和的无香料肥皂、凡士林或洗液等安全无害的低酸碱性物品清洁全身皮肤，尤其是褥疮易发部位，每天检查皮肤是否潮湿或冒汗。保持皮肤滋润，使用具有保湿作用的润肤霜或梳子轻轻按摩皮肤，促进血液循环和淋巴循环。保持皮肤清洁干燥，糖尿病患者皮肤容易受到感染，应定期使用温和的皂液进行清洗，并在洗完澡后用柔软的毛巾轻轻擦干皮肤。其次，要进行足部护理。使用温水泡脚，每天用湿毛巾擦拭脚底和脚趾之间的空隙，保持干燥，切勿削脚，谨慎使用脚部磨砂工具。选择适合的鞋子，如舒适、柔软、透气、没有缝线和松糙部位的鞋子，避免穿高跟鞋或过紧的鞋子。每日检查足部皮肤，注意指甲是否均匀、是否有断裂或变色，定期进行指甲修剪和足部检查。医院可以配备各类中药配置的洗浴药材进行足部浸泡。使用生理盐水或碘伏对足部的创口进行擦拭消毒，用无菌纱布包裹。第三，需要注意会阴部皮肤的护理。糖尿病患者会阴部皮肤容易受到感染，应定期使用温和的皂液进行清洗，并在洗完澡后用柔软的毛巾轻轻擦干皮肤。穿透气、柔软的衣服。糖尿病患者穿衣物可选用柔软的纯棉衣物，以免刺激会阴部皮肤并增加瘙痒。检查有无因皮肤瘙痒引起的皮肤损伤，如消失不良、瘢痕等，及时治疗感染。通过自我观察、长期检查、了解各种外来反应及早发现，有利于预防并发症。总之，针对糖尿病患者的皮肤护理应从多方面入手，做好健康宣传与教育工作，提高患者的自我护理能力与防范意识是非常重要的。同时，也要建议病患者定期向医生咨询，在出现不良情况时第一时间向医生寻求帮助，及时调整护理和治疗皮肤问题。

1.3 评价指标

将皮肤损伤发生率作为本次研究的评价指标。

1.4 统计分析

本次实验数据将被导入到 SPSS22.0 数据分析与统计软件中进行考评，采用 χ^2 检验得出 P 值对数据进行分析，若 $P < 0.05$ 则显示实验结果有统计学意义。

2 实验结果

根据数据指标来看，经过全套护理的实验组的皮肤损伤率比只经过常规护理的对照组更低，如表 1 所示。 $P < 0.05$ 。

表 1 两组皮肤损伤发生率对比[n(%)]

| 组别 | 对照组 | 实验组 | χ^2 | P |
|-------|-----------|----------|----------|-------|
| 例数 | 59 | 59 | | |
| 瘙痒 | 15(25.42) | 4(6.78) | 7.591 | 0.006 |
| 水疱 | 4(6.78) | 1(1.69) | 1.880 | 0.170 |
| 糖尿病足 | 12(20.34) | 3(5.08) | 6.186 | 0.013 |
| 化脓性感染 | 5(8.47) | 0(0.00) | 5.221 | 0.022 |
| 总发生率 | 36(61.02) | 8(13.56) | 28.413 | 0.001 |

3 结论

据不完全研究调查结果显示，近年来糖尿病性皮肤瘙痒的发生频率较高，常常伴随着皮肤干燥，皮肤发红等症状，长时间的瘙痒可能会使皮肤变得疼痛。由于瘙痒过程中的搔抓或挠破，皮肤可能会起疱和破损。皮肤瘙痒可能导致皮肤肿胀。由于皮肤起疱和破损，糖尿病性皮肤瘙痒患者可能易感染，从而引起其他皮肤问题，如红斑、皮肤发炎等。总之，糖尿病性皮肤瘙痒可能持续数周至数月不等，严重瘙痒可能严重影响患者的日常生活，并导致睡眠质量下降，甚至会诱发抑郁等问题。糖尿病的神经损伤机制是因为长期高血糖引起的神经病变。神经病变的严重程度与血糖控制不良的持续时间和严重程度有关。神经病变可影响神经系统的不同部分，在糖尿病患者中常见的包括周围神经系统、自主神经系统和中枢神经系统。皮肤感染是糖尿病患者容易发生的并发症之一，这是因为糖尿病患者的免疫系统功能较弱。当患者患有糖尿病的神经病变时，神经系统的功能被损害，导致患者对于皮肤刺激的感觉变弱或者消失，这使得糖尿病患者更容易忽略或者忽视皮肤伤口或者感染，从而导致伤口或感染更加严重化，甚至延迟愈合，容易引起其他严重并发症。因此，对于糖尿病患者来说，日常皮肤检查、保持良好的血糖控制和积极治疗已经存在的皮肤感染非常重要。本次实验结果显示，经过全套护理的实验组的患者皮肤损伤状况比只经过常规护理的对照组发生率更低，因此可以认为全套护理性干预对老年慢性糖尿病患者的皮肤状况有明显改善作用，能够缩短患者康复周期，减轻患者治疗过程中的痛苦，对患者的康复和治疗具有重要意义。个性化的评估可以准确把握患者的病情，制定针对性的皮肤护理干预计划，避免不必要的浪费和误诊。帮助患者养成良好的作息习惯，护理人员要鼓励患者每天进行身体锻炼和按摩训练，可以适量进行慢跑、竞走、做操等运动，促进血液循环流通，提升身体的免疫力和抵抗力。要注意保持皮肤清洁干燥，糖尿病患者的皮肤容易受到感染，应定期使用温和的皂液或医院配备的护理液进行清洗，并在洗完澡后用柔软的毛巾轻轻擦干皮肤。在护理干预过程中，不仅要注意患者身体上的变化，还要注意患者心理上

的感受。及时发现治疗过程中产生不良情绪的患者,对有不良情绪的患者进行心理疏导工作,消除患者的恐惧和抗拒情绪,提升患者对于治疗的积极性和热情性,提高患者对药物治疗的满意度和信心,增强患者的主观能动性,提升皮肤质量状态。

健康教育在现代护理学中扮演着重要的角色,对于患有糖尿病性皮肤病的患者,健康教育可以帮助他们更好地管理疾病,改变生活方式,减轻病痛,提高生活质量。具体来说,健康教育在糖尿病性皮肤病治疗中能够提高患者对疾病的认识和基础知识,使其能够更好地理解和掌握自己的疾病状况。健康教育与宣传提供有效的疾病预防和治疗的知识和技能,如保持血糖和血压的正常水平,定期体检、检查足部等,避免或减轻疾病症状。帮助患者建立正确的饮食习惯、锻炼计划和心理健康,从而减少疾病的风险。通过宣传和解释有关糖尿病的成因、症状和治疗选项,消除患者或家属的焦虑和恐惧。教育患者关于皮肤护理和如何缓解瘙痒,如使用保湿剂、不搔挠、防止过度晒伤等方法来减轻瘙痒和促进伤口愈合。总之,健康教育可以为患有糖尿病性皮肤病的患者提供必要的支持和指导,帮助他们更好地管理疾病,控制症状,提高生活质量。但从目前情况来看,我国仍缺少临床医学中对糖尿病性皮肤病健康教育意识的普及,因此日后针对此方面的宣传要严加落实。

糖尿病性皮肤病的发生频率较高,常常伴随着皮肤干燥,皮肤发红,长时间的瘙痒可能会使皮肤变得疼痛。研究表明在糖尿病性皮肤病患者中采用滋阴润肤方熏洗并配合综合护理模式效果明显。对患者的皮肤状况进行评估,了解患者是否患有其他皮肤性疾病的病史,记录患者的皮肤问题。要注意对患有其他皮肤疾病的患者重点观察,患者需要定期检查血糖,遵守医生的治疗方案,在一段时间护理干预之后监测患者皮损愈合时间、血糖和肾功能指标等是否有改善作用。糖尿病性皮肤病对患者的身心健康都会造成很大的负面影响,而且治愈周期可能会很长,因此提升患者的治疗积极性十分重要。护理人员要多关心患者,糖尿病不仅仅是一种疾病,还会给患

参考文献:

- [1] 邓群.老年糖尿病患者的皮肤护理分析[J].中国医药指南,2012,15(36):28—29.
- [2] 董存芬,杨菊昌.老年糖尿病患者的皮肤护理要点分析[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2015,28(27):239.
- [3] 董海艳,王婷,修健,等.老年糖尿病患者的护理和健康教育[J].糖尿病新世界,2015,22(13):136—137.
- [4] 闫雅凤,侯惠如,杨晶,等.两种愈合技术用于老年糖尿病多发皮肤病变的效果分析[J].中华护理杂志,2012,47(09):788—789.
- [5] 田苗,陈程,尤志珺,等.老年糖尿病患者使用胰岛素笔的皮肤护理体会[J].山西医药杂志(下半月版),2012,41(20):1095—1096.

者带来许多负面情绪。医生或护士可以通过关心、倾听患者的问题或困扰,同时向患者传达治疗进展的好消息,帮助他们更好地应对疾病。患者需要了解疾病的起因、症状、治疗方法和预后等方面,同时需要理解部分治疗对于改善皮肤瘙痒可能需要较长时间。患者对疾病的认知越充分,对医学建议的接受度和遵从度就越高。有时候患者需要帮助减轻治疗中的不适感,例如建议穿透气性好的衣物;提供药膏或药物以减少皮肤瘙痒等。医生或护士需要提供及时帮助,减轻病人的不适感,并且针对复杂情况需要及时转介给专业医生。医生需要鼓励患者配合治疗,例如遵守用药规定、定期回诊检查、进行合理的饮食习惯以及日常生活中的保健措施等,让患者能够跟随治疗计划和时间表,有利于治疗的缩短和提高治愈率。总之,糖尿病性皮肤病治疗的关键是提高患者的治疗积极性。通过上述措施,可以减轻糖尿病瘙痒的负面情绪,帮助患者更好地应对疾病,同时加强患者和医生之间的互动和合作,促进治愈效果的提高。糖尿病性皮肤病的治疗要结合健康教育,皮肤护理与心理护理,针对糖尿病患者的皮肤护理,做好健康宣教,提高患者的自我护理能力,是非常重要的。同时,建议病患者定期向医生咨询,及时调整和治疗皮肤问题。还要注意患者自身的心理治疗状态,确保患者身心健康,对治疗过程充满积极向上的正能量。在今后的医疗工作中,也要加大对糖尿病性皮肤病的治疗效果,投入更多时间和精力研究更好的护理治疗方案,改善患者的发病症状,提升患者生活水平。

总体来看,随着近年来我国糖尿病患者的数量越来越多,糖尿病不仅会引发多种并发症,还会严重影响患者的健康和生活质量,在老年群体中较为多见,应当对老年糖尿病患者使用针对性的皮肤护理治疗方案,能够起到很好的治疗效果,提升患者生活质量。未来,随着老年糖尿病患者数量的增加,对于针对他们的皮肤护理治疗的需求也将逐渐增加。此外,基于人工智能和大数据的皮肤诊断技术,也将为老年糖尿病患者提供更加精准的皮肤护理建议,帮助他们更好地解决肌肤问题。总之,针对临床方面老年糖尿病患者的皮肤护理市场前景广阔,具有很大的潜力。