

延续护理在糖尿病患者中的应用与效果评价

邹燕飞

上海中医药大学附属龙华医院 上海 200032

【摘要】目的：观察糖尿病患者采用延续护理的临床效果。**方法：**选择本科2019年1月—2020年1月收治的120例糖尿病患者，将其随机分为对照组和观察组，各60例。对照组患者实施常规护理，观察组患者在常规护理的基础上给予延续护理，对2组患者护理后的血糖控制以及护理前后的自我护理能力进行比较。**结果：**护理后观察组患者自我护理能力明显高于对照组，差异有统计学意义（ $P<0.05$ ）；观察组患者的空腹血糖值和糖化血红蛋白值均优于对照组，差异具有统计学意义（ $P<0.05$ ）。**结论：**将延续护理应用到糖尿病患者中，能明显提高患者的自我护理能力及糖尿病知识水平，更好地控制血糖，预防并发症的发生，同时还提升了糖尿病小组的管理能力。

【关键词】：糖尿病；延续护理；自我管理；血糖

近年来，糖尿病的患病率不断上升，WHO的报告预测，到2025年全世界约有3亿糖尿病患者。糖尿病已成为一个世界性的公共健康问题，严重影响人们的生活质量^[1]。随着医疗水平的提升和优质护理的深入开展，患者对医疗服务的要求越来越高，再加上糖尿病患者住院时间短，住院期间的宣教内容不足以满足患者的需要，大部分糖尿病患者对该病的认识不完全，同时也缺乏自我保健能力，严重影响了其生活质量及血糖控制。传统的医疗照护服务无法满足糖尿病患者出院后的护理需求，患者出院后的延续护理问题逐渐受到重视。延续护理作为一种延伸性、开放性的护理服务，是一种教练式管理的护理模式，能使以患者为中心的服务延伸到患者家庭^[2]，有效解决患者出院后的护理问题。本文选择本科收治的120例糖尿病患者，分组观察以探讨延续护理的应用效果，现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取本科2019年1月—2020年1月收治的120例糖尿病患者，随机分为对照组和观察组：对照组60例中男32例，女28例；年龄在42岁~75岁之间，平均年龄（ 64.18 ± 2.54 ）岁；病程为1年~23年；空腹血糖平均值为（ 15.67 ± 1.63 ）mmol/L，餐后2h血糖平均值为（ 22.81 ± 1.41 ）mmol/L。观察组60例中男29例，女31例；年龄在46岁~79岁之间，平均年龄（ 67.17 ± 3.16 ）岁；病程为1.5年~25年；空腹血糖平均值为（ 15.79 ± 1.52 ）mmol/L，餐后2h血糖平均值为（ 23.21 ± 1.57 ）mmol/L。2组患者的一般资料比较差异无统计学意义（ $P>0.05$ ）。

1.2 方法

2组患者均给予常规降糖药物进行治疗，对照组患者接受常规护理，即向患者进行药物治疗、饮食和运动的指导、血糖监测、健康教育以及出院后的注意事项等。观察组在对照组患者的基础

上进行延续护理，重点强化出院后跟踪随访和个性化指导和心理护理，具体方案如下。

1.2.1 成立延续护理小组由护士长担任护理小组组长，选择专业素质强、具有良好人际沟通能力、经验丰富的护理人员作为小组成员，承担患者出院后的健康指导、家庭随访工作，护士长不定期监督检查，同时邀请资深主任及专科医师担任专家顾问，对回访过程中的疑难问题给予专业解答。

1.2.2 建立延续护理信息登记对患者的基本情况、诊断、出入院时间、联系电话、随访方式、出院后随访情况进行登记造册，并向患者解释该小组的目的和护理方法，并签订患者知情同意书。

1.2.3 干预方法小组成员要结合患者的病情、病史、年龄、心理、文化水平、生活习惯、家庭背景以及社会关系等进行统一分析，制定个体化的延续护理服务。执行延续护理的内容包括：按时服用降糖药物并对患者详细讲解糖尿病相关知识；根据患者的血糖监测结果对其进行饮食、运动以及心理等方面的指导；并发病的预防；胰岛素储存；不同种类胰岛素笔的正确拆装方法；注射技术包括5项内容（注射步骤、注射剂量、针头使用、注射部位、注射时间）；微信课堂知识讲座，微信视频演示操作步骤等；下次随访应重点跟进的内容。

1.2.4 随访患者出院后半个月、1个月、3个月、6个月可采用电话追访、微信、热线解答、家庭随访等多种方式与患者进行沟通，小组成员要将随访到的内容、血糖水平、不良反应、患者有特殊需求进行评估汇总，给予具体指导，并根据患者的实际情况随时调整护理措施。不定期为患者发放邮寄健康教育资料。6个月随访结束后，按照随访途径以各种问卷方式了解患者对延续护理内容掌握程度及反馈意见。

1.3 观察指标

①对患者的自我护理能力采用 ESCA 量表评估, 包括其健康知识水平、自我概念、自护责任感以及自我护理技能。②血糖及糖化血红蛋白指标。

1.4 统计学方法

计量资料以均数±标准差表示, 采用 t 检验, $P<0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.12 组患者经过护理后的自我护理能力比较, 观察组患者高于对照组, 差异有统计学意义 ($P<0.05$)。

2.22 组患者经过护理后, 观察组患者的空腹血糖值和糖化血红蛋白值均优于对照组, 差异具有统计学意义 ($P<0.05$)

3 讨论

糖尿病是一种慢性疾病, 需要长期坚持治疗, 糖尿病患者出院后渴望得到医护人员的及时指导、帮助。延续护理的主要目的

是为患者提供一个高效率、低成本的健康服务, 经试验证明, 延续护理能有效改善患者的预后, 使患者的生存质量和护理质量有显著的提高^[3]。在实施延续护理过程中, 护理人员采用电话、微信以及家庭随访等方式, 为已经出院的患者提供药物治疗、健康教育、疑难解答以及心理疏导等帮助, 通过微信平台对患者的糖尿病相关知识掌握情况进行随时调查, 对患者的疑问、困惑、不解以及知识误区及时进行解答和纠正, 更为糖尿病患者之间相互交流构建平台。同时, 医护人员通过多种渠道了解患者的心理状况, 针对性地给予心理疏导, 患者感受到被关心、被尊重, 更进一步增强了其安全感和信任感, 增加了治疗疾病的信心, 能够积极配合治疗。有利于患者血糖的控制, 提高糖尿病患者的知识水平, 有利于形成良好的生活习惯^[4], 减少和延缓并发症的发生, 极大地提高了患者的生存质量和自我管理能力。本文选择本科收治的 120 例糖尿病患者进行对比分析, 采用延续护理的观察组患者在自我管理能力和血糖控制效果均优于采用常规护理的对照组 ($P<0.05$)。综上所述, 将延续护理应用到糖尿病患者中, 能明显提高患者的自我管理, 提高患者的生存质量, 更好地控制其血糖及病情发展, 值得推广应用。

参考文献:

- [1] 孙晓敏, 汪虹, 许方蕾, 等. 个性化健康教育对 2 型糖尿病患者自我管理行为及血糖控制效果的影响[J]. 中国护理管理, 2015, 15 (2): 179-181.
- [2] 余强, 王冬华, 刘东玲. 支气管哮喘患者延续护理的研究进展[J]. 中国护理管理, 2015, 15 (6): 762-765.
- [3] 谢利力, 魏巍, 宋颖, 等. 延续性护理在糖尿病认知功能障碍患者中的应用效果[J]. 检验医学与临床, 2016, 13 (10): 1393-1395.
- [4] 赵振华, 谢薇, 杨青敏. 同伴支持教育对糖尿病患者自我管理效果的 Meta 分析[J]. 中华护理杂志, 2016, 51 (3): 356-364.