

循证护理模式在老年糖尿病护理中的效果

穆继洪 姚倩倩

西安交通大学第一附属医院 陕西 西安 710061

【摘要】：目的：探讨循证护理模式在老年糖尿病护理中的效果。方法：选取该院2020年11月到2021年11月收治的老年糖尿病80例患者进行研究，随机分为两组，对照组40例，给予常规护理，观察组40例，给予循证护理。结果：观察组空腹血糖、餐后2h血糖指标更低，饮食、运动、用药、血糖监测等方面的依从性较对照组更高，护理满意度更优，2组相比，差异具有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：循证护理不仅能让患者称心舒适，还能使患者血糖水平在正常平稳范围内波动，值得广为运用。

【关键词】：循证护理；糖尿病；应用效果

Effect of evidence-based nursing model in nursing care of elderly patients with diabetes

Jihong Mu, Qianqian Yao

The First Affiliated Hospital of Xi'an Jiaotong University Shaanxi Xi'an 710061

Abstract: Objective: To explore the effect of evidence-based nursing model in elderly diabetes care. Methods: 80 elderly patients with diabetes admitted to the hospital from November 2020 to November 2021 were randomly divided into two groups. 40 cases in the control group were given routine care, and 40 cases in the observation group were given evidence-based care. Results: the fasting blood glucose and 2h postprandial blood glucose indexes of the observation group were lower, the compliance of diet, exercise, medication and blood glucose monitoring were higher and the nursing satisfaction was better than that of the control group. The difference between the two groups was statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion: evidence based nursing can not only make patients satisfied and comfortable, but also make the blood glucose level fluctuate in a normal and stable range, which is worthy of wide application.

Keywords: Evidence based nursing; Diabetes; Application effect

糖尿病是属于中老年慢性病症，久治不愈，血糖水平异常升高是典型临床表现。如今的糖尿病已经慢慢成为威胁人类生命健康的一个重大疾病之一，特别是当血糖水平得不到有效控制，机体多个重要器官都将受到较大波及，高血压、动脉硬化等并发症的风险系数会骤增，患者生活质量大受影响，更甚者，还会危及到生命健康^[1-2]。为维稳血糖，药物治疗、注射胰岛素是行之有效的医治手段。除了需要使用药物对症控制之外，辅助科学、安全的护理治疗能够使老年糖尿病患者的生活质量得到进一步的提高，使其取得的治疗效果更好^[3-4]。但老年患者对疾病相关知识知之甚少，再加上长时间的治疗，依从性较差，治疗效果势必会大打折扣。本研究比较和分析针对老年糖尿病患者应用循证护理的运用成果，具体报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

经计算机随机表法将我院2020年11月到2021年11月收治的80例老年糖尿病患者均分为观察组和对照组，每组各40例。观察组男24例，女16例；年龄60~82岁，平均（67.62±4.41）岁；病程1~10年，平均（5.13±1.08）年。对照组男23例，女17例；年龄62~85岁，平均（68.09±4.12）岁；病程2~10年，平均（5.21±1.13）年。简单分析两组患者一般资料，差异毫无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。纳入和排除标准：纳入标准：（1）具备有完整的临床资料的患者；（2）经临床疾病

诊断后显示，患者确实患有糖尿病；（3）患者的年龄在60岁以上，并同意开展此次实验。排除标准：（1）患者及其家属不同意开展本次实验；（2）患有其他严重的精神类疾病，无法正常表达自己的诉求的患者。本次实验在医院伦理会的批准下展开。

1.2 护理方法

对照组给予常规护理：饮食、药物、运动等方面的基础指导；观察组给予循证护理：（1）组建循证护理小组：在科室选拔经验丰富、专业能力过硬的护理人员作为组员，科室护士长任组长，所有成员均需接受专业培训。（2）确定循证问题：小组成员需对患者病情进行全面评估，在充分商讨后，将如何有效控制血糖、融洽护患关系作为循证问题。并搜寻百度文库、知网等网站上的相关文献资料，制订更贴合患者真实病情的个性化护理方案。（3）循证应用：健康教育。在了解患者文化水平、年龄等多种因素后，予其差异化宣教方式，如一对一面谈、集体讲座、宣传手册等，加深患者对糖尿病日常防护、注意事项等相关知识的认知度，让患者在大致了解疾病基本内容的接触上和医护人员做好配合。心理疏导：患者在漫长治疗中不免会有大量的烦躁、苦闷等负面情绪积压于心，护理人员可多和患者聊一些当下关注度较高的趣味性话题，让其在风趣幽默的氛围中排解内心忧愁，在和患者交谈中需注意自身的措辞，切不可因语言不当对患者造成过度刺激。告诉家属空

闲时多来看望患者，亲人对患者精神上的支持和心理上的慰藉是任何人都无法替代的。药物指导：让患者了解遵医嘱精准服药对维稳病情的重要性，随意增减药量、更换药物都可能会使病情出现较大波动。对定期监测空腹血糖、餐后 2h 血糖、糖化血红蛋白、体重、尿量等指标的重要性加以耐心解释。将所用药物药效、用量、不良反应等知识耐心地为其讲解，以便患者能从思想和行为高度重视起遵医嘱精准服药。饮食指导。低糖、低脂、低盐、高纤维、维生素丰富的食物和新鲜蔬果为主，保证机体能摄入充足营养。运动干预：有研究指出，适度运动可使胰岛素敏感性得以提升，从而达到有效降血糖的目的。慢跑、散步、游泳、跳操等有氧运动都是不错的选择，运动强度需以患者耐受度为宜。（4）定期检查患者的血糖状况：老年患者的身体本就虚弱，导致疾病变数大，护理人员需经常监测患者血糖情况，并同时教会患者与其家人监测血糖的正确方式和患者每日需服用的药物量，叮嘱患者血糖监测需在空腹状态下进行，防止测量的指标不准确，以此让患者及其家人能在护理人员不在的情况下，能够自己自主的监测身体的血糖变化，以免不良状况的发生。

1.3 观察指标

检测两组患者干预前后空腹血糖和餐后 2h 血糖水平。

用依从性调查问卷从健康饮食、适度运动、精准用药、血糖监测四方面评估患者依从性，总分 100 分，分数大小和依从性高低之间正相关。

以基础护理、服务态度、服务水平、专业能力四指标为基础，对患者护理满意度进行评估。分数越高，意味着患者更加认可护理工作。

对两组患者在护理干预后的血糖和胰岛素的敏感性指标变化情况进行分析对比。

采用 SF-36 简易量表，从老年糖尿病患者的躯体功能、心理功能、社会功能、物质生活这四个方面出发，对其的生活质量状况进行评价，满分是 100 分，分数越高，就可以表示患者的生活质量状况越好。

1.4 统计学分析

用 SPSS21.0 统计软件进行统计分析，计量资料以 $\bar{x} \pm s$ 表示，用 t 检验；计数资料用率（%）表示，以 χ^2 检验， $P < 0.05$ 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 血糖水平

两组患者护理前空腹血糖、餐后 2h 血糖水平无明显差异（ $P > 0.05$ ），干预后，观察组血糖各指标均更低（ $P < 0.05$ ）。

表 1 观察组和对照组的血糖水平对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别		观察组	对照组	t	P
例数		40	40	-	-
空腹血糖 (mmol/L)	护理前	8.62±1.23	8.58±1.15	0.402	0.145
	护理后	5.46±0.81	6.94±0.75	7.971	0.000
餐后 2h 血糖 (mmol/L)	护理前	12.24±1.14	12.37±1.26	0.285	0.081
	护理后	9.36±1.09	10.58±1.17	8.018	0.000

2.2 依从性

观察组精准服药、健康饮食、适度运动、血糖监测等方面的依从性较对照组更高（ $P < 0.05$ ）。

表 2 观察组和对照组的依从性对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	观察组	对照组	t	P
例数	40	40	-	-
精准服药	92.21 ± 2.13	83.42 ± 2.10	15.416	0.000
健康饮食	93.09 ± 2.24	85.06 ± 2.35	14.802	0.000
适度运动	93.82 ± 3.03	85.58 ± 3.17	11.152	0.000
血糖监测	94.19 ± 2.42	86.34 ± 2.36	15.206	0.000

2.3 护理满意度

观察组护理满意度较对照组更高（ $P < 0.05$ ）。

表 3 观察组和对照组护理满意度对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	观察组	对照组	t	P
例数	40	40	-	-
基础护理	23.15 ± 1.02	18.71 ± 1.12	12.403	0.000
服务态度	23.29 ± 1.21	17.69 ± 1.05	17.819	0.000
服务水平	24.03 ± 1.14	18.19 ± 1.07	10.141	0.000
专业能力	23.74 ± 1.47	18.24 ± 1.16	20.051	0.000
总体满意度	94.85 ± 2.38	79.37 ± 2.54	15.280	0.000

2.4 比较观察组和对照组患者的血糖与胰岛素敏感性指标的变化情况

两组相比较，发现同期对照组患者的血糖指标、胰岛素敏感性指标的变化情况都显然没有观察组患者优（ $p < 0.05$ ），这一研究具有较好的统计学研究价值。

表 4 两组患者血糖以及胰岛素敏感性指标变化（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	观察组	对照组	t	P
例数	40	40	--	--
干预之后的 FBG	6.17 ± 1.24	7.57 ± 1.31	4.847	0.001
干预之后的 2hPG	8.42 ± 1.31	11.03 ± 1.58	6.156	0.001

2.5 生活质量评分

观察组的生活质量评分更高（ $P < 0.05$ ）。

表 5 观察组和对照组的生活质量评分对比（ $\bar{x} \pm s$ ）

组别	观察组	对照组	t	P
例数	40	40	-	-
社会功能	73.18 ± 3.14	64.32 ± 3.21	9.827	0.010

心理功能	73.81±4.15	63.16±2.37	11.546	0.001
躯体疼痛	63.49±2.36	57.27±2.40	8.742	0.000
物质生活	62.51±2.31	56.48±2.83	10.785	0.000

(注: 上表5)

3 讨论

糖尿病属于终身代谢异常病症, 其患病群体基本上都是中老年人, 发病率较往年呈现的一直都是持续上升态势, 且在饮食结构不合理、生活方式不健康、缺乏运动等诸多因素影响下, 患病年龄层不断向年轻化方向发展。老年患者和青壮年相较, 心理更为敏感脆弱, 又因其对疾病的部分错误认知, 内心会积攒超多的抑郁、消极等负性情绪, 会慢慢反感这种日复一日的治疗。因而, 对患者进行科学合理的干预是强化疗效的关键所在。

参考文献:

- [1] 白云昊,夏冰,周俊玲.循证护理在老年糖尿病合并压疮患者静脉穿刺护理中的临床效果探究[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(43):1.
- [2] 郭冬梅.循证护理对老年糖尿病患者护理中的效果观察及并发症发生率影响分析[J].世界最新医学信息文摘,2019,000(71):2.
- [3] 黄利雪,韦红玲,莫双燕等.循证护理在老年性糖尿病并发肺结核中的应用及其效果评价[J].糖尿病天地·教育(上旬),2019,16(008):274-275.
- [4] 唐薇敏,徐丽丽.循证护理对老年冠心病心绞痛合并糖尿病患者的临床症状和治疗依从性的影响分析[J].糖尿病新世界,2019,22(20):3.

健康教育可让患者对疾病相关知识具备充分认知, 进而使其依从配合度得到进一步提升; 心理疏导可帮患者排解内心各种压力, 稳定心绪, 以平和冷静的心态配合医护人员的各种操作行为; 药物指导可让患者充分了解到遵医嘱精准服药的重要性, 从而可达使药效发挥至最佳的目的; 饮食指导在有效控制食物总热量的同时, 可确保其能摄入足以维持机体正常运转的充足营养; 运动干预可促使患者抵抗力、免疫力得以优化, 血糖水平在适度锻炼中有效维稳。分析上述研究可以发现, 观察组血糖指标、依从性、护理满意度均更佳, 这一结果便是对循证护理在老年糖尿病患者中有效性、实用性的最强印证。

总而言之, 循证护理可将患者的血糖指标控制在合理范围内, 促使患者治疗依从性和护理满意度得以优化, 有着极高的应用推广价值。