

# 眼科 T2DM 患者中实施运动和护理干预的效果评价

何淑燕 缪霜 卢兰芳 覃佳 蒙榕榕

(广西河池市人民医院 广西 河池 547000)

**摘要:**目的:探究眼科 2 型糖尿病(T2DM)患者中实施运动和护理干预的效果。方法:筛选 2021 年 1 月至 2021 年 12 月眼科收治 300 例眼科 T2DM 患者开展平行对比,将患者按照随机数字表法分组,试验组 150 例,实施运动和护理干预,传统组 150 例,实施常规护理干预。结果:护理后两组 T2DM 患者空腹血糖、餐后血糖水平较护理前降低,试验组 T2DM 患者空腹血糖、餐后血糖水平低于传统组,组间差均有统计学意义( $P<0.05$ );试验组 T2DM 患者治疗依从性 98.67%,高于传统组,组间差均有统计学意义( $P<0.05$ );经整体护理满意度评估,试验组满意评分均值高于传统组,组间差均有统计学意义( $P<0.05$ )。结论:眼科 T2DM 患者开展运动和护理干预,有效控制血糖水平,提高治疗依从性,患者满意度升高,护理优势显著。

**关键词:**眼科;运动和护理干预;护理效果

Evaluation of the effect of exercise and nursing intervention in ophthalmic T2DM patients

He Shu-yan, Miao Shuang, LU Lan-Fang, QIN Jia, MENG Rong-rong

Hechi People's Hospital of Guangxi, Hechi, Guangxi, 547000

[Abstract] Objective: To explore the effect of exercise and nursing intervention in ophthalmic patients with type 2 diabetes mellitus (T2DM). Methods: a total of 300 T2DM patients admitted to ophthalmology department from January 2021 to December 2021 were screened for parallel comparison. The patients were divided into two groups according to random number table method: the experimental group ( $n = 150$ ) received exercise and nursing intervention, and the traditional group ( $n = 150$ ) received conventional nursing intervention. Results: After nursing, fasting blood glucose and postprandial blood glucose levels of T2DM patients in the two groups were lower than before nursing, fasting blood glucose and postprandial blood glucose levels of T2DM patients in the experimental group were lower than the traditional group, the differences between the groups were statistically significant ( $P<0.05$ ); The treatment compliance of T2DM patients in experimental group was 98.67%, which was higher than that in traditional group, and the differences between groups were statistically significant ( $P<0.05$ ). After the evaluation of overall nursing satisfaction, the average satisfaction score of the experimental group was higher than that of the traditional group, and the differences between the groups were statistically significant ( $P<0.05$ ). Conclusion: Exercise and nursing intervention in ophthalmic T2DM patients can effectively control blood glucose level, improve treatment compliance, improve patient satisfaction and nursing advantage.

【 Key words 】 Ophthalmology; Exercise and nursing interventions; Nursing effect

2 型糖尿病(T2DM)为临床常见慢性疾病,以中老年患者为主要受众,临床学者针对 T2DM 发病机制尚无统一阐述,认为疾病病因复杂,与遗传因素、饮食因素、机体免疫代谢具有密切关联<sup>[1-2]</sup>。随着近年我国居民生活水平提高,T2DM 发病率升高,合并症增多,随着年龄增大,机能减退,老年人视力水平降低,出现眼科疾病风险性升高;受高血糖水平因素影响,眼部疾病患者视力恢复不佳,为医学开展重点及难点对象,探究适配护理方案具有重要课题探讨意义<sup>[3-4]</sup>。现本研究特针对运动和护理干预,在眼科 T2DM 患者应用价值进行探讨,旨在为临床护理开展提供经验参照,所示如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

筛选 2021 年 1 月至 2021 年 12 月眼科收治 300 例眼科 2 型糖尿病(T2DM)患者开展平行对比,将患者按照随机数字表法分组,试验组 150 例,组内女 75 例,男 75 例,年龄范围 43-74 岁,平均值( $58.72 \pm 2.16$ )岁,T2DM 病史 1-20 年,平均值( $7.72 \pm 1.06$ )年,其中 T2DM 合并白内障患者 69 例,糖尿病视网膜病变 81 例;传统组 150 例,组内女 74 例,男 76 例,年龄范围 41-76 岁,平均值( $58.68 \pm 2.22$ )岁,T2DM 病史 1-18 年,平均值( $7.67 \pm 1.11$ )年,其中 T2DM 合并白内障患者 71 例,糖尿病视网膜病变 79 例;上述 2 组患者基线资料存在同质性,具有对比价值( $P>0.05$ )。

### 1.2 方法

试验组实施运动和护理干预;(1)病情评估:针对眼科 T2DM 患者机体状况、血糖监测、受教育水平、自我管理能力和家庭状况等指标进行客观评估,了解患者运动喜好及既往饮食习惯,制定针

对性运动锻炼方案,主要包括抗阻力训练及有氧训练为主,依据患者个人喜好、年龄、机体耐受度等,选择合适有氧运动方式,主要建议采用快走、散步、慢跑、上下台阶等<sup>[5-6]</sup>;在运动过程中规范动作,以脚后跟先着地,依据患者机体耐受度及运动强度,调节肢体摆动幅度等,于运动过程中注意保护,避免跌倒等情况发生<sup>[7-8]</sup>。(2)护理干预:①认知行为宣教:采用通俗易懂语言,针对眼科 T2DM 患者机体状况进行客观评估,了解患者视力状况及疾病治疗需求,针对疾病基础知识对患者进行讲解,要求护理人员声音洪亮,主动热情,给予患者树立良好形象,借助自身专业知识帮助患者分析病情,告知 T2DM 患者日常作息、功能锻炼开展重要性,提高患者疾病知识掌握程度,加强护患沟通,建立良好护患关系,有效避免不良医患纠纷情况发生<sup>[9-10]</sup>。②心理疏导:因患者视力情况不佳,生活自理能力降低,护理人员增加病房巡视次数,主动与患者沟通,观察患者有无不良情绪,通过采用环境护理、音乐疗法、转移注意力等方式,改善患者焦虑紧张的负面情绪,提高患者治疗依从性。

传统组实施常规护理干预,依据眼科护理流程,开展针对性护理措施。

### 1.3 评价标准

(1) 比对两组患者空腹血糖、餐后血糖数值;

(2) 评估两组患者治疗依从性,若患者可主动配合医务人员开展治疗,自主进行血糖监测及饮食运动管理,即为完全依从;若需医务人员、患者家属监督下开展,即为部分依从;若不符合上述要求,即为不依从,计算依从性<sup>[11]</sup>;

(3) 采用眼科护理满意度调研表,使用“是”“否”问答方式,

了解患者对医务人员满意情况。

1.4 统计学分析

统计校验采用 SPSS24.0 软件分析, 将  $P < 0.05$  设为统计学差异标准值。

2 结果

2.1 两组 T2DM 患者血糖水平统计

护理后两组 T2DM 患者空腹血糖、餐后血糖水平较比护理前降低, 试验组 T2DM 空腹血糖、餐后血糖水平低于传统组, 组间差均有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

表 1 两组 T2DM 患者血糖水平统计 [ $\bar{x} \pm s$  /n=150]

组别	时间	空腹血糖	餐后血糖
传统组	护理前	8.53 ± 1.79	12.59 ± 2.64
	护理后	7.35 ± 1.52	9.02 ± 2.38
	t 值	6.154	12.301
	P 值	0.000	0.000
试验组	护理前	8.49 ± 1.80	12.61 ± 2.65
	护理后	6.61 ± 1.37	7.75 ± 2.21
	t 值	10.179	17.250
	P 值	0.000	0.000

2.2 两组 T2DM 患者治疗依从性统计

试验组 T2DM 患者治疗依从性 98.67%, 高于传统组, 组间差均有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

表 2 两组 T2DM 患者治疗依从性统计[n/%]

组别	n	完全依从	部分依从	不依从	依从性
传统组	150	54	71	25	83.33%
试验组	150	92	56	2	98.67%
$\chi^2$					8.116
P 值					0.000

2.3 两组 T2DM 患者科室护理满意度统计

经整体护理满意度评估, 试验组满意评分均值高于传统组, 组间差均有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 见表 3。

表 3 两组 T2DM 患者科室护理满意度统计 [ $\bar{x} \pm s$  /分]

组别	n	0-60 分	61-85 分	86-100 分	均分
传统组	150	27	80	43	83.16 ± 7.06
试验组	150	9	70	71	91.47 ± 8.51
t 值					9.204
P 值					0.000

3 讨论

T2DM 为中老年人常见慢性疾病, 随着年龄增大, 患有白内障、青光眼等眼科疾病风险性升高<sup>[2]</sup>; 据流行病学研究数据显示, T2DM 患者眼部健康不佳, 与高血糖状态、机能减退具有密切关联, 严重影响老年患者晚年生活质量, 开展针对性护理干预对策尤为重要<sup>[3]</sup>。运动和护理干预针对眼科 T2DM 患者机体状况, 选择针对性运动锻炼方式, 提高患者自我锻炼意愿, 可有效改善机体免疫机制, 促进机体新陈代谢, 辅以认知行为宣教及心理护理等优质服务, 积极调动患者主观能动性, 加强护患协作, 确保患者以最佳身心状态面对治疗, 有助于提高患者治疗依从性<sup>[4]</sup>。研究观察数据可知, 护理后两组 T2DM 空腹血糖、餐后血糖水平较比护理前降低, 试验组 T2DM

空腹血糖、餐后血糖水平低于传统组, 组间差均有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 运动和护理干预通过积极开展运动锻炼, 提高患者新陈代谢, 可提高胰岛素药物敏感性, 提高降压效果。针对两组患者治疗依从性评估可知, 试验组 T2DM 患者治疗依从性 98.67%, 高于传统组, 组间差均有统计学意义 ( $P < 0.05$ ), 运动和护理干预可提高眼科 T2DM 患者治疗依从性, 通过纠正患者错误认知行为, 帮助患者树立健康生活方式, 提高患者自我管理能力和有助于改善预后; 经整体护理满意度评估, 试验组满意评分均值高于传统组, 具有可行性。

综上, 眼科 T2DM 患者开展运动和护理干预, 有效控制血糖水平, 提高治疗依从性, 患者满意度升高, 护理优势显著。

参考文献:

[1]梁川裕,梁安娜,许海莲.延续性护理应对 2 型糖尿病合并老年白内障术后的临床研究[J].中国医药科学,2021,11(5):121-123,135.

[2]司梅,王惠琴,黄云波.低热量饮食干预与有氧运动干预对早期 2 型糖尿病肥胖患者胰岛素水平及人体成分的影响[J].中国实用护理杂志,2022,38(03):229-234.

[3]宋慧娜,何露斯,高艳红,等.不同运动护理干预方案对 2 型糖尿病伴肥胖病人血糖水平的影响[J].护理研究,2015,29(22):2733-2737.

[4]陈方方,杜娜娜.饮食护理联合运动干预对 2 型糖尿病患者血糖控制及生活质量的影响[J].医学食疗与健康,2022,20(01):40-42.

[5]褚晓娟.步行运动护理干预应用于 2 型糖尿病患者对其疲劳症状、血糖水平的影响[J].临床医药文献电子杂志,2018,5(51):132-133.

[6]关东旭,邹丹,赵欣,等.大型医院眼科与社区医院联合向糖尿病视网膜病变患者开展长效服务模式研究[J].中国医药科学,2019,9(16):151-153.

[7]谢秋菊,刘晓红,谭淑英.个案管理优势模式对 2 型糖尿病视网膜病变患者术后视力恢复情绪及生活质量的影响[J].山西医药杂志,2018,47(1):104-108.

[8]蔡佳梦,郑波.运动及综合护理干预对新诊断的 2 型糖尿病患者临床应用效果评价[J].临床医药文献电子杂志,2020,7(04):81-82.

[9]黄茜,楼青青.微信健康教育联合饮食运动干预对 2 型糖尿病合并牙周病患者牙周状况及生活质量的影响[J].中国现代医生,2019,57(31):138-142+147.

[10]杜蓉冰,吕素珍,潘红英.多学科团队协同延续护理在糖尿病视网膜病变患者中的应用[J].护理学杂志,2020,35(13):86-89.

[11]章赞,巫海娣,袁亚萍,等.运动处方联合 Keep 软件辅助下适当强度运动在中年 2 型糖尿病合并肥胖患者中应用价值研究[J].广州医科大学学报,2022,50(02):45-49.

[12]赵芳.联合团体运动的护理干预模式在 2 型糖尿病患者院内治疗和院外运动依从性的影响[J].齐齐哈尔医学院学报,2020,41(24):3140-3142.

[13]冯娇娇.饮食护理联合运动干预对 2 型糖尿病患者血糖控制、免疫功能及生活质量的影响[J].当代护士(下旬刊),2020,27(11):59-61.

[14]罗敏娟,刘丽娅.个体化糖尿病性视网膜病变教育对糖尿病自我管理的影响[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(12):20.