

# 体检中心健康管理对糖尿病患者生活质量的改善评价

邓方惠 许国琼 (通讯作者)

(重庆市医科大学附属第二医院 重庆 400010)

**摘要:**目的:评价体检中心健康管理对糖尿病患者生活质量的改善作用。方法:从2020年1月至2022年6月期间我院体检中心接收的糖尿病患者中进行随机有效抽取,总计纳入102例,根据电脑随机分组法予以分组处理,对照组51例行常规护理,观察组51例进一步实施健康管理干预。对比两组护理后的健康生活情况及护理前后的生活质量。结果:护理干预后,观察组中的遵医嘱服药、合理饮食、积极运动占比数均高于对照组( $P < 0.05$ )。护理前,对应生活质量评分差异不明显( $P > 0.05$ );护理后均有明显提高,且观察组所测评分较对照组处于更高水平( $P < 0.05$ )。结论:体检中心健康管理的实施利于改善患者的生活质量,促进健康生活习惯的养成,可积极推广运用。

**关键词:**体检中心;健康管理;糖尿病患者;生活质量

糖尿病属于较为常见的慢性疾病之一,病程较长,目前尚无确切有效的根治方式,多通过药物及加强自身管理等进行干预<sup>[1]</sup>。体检是人们了解自身身体健康状态的重要手段,而通过健康管理的实施有助于提高患者的依从性,加深其对疾病的认识,帮助其养成良好的生活习惯定期的健康体检对及时了解自身健康状态具有重要意义,而在体检过程中实施相应的护理干预可更好的提高患者的依从性,利于帮助患者养成良好的生活作息习惯,从而更好的达到控制血糖水平的目的。基于此,本文将对我院体检中心2020年1月至2022年6月期间内接收的糖尿病患者若干实施分组护理干预,旨在探究健康管理的应用效果,结果如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

从我院体检中心2020年1月至2022年6月期间内接收的糖尿病患者中展开随机抽取,共取102例展开。按照电脑随机分组法加以随机规范化分组处理,单组总数均为51例。对照组中,男、女患者分别为39例、12例。年龄涉及区间为42~77岁之间,中位年龄为(52.13±3.50)岁。观察组中,男、女患者分别为35例、16例。年龄涉及区间为43~79岁之间,中位年龄为(52.32±3.00)岁。通过对两组患者基本信息展开比较分析,所得结果显示差异不明显,均衡可比( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

实施常规护理的为对照组,就此基础上进一步加以健康管理干预的为观察组,主要干预内容如下:(1)疾病健康知识宣教:根据患者的基本信息选择合适的方式对患者进行知识宣讲,涉及起病机制、表现、治疗防范等。耐心解答患者疑问,帮助患者纠正固有错误认知。建立微信沟通群,定期推送相关知识,鼓励患者积极分享健康生活习惯。(2)饮食干预:根据患者实际饮食喜好为其制定合理科学的饮食方案,严格控制高糖分食物的摄入,禁食辛辣刺激食物,一日三餐,规律饮食。(3)运动干预:指导患者积极运动,每天至少运动半小时,根据自身实际耐力合理调整运动强度。(4)提前向患者发放体检须知单,讲解体检注意事项,解答患者疑问,保证患者在规定时间内正常完成相关体检项目。

### 1.3 观察指标

(1)观察比较两组护理后的健康生活情况,以我院自制评估量表展开,主要包括有遵医嘱服药、合理饮食、积极运动三项。(2)评比两组护理前后生活质量,利用SF-36生活质量评分量表展开评估,百分制,所得评分越高表示生活质量越佳。

### 1.4 统计学分析

利用SPSS26.0系统版本对涉及数据资料进行分析处理,对计数资料的表述将以(%)呈现,积极施以 $\chi^2$ 检验;对计量资料的表述将以( $\bar{x} \pm s$ )呈现,积极施以t检验,若 $P < 0.05$ 则为存在统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 护理后两组健康生活情况对比

对两种组护理后的健康生活情况展开统计,观察组的遵医嘱服药、合理饮食、积极运动占比数均高于对照组( $P < 0.05$ )。见表1。

表1 护理后两组健康生活情况对比 [n(%)]

组别	遵医嘱服药	合理饮食	积极运动
观察组(n=51)	50 (98.04)	49 (96.08)	48 (94.12)
对照组(n=51)	40 (78.43)	39 (76.47)	40 (78.43)
$\chi^2$	9.444	8.279	5.299
P	0.002	0.004	0.021

### 2.2 护理干预后两组生活质量对比

未进行护理干预前,两组所得生活质量评分不具有较大差异( $P > 0.05$ );护理后均有提高,与对照组相比,观察组评分更高( $P < 0.05$ )。见表2。

表2 护理干预后两组生活质量对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	护理前	护理后
观察组(n=51)	66.59 ± 2.56	89.25 ± 3.20
对照组(n=51)	66.26 ± 1.03	80.05 ± 2.50
t	0.854	16.179
P	0.395	< 0.001

## 3 讨论

糖尿病具有较高发病率,对人们的健康状况有着较大影响,主要以血糖长期处于高水平状态为表现<sup>[2-3]</sup>。定期体检是人们了解自身健康水平的重要途径,在行检过程中对患者进行健康管理,能够帮助患者提高依从性,增加对疾病知识的了解度。在进行健康管理过程中,除了重视对患者的健康知识宣讲,还注重对其进行积极健康的饮食、运动指导,使患者能够及时纠正自身的不良行为习惯,加强自我管理,通过严格遵医嘱用药、合理控制饮食、加强锻炼等方式来有效控制病情发展。从本次分析结果可以看出:观察组护理后的健康生活情况明显高于对照组,生活质量评分亦较对照组更高( $P < 0.05$ )。

综上所述,在体检中心实施健康管理,有助于改善糖尿病患者的生活质量,养成健康生活习惯,对病情的恢复具有积极促进作用,可展开推广运用。

### 参考文献:

- [1]赵燕梅.老年糖尿病患者健康体检护理中采用安全干预的价值[J].世界最新医学信息文摘,2019,19(65):358-359.
- [2]王虹.健康管理对体检中心糖尿病患者的治疗效果及心理影响评价[J].糖尿病新世界,2019,22(16):87-88.
- [3]曹晓欧.体检中心健康管理对糖尿病患者的影响评价,2019,13(7):179-180.