

# 延伸护理模式在糖尿病患者中的应用效果分析

周文君 张涛 王星颖 陈莎<sup>通讯作者</sup>

(西南医科大学附属中医医院 四川泸州 646000)

**摘要:**目的:探讨糖尿病患者中应用延伸护理模式的效果和价值。方法:自2021年3月开始本研究,截止2023年1月纳入糖尿病出院患者为对象。抽取其中80例进行研究,计算机法1比1将患者分为对照组、研究组,均为40例。对照组实施常规随访和指导,研究组实施延伸护理。对比两组出院3个月后自我护理能力、血糖水平、护理满意度,统计糖尿病并发症发生率。结果:出院3个月后,研究组自我护理能力可见优势,SPSS分析各方面评分均高于对照组( $P<0.05$ )。研究组血糖指标可见优势,出院3个月时三项血糖指标均低于对照组( $P<0.05$ )。研究组对于出院后护理服务的满意度高于对照组( $P<0.05$ )。随访时间内,研究组并发症发生率低于对照组( $P<0.05$ )。结论:延伸护理模式符合糖尿病病人需求,该模式可提高患者自我护理能力,继而维持血糖水平的稳定,避免糖尿病并发症的发生,患者认可度、满意度较高。

**关键词:**延伸护理;糖尿病;自我护理;生活质量

糖尿病与高血压并称为“两大慢性杀手”,该病是一种慢性代谢性疾病,以2型糖尿病最为多见<sup>[1]</sup>。糖尿病属于终身性疾病,一旦发病治愈难度较高,患者需要终身控制,对其自我护理能力、服药依从性均提出较高要求。然而,糖尿病以中老年人群较为多发,此类人群认知有限、心理状态差,院外自我护理能力不足,容易导致疾病反复,出现糖尿病并发症,这是糖尿病致死的主要危险因素。因此,如何为糖尿病出院患者提供长期、持续、科学的健康指导具有重要意义。延伸护理是将院内服务向院外延伸的服务模式,该模式重视服务对象的身心特点,克服时间、空间限制,借助先进技术保证患者院外同样得到高水平的健康干预,提高其自我护理能力和生活质量,在慢性病管理中得以广泛应用<sup>[2]</sup>。基于此,本研究分析延伸护理模式在糖尿病患者中的应用效果和价值,详细报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 研究对象

选择2021年3月-2023年1月在本院就诊后出院的糖尿病患者为对象,整群抽样其中80例展开分析。保持均衡性,计算机法划分40例对照组、40例研究组。对照组男22例、女18例,年龄57-78岁,平均年龄( $63.75 \pm 3.24$ )岁,病程1-9年,平均病程( $4.65 \pm 1.26$ )年。研究组男21例、女19例,年龄54-75岁,平均年龄( $64.07 \pm 3.01$ )岁,病程1-10年,平均病程( $4.51 \pm 1.49$ )年。两组患者基础情况对比差异未见统计学意义, $P>0.05$ 。本研究经伦理委员会批准开展,全部患者均签署知情同意书。

### 1.2 纳入和排除标准

入选要求:(1)符合《中国2型糖尿病防治指南》中诊断标准,且经临床检查确诊。(2)达到出院要求。(3)临床资料完整、可靠。(4)认知正常、理解能力良好。(5)能够使用微信、电话等沟通方式。

排除要求:(1)出院时出现糖尿病并发症患者。(2)合并其他慢性疾病患者。(3)认知缺陷、理解能力异常患者。(4)中途退出研究患者。(5)合并恶性肿瘤、器官功能缺陷患者。

### 1.3 方法

1.3.1 对照组:本组实施常规出院指导和出院后随访,为患者发放院外自我护理管理手册,定期通过电话随访、门诊复查了解患者血糖控制效果和自我护理情况,指导其规范用药并注意饮食、活动等,及时调整治疗方案。

1.3.2 研究组:实施延伸护理模式,方案如下。(1)建立个人档案。出院前,为患者建立个人化管理档案,其中包括年龄、病情、文化程度、饮食习惯、血糖指标等,护理人员依据个人档案对其进行随访和延伸服务,每次随访后及时更新档案为后续管理节约时间。(2)日常护理。建立包括患者、主治医师、护士和患者家属在内的微信群,护理人员不定期在群内推送糖尿病自我护理相关知

识,每周抽查相关内容了解患者掌握情况。每日督促患者在群内打卡饮食、用药、运动情况,护理人员分析其院外自我护理执行依从度,未打卡时及时通过电话提醒。每日晚间护理人员解答患者疑问,了解患者服药、饮食过程中存在的困惑并耐心解答,依据患者存在的理解之处寻找下一次推送的知识资料。告知患者以低盐、低脂、低糖饮食为主,每日搭配多样化、高纤维,定期为患者更换参考食谱,保持房间内空气流通,做好个人卫生和足部护理。(3)情绪管理。每周对患者进行一次电话访视,通过电话交流分析患者情绪状态,剖析其不良情绪出现的原因,告知其如何通过冥想、听音乐等方式有意识地自主调节情绪。(4)运动和用药管理。每两周进行一次视频访视或家庭方式,了解患者运动依从情况,检测其血糖指标并绘制曲线图,让患者一目了然自身血糖变化趋势,适当调整用药方案。通过一对一指导、视频示范等方式让患者掌握太极拳、八段锦等轻度有氧运动技巧,叮嘱其每周保持3-4次的运动,每次30min左右,上传视频便于护理人员纠正。(5)动态关注患者病情变化,叮嘱其按时来源复查并进行全方面检查,及时识别并发症、疾病加重的危险征象并处理。

### 1.4 观察指标

1.4.1 自我护理能力:采用Toobert行为量表比较出院3个月时两组患者自我护理能力,包括饮食、运动、足部护理、血糖监测、用药、吸烟6方面,前五项取1-7分,得分与自我护理能力正相关;最后一项取0-1分,与自我护理能力呈负相关。

1.4.2 血糖指标:出院时、出院3个月时测定血糖指标,涉及空腹血糖、餐后2h血糖、糖化血红蛋白指标,对比两组差异。

1.4.3 护理满意度:随访结束时发放满意度调查表,当场填写并发放,患者根据护患沟通、血糖管理质量、护理及时性等方面内容选择非常满意、满意、不满意中对应等级,总满意度为非常满意、满意的患者总占比。

1.4.4 并发症发生率:记录患者随访期间内糖尿病并发症发生率,涉及症状:糖尿病足、周围神经病变、糖尿病肾病、心脑血管事件等,比较总发生率差异。

### 1.5 统计学分析

使用SPSS25.0分析数据,符合正态分布的计量平均数资料分析使用( $\pm s$ )描述/ $t$ 检验,计数指标则使用 $n(\%)$ 描述/ $\chi^2$ 检验,当最终数据结果对比后达到统计学意义运用 $P<0.05$ 表示。

## 2 结果

### 2.1 两组自我护理能力对比

出院3个月后,研究组自我护理能力可见优势,SPSS分析各方面评分均高于对照组( $P<0.05$ )。可见表1。

### 2.2 两组血糖水平对比

出院时,两组血糖指标差异无统计学意义( $P>0.05$ )。出院3个月后,研究组各指标水平均低于对照组( $P<0.05$ )。可见表2。

表1 两组自我护理能力对比(分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	饮食	运动	足部护理	血糖监测	用药	吸烟
对比组	40	4.82 ± 0.23	4.35 ± 0.34	4.40 ± 0.54	4.95 ± 0.45	5.01 ± 0.32	0.45 ± 0.06
研究组	40	5.76 ± 0.15	5.79 ± 0.26	5.78 ± 0.31	6.01 ± 0.23	6.10 ± 0.18	0.13 ± 0.01
t 值		21.6507	21.2779	14.0172	13.2656	18.7764	33.2720
P 值		0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

表2 两组血糖水平对比(分,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	空腹血糖 (mmol/L)		餐后 2h 血糖 (mmol/L)		糖化血红蛋白 (%)	
		出院时	出院 3 个月	出院时	出院 3 个月	出院时	出院 3 个月
对比组	40	7.68 ± 0.61	6.59 ± 0.42	10.65 ± 1.38	8.41 ± 0.50	9.41 ± 1.21	7.83 ± 1.46
研究组	40	7.71 ± 0.48	6.01 ± 0.37	10.71 ± 1.23	7.70 ± 0.34	9.36 ± 1.15	6.40 ± 1.24
t 值		0.2444	6.5536	0.2053	7.4265	0.1894	4.7215
P 值		0.8075	0.0000	0.8379	0.0000	0.8502	0.0000

### 2.3 两组护理满意度对比

研究组护理满意度 SPSS 分析可见优势, 总满意度高于对比组 ( $P < 0.05$ )。可见表 3。

表3 两组护理满意度对比[n(%)]

组别	例数	非常满意	满意	不满意	总满意度
对比组	40	15 (37.50)	16 (40.00)	9 (22.50)	31 (77.50)
研究组	40	20 (50.00)	18 (45.00)	2 (5.00)	38 (95.00)
X <sup>2</sup> 值					5.1647
P 值					0.0231

### 2.4 两组并发症发生率对比

并发症 SPSS 分析可见研究组优势, 其并发症发生率低于对比组 ( $P < 0.05$ )。可见表 4。

表4 两组并发症发生率对比[n(%)]

组别	例数	糖尿病足	周围神经病变	糖尿病肾病	心脑血管事件	总发生率
对比组	40	3 (7.50)	3 (7.50)	1 (2.50)	1 (2.50)	8 (20.00)
研究组	40	0 (0.00)	1 (2.50)	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (2.50)
X <sup>2</sup> 值						6.1346
P 值						0.0133

### 3 讨论

糖尿病是一项长期控制的疾病, 呈慢性发展, 血糖控制效率与患者行为、生活方式、用药情况均存在密不可分的关系<sup>[1]</sup>。糖尿病病人出院后健康指导与院内衔接不佳, 容易导致其自我护理能力不足引发血糖水平波动, 继而诱发并发症, 降低生活质量, 严重者威胁生命安全<sup>[4]</sup>。因此, 如何为糖尿病患者构建全面、优质、长期的服务以控制疾病是研究的重点方向和趋势。

延伸护理是将护理从医院、病房延伸到病人家里, 对慢性病、特殊病患者提供持续指导和上门服务的过程, 真正做到“以患者为中心”的要求, 有效解决了患者院内、出院后护理质量差距大、健

康指导不持续等诸多问题<sup>[6]</sup>。延伸护理贯彻“以人为本”的观念, 将患者需求和特点作为护理计划制定的核心, 结合现代化技克服了传统随访中时间、空间对服务水平的限制, 随时随地为患者提供个性化、科学的健康指导<sup>[6]</sup>。

本研究为糖尿病患者构建延伸护理方案, 首先为患者构建个性化档案, 其中涉及多项内容并及时更新, 便于延伸护理切实满足患者需求, 因时制宜。本研究结果可见: 出院 3 个月后, 研究组自我护理能力可见优势, SPSS 分析各方面评分均高于对比组 ( $P < 0.05$ )。研究组血糖指标可见优势, 出院 3 个月时三项血糖指标均低于对比组 ( $P < 0.05$ )。体现了延伸护理优势, 该护理模式从日常、情绪、运动和用药、并发症预防几方面进行护理, 根据不同方面的特点选择不同的随访方式, 日常以微信形式打卡, 便于护理人员及时掌握患者用药、饮食等情况并作适当调整, 每日通过环境、饮食管理维持身心状态稳定。每周、每个月了解患者情绪、运动等情况并给予针对性疏导和指导, 能够养成患者良好的习惯, 提高其自我护理重视程度, 符合“生物-心理-社会”护理需求, 对病情控制、血糖降低有积极意义<sup>[7]</sup>。

糖尿病患者最为严重的风险便是并发症, 延伸护理动态监测血糖指标并及时识别并发症风险, 配合患者高水平自我护理将并发症风险扼杀在萌芽中, 维持长期、理想的健康水平<sup>[8]</sup>。本研究结果显示: 研究组并发症发生率低于对比组 ( $P < 0.05$ )。此外, 本研究结果还显示: 研究组护理满意度高于对比组 ( $P < 0.05$ )。患者出院后通过延伸护理能够得到及时有效的健康指导, 各项风险降低、症状改善, 身心舒适度提升的同时感受到护理人员专业性和责任心, 满意度、认可度随之提高。

总而言之, 延伸护理模式符合糖尿病病人需求, 该模式可提高患者自我护理能力, 继而维持血糖水平的稳定, 避免糖尿病并发症的发生, 患者认可度、满意度较高, 值得临床推广和应用。

#### 参考文献:

- [1]高振玲,袁海燕,何塞. 网络互动平台的延伸护理服务对早期糖尿病肾病患者的应用效果观察[J]. 贵州医药,2022,46(6):981-982.
- [2]王丹丹. 个性化日记本导向下的延伸护理服务对老年 2 型糖尿病患者血糖控制达标率及再入院率的影响[J]. 山西卫生健康职业学院学报,2022,32(3):86-87.
- [3]任淑梅. 采用即时手机通信的延伸护理干预对新诊断 2 型糖尿病患者自我管理行为与生活方式的影响研究[J]. 糖尿病新世界,2021,24(9):108-111,115.
- [4]周文婷. 基于 AIDET 沟通模式的延伸性护理在糖尿病出院患者中的应用研究[J]. 当代护士(下旬刊),2022,29(1):42-45.
- [5]黄丽娇. 糖尿病延伸护理与居家护理干预对糖尿病患者生活质量和护理满意度的影响[J]. 糖尿病新世界,2021,24(4):152-154.
- [6]范小丽. 奥马哈系统的延伸护理应用于增生性糖尿病视网膜病变[J]. 实用中西医结合临床,2021,21(1):152-154.
- [7]刘峰利,汤书皖,汪丹,等. 互联网+背景下赋能增能健康教育模式在糖尿病视网膜病变患者延伸护理中的应用[J]. 海南医学,2023,34(9):1330-1334.
- [8]黄兰花,李晓颖,杨珍. 延伸护理服务对糖尿病足高危患者自我效能与生活质量的提升效果[J]. 医学食疗与健康,2021,19(16):154,162.