

糖尿病患者的内科护理方法与效果分析

Analysis of medical nursing methods and effects for patients with diabetes

甘忠丽

Gan Zhongli

(新疆阿拉尔市第一师七团医院 新疆阿拉尔市 843016)

(The Seventh Regiment Hospital of the First Division in Alar City, Xinjiang 843016)

摘要:目的:探讨对于糖尿病患者采取内科护理方法及护理效果。方法:将2021年1月至2023年1月收治的糖尿病患者198例,应用随机数字表法分成观察组(n=99)、对照组(n=99)。对照组采取常规护理措施,观察组采取内科护理。比较各组患者干预前后血糖指标[空腹血糖(FPG)、餐后2h血糖(2hPG)]及护理满意度。结果:两组患者经干预后,检测在FPG、2hPG水平较干预前指标水平降低,而观察组干预后指标低于对照组(P<0.05);观察组的护理总满意率95.96%高于对照组86.87%(P<0.05)。结论:针对糖尿病患者,实施内科护理方式,有利于控制患者血糖水平,提高患者满意度。

[Abstract] Objective: To explore the medical nursing method and nursing effect for diabetes patients. Methods: 198 patients with diabetes admitted from January 2021 to January 2023 were randomly divided into observation group (n=99) and control group (n=99). The control group received routine nursing measures, while the observation group received internal medicine nursing. Compare the blood glucose indicators [fasting blood glucose (FPG), 2-hour postprandial blood glucose (2hPG)] and nursing satisfaction of each group of patients before and after intervention. Result: After intervention, the levels of FPG and 2hPG in the two groups of patients decreased compared to the pre intervention indicators, while the observation group had lower intervention indicators than the control group (P<0.05); The overall satisfaction rate of nursing in the observation group was 95.96% higher than that in the control group, which was 86.87% (P<0.05). Conclusion: For patients with diabetes, the implementation of medical care is conducive to controlling the blood sugar level of patients and improving patient satisfaction.

关键词: 糖尿病; 内科护理; 血糖; 满意度

[Key words] diabetes; Internal medicine nursing; Blood sugar; Satisfaction

糖尿病是一种以慢性高血糖为主要特征的代谢性疾病,其病因复杂且不完全清楚。根据国际糖尿病联合会的数据,截至2023年,全球已有4.65亿糖尿病患者,其中绝大部分为2型糖尿病^[1]。糖尿病不仅对个体健康造成很大威胁,还对经济和社会产生巨大负担^[2]。因此,改善糖尿病患者的管理和治疗成为公共卫生话题的重要组成部分。国内外学者和医疗机构对糖尿病患者的内科护理方法进行了广泛的研究和实践探索。目前,糖尿病的内科护理方法主要包括以下几个方面:饮食控制、药物治疗、血糖监测、体育锻炼、心理支持等^[3]。国内外的研究表明,采用综合性的内科护理方法可以有效地降低血糖水平、控制病情稳定,并减少并发症的发生风险。本研究旨在分析糖尿病患者的内科护理方法与效果,探讨不同内科护理方法对糖尿病患者的影响,为临床实践和护理管理提供参考借鉴。报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2021年1月-2023年1月收治的198例糖尿病患者为研究对象。纳入标准:①符合《国家基层糖尿病防治管理指南(2018)》^[4]的诊断标准;②年龄在40-80岁,具有完整的临床资料;③具有正常沟通交流能力;④本人知情并签署同意书。排除标准:①合并心肝肾等器质性疾病患者;②存在恶性肿瘤及血液疾病患者;③患者本人及家属签署知情同意书。按照随机数字表法原则,分成观察组、对照组,各组均99例。观察组男性56例,女性43例;年龄42~80岁,平均(63.25±2.48)岁;糖尿病病程2~18年,平均(10.15±1.46)年。对照组男性58例,女41例;年龄40~80岁,平均(62.89±2.51)岁;病程2~18年,平均(10.08±1.53)年。两组患者的性别及年龄比较,差异无统计学意义(P>0.05)。

1.2 方法

对照组应用常规护理,主要嘱咐患者遵医嘱用药,告知患者保持良好心情,发放健康指导手册及嘱咐定期返院复诊。观察组采取内

科护理方法:(1)内科指导下的饮食护理。避免大量摄入米饭、面条、面包等主食,可以选择低GI(血糖指数)的粗粮、全麦产品替代;在每餐中将碳水化合物摄入均匀分配,减少单次大量摄入。膳食纤维含量较高的蔬菜和水果有助于降低血糖水平,提供饱腹感,全麦、糙米、燕麦等均富含膳食纤维,可以替代精细加工的谷类食物。减少摄入饱和脂肪和反式脂肪,增加不饱和脂肪的摄入,如橄榄油、鱼类、坚果等,限制加盐和高钠食物的摄入,如咸菜、火腿等。选择新鲜的蔬菜、水果和低钠的食材进行烹饪。避免一次性摄入过多食物,减轻胰岛负担。饮食期间内科护士经常通过电话随访,了解患者的饮食情况,对于未遵医引起的异常情况及时进行指导。(2)心理护理。内科护士与责任护士评估患者。了解患者情绪状态如焦虑、恐惧、抑郁等,针对存在焦虑和恐惧情绪者,与患者建立良好的沟通和信任关系,倾听患者的担忧和恐惧;针对抑郁和沮丧者,提供情绪支持和理解,倾听患者的情感表达,并鼓励他们寻求专业帮助;针对自信和动力不足者提供正面的心理支持和鼓励,帮助患者树立积极的自我形象和信心;教授应对压力的技巧,如积极思考、问题解决和放松训练等。进行心理应对评估,针对信息需求度高者提供相应知识,指导患者平常中积极需求他人支持,如呼叫护士或者询问病情。评估患者社交网络,针对患者经常联系的家人或者朋友可联系其经常探视患者。(3)日常生活护理。①药物管理:内科护士讲解糖尿病相关治疗药物,口服降糖药如二甲双胍、磺脲类药物、 α -葡萄糖苷酶抑制剂等,按照医生的处方和建议,按时、规律地服用药物。需要注意遵守用药剂量、时间和频率,注意不良反应和禁忌症。快速短效胰岛素主要用于进食前或进食后血糖控制,以模拟正常胰岛素分泌,中长效胰岛素用于基础胰岛素需求,提供持续的血糖调控。胰岛素注射需要精确计量和技巧。需要根据血糖监测结果和医生的指导来调整剂量和注射时间。定期与医生进行胰岛素用量和注射技巧的评估和调整;②血糖监测:按照医生或糖尿病教育师的建议,使用血糖仪检测血糖水平;建立日常测

量记录,追踪血糖值的波动,发现异常并及时与医生沟通;学习正确使用和保养血糖仪,定期校准以确保准确性;③定期锻炼:包括有氧运动和耐力训练,如快走、打太极拳、自行车骑行等,运动期间监测患者心率,控制每分钟运动心率在(200-年龄数)左右,针对年老体弱者达到标准的60%-70%即可。每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动,分散到每天30分钟以上;在锻炼前和锻炼期间监测血糖水平,避免低血糖发生。(4)健康教育。针对患者进行内科护理的知晓宣教,采取多样化的宣教手段,包括面对面宣教、发放健康手册、多媒体视频、专题讲座、微信指导等。邀请医生、护士、共同参与患者宣教工作,讲解疾病的病因病机、治疗方法、药物作用等。在讲解疾病知识的同时,可以讲解一些技巧性的内容,比如心情放松、运动锻炼、饮食烹饪等。

1.3 观察指标

(1) 血糖指标水平。两组均是持续随访3个月,在干预前后应用血糖仪检测空腹血糖(Fasting blood glucose, FPG)、餐后2h血糖(2h postprandial blood glucose, 2hPG)指标水平。(2) 护理满意度。采取自制的满意度问卷调查,问卷满分100分,根据得分分成非常满意(90-100分)、满意(70-89分)、不满意(70分以下)三个等级。总满意率=(非常满意+满意)/总例数×100%。

1.4 统计学分析

使用SPSS21.0软件做统计学结果分析,计量资料用($\bar{x} \pm s$)表示,使用t检验,计数资料用(%)表示,使用 χ^2 检验,以 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者血糖水平比较

两组患者干预后的FPG、2hPG水平较干预前降低,而观察组低于对照组($P < 0.05$),见表1。

表1 两组患者血糖水平比较(mmol/L, $\bar{x} \pm s$)

组别	n	FPG		2hPG	
		干预前	干预后	干预前	干预后
观察组	99	8.21 ± 1.28	6.02 ± 0.86 [*]	12.42 ± 1.86	7.24 ± 1.36 [*]
对照组	99	8.17 ± 1.33	7.11 ± 0.96 [*]	12.29 ± 1.91	8.41 ± 1.53 [*]
t		0.299	11.297	0.677	7.608
P		0.765	<0.001	0.499	<0.001

注:与本组干预前比较,^{*} $P < 0.05$ 。

2.2 两组患者护理满意度比较

观察组的护理总满意率高于对照组($P < 0.05$),见表2。

表2 两组患者护理满意度比较[n(%)]

组别	n	非常满意	满意	不满意	总满意
观察组	99	69 (69.70)	26 (26.26)	4 (4.04)	95 (95.96)
对照组	99	37 (37.37)	49 (49.50)	13 (13.13)	86 (86.87)
χ^2					5.212
P					0.022

3 讨论

糖尿病是非常常见的一种慢性病,以持续高血糖为典型特征^[5]。现阶段,随着社会经济不断发展,人们生活水平越来越高,因为平常生活中高糖、高热量及高脂肪食物等的摄入,导致患者体重增加及肥胖^[6]。同时,因为工作或者其他原因,使得很多人缺乏体育锻炼,这样使得机体胰岛素无法代谢摄入的糖分,长期糖分堆积使得患者也容易罹患糖尿病,如此对人们的生活质量及生命健康造成较大影响。

对于糖尿病的患者,患者需要长期甚至终身用药,而因为病程时间长,一些患者存在遵医行为不佳的情况,这样对于糖尿病患者血糖控制不利,降低患者治疗依从性以及治疗信心,因此在糖尿病患者治疗期间,应做好相关的护理干预工作^[7]。常规针对糖尿病患者的护理,护理项目少,多是以说教以及建议为主,无法根据患者实际情况实施针对性的干预,干预效果常不尽如人意^[8]。本次研究中,探讨内科护理方法对糖尿病患者干预效果,结果显示在经干预后的FPG、2hPG指标水平较干预前降低,而观察组干预后指标低于对照组,表明糖尿病患者采取内科护理有利于控制患者血糖指标水平。分析原因主要是内科护理方法包括规律用药、合理的饮食管理和体育锻炼,这些措施有助于控制血糖水平,避免高血糖的发生。内科护理方法包括糖尿病教育、饮食指导、药物管理等,有助于患者提高自我管理能力和患者能够更好地理解和掌握糖尿病的知识,主动参与治疗,并能应对血糖的波动和自我调整治疗方案。此外,内科护理方法鼓励患者采取健康的生活方式,如健康饮食、适度的体育锻炼和压力管理,这些改变有助于降低患者的血糖水平,同时也对整体健康有益^[9]。本研究结果显示,观察组患者的护理总满意率高于对照组。内科护理方法通过控制血糖水平、预防并发症和改善生活质量等方面,可以让患者感受到明显的效果和改善,患者血糖指标的稳定和明显的健康改善会增加他们对护理方法的满意度。内科护理方法通过健康教育和指导,帮助患者提高自我管理能力和掌握糖尿病的知识,患者能够更好地了解自身病情和治疗,主动参与护理过程,增加他们对护理方法的满意度^[10]。内科护理方法注重个体化的治疗和护理方案,根据患者的需求和特点进行个体化的护理指导。这种关注个体差异和需求的护理方法,能够满足患者的需求,提高他们的满意度。

综上所述,对于糖尿病患者,应用内科护理干预方法,可以取得良好干预效果,控制患者血糖水平,提高患者对护理工作的满意度,因此值得在临床中推广应用。

参考文献:

- [1]李丽丽.针对性护理用于内科老年糖尿病合并高脂血症患者的效果分析[J].中国医药指南,2021,19(30):136-137.
- [2]龚春燕.分析神经内科护理对脑卒中糖尿病患者康复的效果[J].糖尿病新世界,2021,24(04):128-130.
- [3]陈惜惜,郭采风.脑出血伴糖尿病患者行微创血肿清除术的护理方法与效果分析[J].糖尿病新世界,2020,23(21):132-134.
- [4]中华医学会糖尿病学分会.国家基层糖尿病防治管理办公室.国家基层糖尿病防治管理指南(2018)[J].中华内科杂志,2018,57(12):885-893.
- [5]江满珍.糖尿病肾病合并冠心病患者的护理方法及效果分析[J].心血管防治知识,2020,10(23):46-48.
- [6]赵兰燕.多样性护理在糖尿病患者心内科护理上的效果分析[J].糖尿病新世界,2020,23(10):92-93+96.
- [7]康金硕.糖尿病患者的内科综合护理干预方法及其有效性分析[J].实用糖尿病杂志,2020,16(02):35.
- [8]重庆兰.糖尿病患者的内科护理方法及其有效性分析[J].中国农村卫生,2020,12(06):6.
- [9]陈凤祥,官尧娟.糖尿病患者的内科护理方法及其有效性分析[J].糖尿病新世界,2019,22(22):8-9+14.
- [10]董仙梅.2型糖尿病患者的护理干预方法与实施效果分析[J].糖尿病新世界,2019,22(20):169-170.