

老年糖尿病患者夜间低血糖的预防措施分析

齐玉增

(河南省军区洛阳第四干休所 河南省 471000)

摘要:目的 探讨老年糖尿病患者夜间低血糖的预防措施。方法 选取40例老年糖尿病患者作为研究对象,用数字表法对患者进行随机分组,每组20例。接受常规护理的确定为对照组,接受预见性护理的确定为观察组,分析两组患者低血糖的发生概率差异。结果 观察组患者出现低血糖率8.0%明显低于对照组(25.0%),组间差异显著($P<0.05$)。结论 预见性护理方法在老年糖尿病患者夜间低血糖预防方面有着确切效果,能够明显降低患者低血糖的发生概率,提升患者的护理满意度。

关键词:老年糖尿病;夜间低血糖;预防;护理

糖尿病是临床发病率高的一种慢性病,与患者内分泌代谢紊乱有关,表现为高血糖症状。因为胰岛素分泌不足,造成患者在较长时间之内存在着代谢紊乱问题,最终诱发系统功能障碍或者是器官衰竭等,给患者的身心健康带来极大威胁^[1]。糖尿病在中老年群体当中比较常见,尤其是老年患者本身年龄较大,大部分伴随有基础疾病,在对患者进行药物治疗时很容易出现夜间低血糖现象。如果不能及时发现并治疗低血糖的话,极容易损害患者的神经机能,情况严重的话还有导致患者死亡。对此,在对老年糖尿病患者进行护理中,要将夜间低血糖的预见性护理作为一重中之重,积极预防低血糖症状。现将本次研究结果进行如下说明。

1 资料与方法

1.1 一般资料

此次研究选取 40 例老年糖尿病患者作为研究对象,所有入选患者均符合糖尿病的诊断标准,且患者年龄均大于 80 岁,排除存在有沟通障碍肿瘤等疾病的患者。本次研究得到了伦理委员会许可,也得到患者与家属的知情同意,签署了知情同意书,且能够配合完成整体治疗工作。用数字表法对患者进行平均分组,每组 20 例,命名为对照组和观察组。对照组的男女比例为 19:1,年龄为 80-95 岁,平均年龄 86.9 岁。观察组患者的男女比例为 18:2,年龄为 81-96 岁,平均年龄 87.3 岁。两组患者的基础资料经对比后发现没有明显差异,可以进行对比分析,而且两组的效果差异具备可比性 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组患者在入院之后接受常规护理干预,也就是严密监测患者的生命体征,发现并及时报告患者的异常情况,做好对患者的临床用药指导,合理控制血糖,并在一定程度上尊重并满足患者的实际需求。

观察组则在入院后接受预见性护理,把预防夜间低血糖作为重点,具体的预防护理方法包括:第一,心理护理。糖尿病属于内科疾病,在治疗与护理环节除了要采取专业疗法之外,还需要考虑社会、心理等方面的因素,所以在加强躯体治疗的同时,也要做好患者心理上的调节,维持患者积极健康的心理状态,以便对病情改善起到促进作用。在入院之后,护理人员就要加强与患者的互动交流,深入了解患者病情,准确评估心理状态,并结合患者的心理特征,制定相应的心理疏导方法。护理人员也要做好和家属的沟通,指导家属掌握一定的心理指导方法,增加对患者的心理支持与关心关爱,从而帮助患者缓解焦虑、恐惧等不良心理状态。第二,血糖监测。为了有效预防老年糖尿病患者夜间低血糖情况,需要定时监测患者的血糖值,尤其是在患者接受胰岛素强化治疗或者是加大降糖药用量的情况下,更是要增加血糖检测的次数,通常情况下需要在三餐前、凌晨 12 点、凌晨 3 点等做好血糖监测。特别是在面对不存在低血糖症状,但反性比较低的患者,如果患者发生持续昏迷的问题,在查房时需要增加频率,并且做到认真监测。第三,健康教育。糖尿病的血糖控制较为规范,如果没有做好血糖控制的话,极容易出现不同类别的并发症,病情严重的话还会给患者的生命健康带来威胁。护理人员需要做好面向患者与家属的健康教育,告知低血糖的注意事项与应急处理,指出容易出现低血糖的情况,增强患

者对夜间低血糖的应急急救以及自我识别技能。比方说可告知患者准备一些饼干、糖果等食物,在出现夜间低血糖之后可立即食用,但是如果情况严重的话,必须及时滴注葡萄糖。第四,运动训练。帮助并且指导患者适当开展有氧运动,其中是以老年糖尿病患者的有散步、慢跑、太极拳等。不过在运动时需要备好糖果或药物,避免出现低血糖。患者不能够在空腹时运动,而是在饭后半个小时之后运动,同时注意控制运动量,不能够运动时间长且强度大。第五,低血糖应急护理。如果患者夜间低血糖的症状相对较轻,就可以口服糖水或者是吃一些饼干、巧克力等食物。但是如果患者的症状比较严重的话,可以先静脉注射葡萄糖溶液,之后用静脉点滴方法注射,直至患者血糖回升^[2]。

1.3 统计学方法

观察指标:评估和对比两组患者出现夜间低血糖的概率。

2 结果

观察组患者出现低血糖的概率明显低于对照组,组间差异显著,符合 $P<0.05$ 。具体结果见下表。

表1 两组患者发生低血糖概率情况对比

| 组别 | 血糖正常 | 高血糖 | 低血糖 | 低血糖发生概率 |
|-----|------|-----|-----|---------|
| 观察组 | 17 | 1 | 2 | 8.0% |
| 对照组 | 13 | 2 | 5 | 25.0% |

3 讨论

老年糖尿病患者因为本身的身体素质与抵抗力低下,抵御疾病的能力较弱,再加上糖尿病的影响,需要得到专业化的护理健儿给患者的生命安全提供有效保障。夜间低血糖是老年糖尿病患者的常见并发症,如果没有及时发现并积极干预的话,很容易给患者的生命健康带来威胁,增加安全风险,影响护理效果^[3]。所以,在对老年糖尿病患者进行护理干预时,需要将夜间低血糖的预防护理作为重中之重,采取完善化的预见性护理策略,主要包括心理护理、血糖监测、运动训练、健康教育、低血糖应急护理等。本次研究发现,在对观察组患者实施预见性护理后,患者出现夜间低血糖的概率为 8.01%,明显低于对照组的 25.0%,这表明在对患者实施了有效的预见性护理干预后,患者夜间低血糖的发生概率明显降低,血糖控制效果比较理想,有助于提高患者的整体生活质量。

综上所述,预见性护理方法在老年糖尿病患者夜间低血糖预防方面有着确切效果,能够明显降低患者低血糖的发生概率,提升患者的护理满意度,值得在今后护理工作中推广运用。

参考文献:

[1] 徐凌,陈婕.护理干预对降低老年糖尿病患者强化治疗期间低血糖发生率的效果评价[J].实用临床医药杂志,2017,21(6):42-44,48.

[2] 李菲,宋开兰.住院老年糖尿病病人夜间低血糖预防措施实施效果的系统评价[J].护理研究,2018,32(10):1624-1628.

[3] 周霞.优化胰岛素注射降糖对老年糖尿病患者血糖水平、低血糖发生率及自我保健能力的影响[J].检验医学与临床,2017,14(4):556-558.