

## 循证护理与常规护理对老年 2 型糖尿病患者护理效果对比

杨雪

华中科技大学同济医学院附属武汉市中心医院内分泌科 湖北武汉

【摘要】目的：研究循证护理与常规护理对老年 2 型糖尿病患者护理效果。方法：选取 2015 年 10 月至 2016 年 10 月期间，本院收录老年 2 型糖尿病患者总计 60 例。依照循证护理与常规护理模式，分为观察组和对照组，每组患者人数为 30 人。观察组采用循证护理，对照组采用常规护理。对比两种护理模式对老年 2 型糖尿病患者护理效果进行分析。结果：在护理干预前，两组患者均无明显差异，不具有统计学意义（即  $P > 0.050$ ）；在进行护理干预后，观察组的护理效果有效性高于对照组的护理效果的有效性。差异具有统计学上的意义（ $P < 0.050$ ）。结论：循证护理在降低老年 2 型糖尿病的相关并发症方面，明显优于常规护理模式，能够更为有效的减轻患者忧虑，改善患者生活水平，因此值得在临床上推广应用。

【关键词】循证护理；常规护理；2 型糖尿病

糖尿病是由遗传因素、免疫功能紊乱、微生物感染及其毒素、自由基毒素、精神因素等等各种致病因子作用于机体导致胰岛功能减退、胰岛素抵抗等而引发的糖、蛋白质、脂肪、水和电解质等一系列代谢紊乱综合征<sup>【错误！未找到引用源。】</sup>。临床上以高血糖为主要特点，典型病例可出现多尿、多饮、多食、消瘦等表现，即“三多一少”症状。为区分不同表现特征的病症，临床上将糖尿病分为 1 型和 2 型糖尿病或妊娠、特殊类型种类的糖尿病。本次研究将针对常见的 2 型糖尿病作为研究对象，探究循证护理与常规护理对老年 2 型糖尿病患者护理效果，现将报道如下：

## 1、资料与方法

### 1.1 一般资料

选取 2015 年 10 月至 2016 年 10 月期间，本院收录老年 2 型糖尿病患者总计 60 例。分为观察组（循证护理）和对照组（常规护理模式），每组患者人数为 30 人。收录标准<sup>【错误！未找到引用源。】</sup>为：a.空腹血糖  $\geq 7.0$  mmol/L 且符合糖尿病诊断标准或糖尿病临床针状表现明显且随机血糖  $\geq 11.1$  mmol/L；b.患者年龄均  $\geq 60$  岁且都为 2 型糖尿病患者；c.排除曾经接受过治疗或降血糖治疗的以及其他干扰因素的患者。经核实对比，此次所有患者均签署患者知情同意书，且一般资料均无明显差异，差异不具有统计学意义（ $P > 0.05$ ），具有可比性。

### 1.2 方法

对照组：采用常规护理模式，具体内容例如：调节饮食，量少多餐，食用高纤维水果蔬菜，避免高糖、易吸收易流失的碳水化合物；保证每天锻炼，维持生活节奏，注意运动强度和运动方法；指导血糖仪正确的使用方式，记录监测血糖、尿糖的数值；定期进行心理疏导和回访；注意个人卫生和药物治疗的注意事项；当身体不适时应当及时通知医生<sup>【错误！未找到引用源。】</sup>。

观察组：在对照组常规护理模式下，进一步采取 4 步走的护理模式：

a. 循证问题：结合个体差异，分类单独解决每位患者各种相关问题，例如：情绪焦虑、致病原因，治疗方式，并发症等一系列患者困惑、护理难点、痛点问题。

b. 循证支持：采用实际询问，挨个询问，一人一问并记录，结合相关临床经验和查阅资料文献，最大程度上提供科学有效的解决方式。

c. 循证观察：针对观察组的护理模式，对比对照组的护理模式，对患者病情进行效果分析和满意度调查。

d. 循证应用：主要包括饮食、运动、心理三个方面的护理。饮食护理，定时定量，避免高量碳水化合物、高脂肪、高胆固醇类的三高食品；运动护理，制定适宜运动计划，专人负责提醒和指导，鼓励肥胖患者进行适当减脂；心理护理，长期用药容易造成人的心理健康问题，因此应当额外注重医护人员的神情举止，做到文明用语，耐心答疑，多多鼓励尊重老年患者，加强沟通。

### 1.3 观察指标

疗效等级标准：显现、有效、无效。显效：血糖、尿糖恢复至

正常水平，各类疾病症状消失。有效：血糖、尿糖大幅度下降，各类疾病症状基本消失。无效：血糖、尿糖无特别明显变化，各类疾病症状无明显改善。

### 1.4 统计学分析

采用 SPSS19.0 软件处理实验数据，计量资料使用（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，计数资料使用  $\chi^2$  检验。计数资料用百分率表示。以  $P < 0.050$  表示差异具有统计学上的意义。

## 2、结果

### 2.1 两组患者治疗效果对比

观察组治疗效果显著优于对照组，比较差异具有统计学意义，（即  $P < 0.05$ ），详情见表 1。

表 1 两组患者治疗效果对比 [例 (%)]

组别	n	显效	有效	总有效
观察组	30	15 (50.00)	10(35.00)	25 (83.34)
对照组	30	8(26.67)	6(20.00)	14 (46.67)

## 3、讨论

糖尿病是比较常见的慢性疾病，一般可以分为 1 型糖尿病和 2 型糖尿病。1 型糖尿病只能够通过注射胰岛素，才能够有效的控制高血糖来稳定病情，口服降糖药是没有什么效果的。但是 2 型糖尿病是可以适当的口服降糖药治疗，然后再配合饮食控制和运动来进行辅助治疗，通过这些治疗能够取得很好的降血糖效果，在口服降糖药治疗失败之后，也是可以采取胰岛素治疗的。因此，针对老年 2 型糖尿病患者该如何采取科学有效且最为适宜的护理模式就显得及其重要了。

在本次研究中，观察组治疗效果显著优于对照组，比较差异具有统计学意义，（即  $P < 0.05$ ）。但笔者发现国内循证护理还不成熟，循证护理的认知及实施状况较差；实施循证护理的客观条件不成熟；循证护理未进行专门的培训；护理整体队伍水平不高等问题。因此，对今后国内临床护理人员就提出了更高的要求，这样才能够更好的实施循证护理，持续提高护理质量，推动护理学科的发展。

综上所述，循证护理是在循证医学背景下产生的一种指导护理实践的科学工作方法，近年来被广泛的用于护理实践的各个领域，对提高护理服务质量起到了非常重要的作用，同时也因此给传统的常规护理带来不同情况的挑战。根据本次研究结果，可以得知循证护理对于老年 2 型糖尿病患者其实相较于传统的常规护理模式是更能取得较好的护理效果，因此在相关老年 2 型糖尿病的治疗方面，应当积极推广。

### 参考文献：

[1]吴凌康, 杨育林, 施维群, 等. 益气养阴活血治则对 2 型糖尿病合并脂肪肝患者之胰岛素抵抗和血清瘦素水平的影响 [J]. 中华中医药学刊, 2012, 30(1):108-110

[2]张梅香. 甘精胰岛素联合那格列奈治疗老年 2 型糖尿病疗效观察 [J]. 现代中西医结合杂志, 2012, 21(8):842-843

[3]中华医学会糖尿病学分会. 中国 2 型糖尿病防治指南(2010 年版) [J]. 中国医学前沿杂志:电子版, 2011, 3(6):54-103