

# 社区糖尿病护理对患者遵医行为的效果探讨

吴梦竹

(东亭社区卫生服务中心 江苏无锡 214000)

**摘要:**目的 对社区糖尿病护理是否影响病人的遵医行为给予分析;方法 自2020年下半年本社区糖尿病患者中确定160人进行探索,同时区分为二个小组,对照组实施一般护理,观察组实施社区护理干预,比较了二个小组病人的真实护理效果;结果 观察组病人护理效果较好,对照组稍差;结论 应用社区糖尿病护理方法能够使病人产生良好体验,促进其产生遵医行为。

**关键词:**社区护理;糖尿病病人;遵医行为

糖尿病指的是人的内分泌系统发生病变的疾病,大多情况下会影响病人的一生。在时代快速更新的过程中,人们的经济收入不断增多,食物质量越来越高,但同时出现了一定数量的糖尿病患者<sup>[1]</sup>。实践表明,在糖尿病患者护理过程中实施社区护理干预能够促使病人主动配合医护人员的操作,有利于将血糖控制在合理范围内,防止病人病情加快发展。为了全面掌握社区护理对糖尿病患者遵医行为的影响,笔者自2020年下半年本社区糖尿病患者中确定160人进行探索,主要过程如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 基本资料

自2020年下半年本社区糖尿病患者中确定160人进行探索,其中男91人,女69人,年龄处于37-68岁之间,年龄平均数为55.47岁,患病时间为1-9年,平均数为6.8年,经有关科室全面审核,全部参与研究病人均符合糖尿病判断标准。将其区分为二个小组,比较二个小组病人的各项信息,其各类信息基本相似,意味着此研究具有一定的代表性。

### 1.2 方法

对照组引入一般护理,观察组引入社区护理方法,主要方法有:第一,开展健康知识教育。护理人员开展健康知识宣传,利用在社区宣传栏书写健康知识、发放知识画册、播放健康知识视频、讲解有关糖尿病知识等各种做法,帮助糖尿病患者正确面对自身病情,保证了病人情绪稳定,同时教给病人自行测量血糖的方法,明确血糖变化的正常范围。再有,护理人员还需督促糖尿病患者起居应该讲究一定的规律,作息时间要相对固定,不得接触烟酒,每天清洗全身皮肤,及时更换内衣内裤,防止发生感染等并发症<sup>[2]</sup>。第二,关注病人饮食。只有合理控制饮食,才能防止病人血糖发生突然变化,开展其他治疗均离不开饮食的控制,如果糖尿病患者意识不到控制饮食的重要性,在饮食方面不加节制,那么其他治疗方法收效甚微。合理控制饮食可以减轻胰岛素的依赖性,防止身体内胰岛细胞压力过大,保证胰岛细胞正常发挥作用,所以护理人员要依据营养师制订的饮食标准为其合理规划饮食,保证糖尿病患者每天摄入的热量合理,准确控制病人日常饮食数量,防止出现各类营养搭配不合理的现象,对病人反复强调进食要做到定时定量。并详细讲解饮食控制在治疗糖尿病中的重要性。只要病人确诊为糖尿病则需严格依据医生要求做到科学饮食,并保证在较长时期内不得违反,有利于及时纠正病人内分泌紊乱的情况,防止发生各类并发症<sup>[3]</sup>。第三,合理运动。护理人员要结合病人的病情发展与身体素质,为糖尿病患者制订科学的运动计划,也可在全面了解病人运动爱好的情况下鼓励病人从事散步、慢路、体操等运动,要告诉病人每次运动时间不得过长,要做到由易到难、由简入繁。第四,科学用药。护理人员要对糖尿病患者认真阐述降糖药的基本情况,如药物名称、药物功能、使用方法、服用数量,以及可能出现的不良反应等,叮嘱病人中途不得私自停药,要做到长期坚持<sup>[4]</sup>。第五,解决病人的心理问题。一旦确诊为糖尿病则需接受长时间的治疗,而且并发症风险存在于治疗的各个环节,需要支出较高的经济费用,有时还会出现治疗效果不理想的现象,所以有的糖尿病患者会出现抵触行为,影响病症的治疗效果。在精神压力不断增大的情况下,有的病

人会表现为程度不同的心理障碍,结合病人对糖尿病不了解不认识,因此治疗过程中极易出现紧张、躁动、担心等心理波动现象,不能主动支持医护人员的操作。护理人员要及时采取合理的心理护理方法,疏导病人的不良情绪,鼓励病人尽情表达自己的思想,为病人详细讲解糖尿病知识,在与病人加强交流的过程中及时确定病人的精神状态,明确告诉病人糖尿病是一种可以控制的病症,只要主动配合医护人员的操作,则可防止病情反复,也可邀请治疗效果突出的病人表述自己的治疗体验,有利于稳定病人心理。支持病人与正在使用胰岛素的患者交流,以提高病人关于胰岛素的认识,打消病人产生的疑虑,防止病人心理压力过大。同时鼓励病人家属与其加强交流,使其意识到家庭成员对自己的关心爱护,感受良好的家庭氛围,从而安心接受治疗<sup>[5]</sup>。

## 2 结果

经过一段时间的护理后,对照组80人,遵医行为较好的60人,占对照组人数的75.00%。观察组80人,遵医行为较好的78人,占观察组人数的97.50%。二个小组数据表现为较大落差,表明观察组病人护理结果较为理想,对照组稍差。

## 3 讨论

### 3.1 社区护理有利于控制病情

社区护理干预以宣传教育为主,能够保证病人产生遵医行为,主动参与体育锻炼、做到科学控制饮食,从而将病情发展控制在合理范围内。但因为糖尿病具有一定的特点,只有督促病人在日常生活中讲究一定的规律才能防止病情过快发展,杜绝出现各类并发症。生活方式与药物治疗存在一定差异,生活方式的作用更加明显。

### 3.2 社区护理促使病人合理运动

身体过度肥胖、长时间缺乏运动等是引发糖尿病的主要原因。大量糖尿病患者意识不到合理运动在治疗疾病过程中的重要性,通过护理人员反复宣传与教育,及时纠正了糖尿病患者的看法,促使病人主动参与合理的运动,这对有效控制病情意义重大。

## 4 结论

糖尿病患者的治疗情况与本人的遵医行为密切相关,但当前大量糖尿病患者意识不到遵医行为的重要性,在治疗过程中存在着一定数量的抵触行为。本研究发现,社区护理干预能够引导病人主动配合医护人员操作,达到有效控制病情的效果,所以社区护理干预是一种适合在较大范围内宣传的护理方法。

## 参考文献:

- [1] 刘福莉.改善高血压患者遵医行为的社区护理探讨[J].齐鲁护理杂志.2019(01)
- [2] 王蕊辉.社区护理对糖尿病患者遵医行为和并发症防控的影响[J].求医问药(下半月).2019(11)
- [3] 杨桂芝.浅析社区护理对糖尿病患者遵医行为和血糖的影响[J].临床医药文献电子杂志.2020(44)
- [4] 刘铜华.糖尿病患者社区护理存在的问题与对策[J].国际中医中药杂志.2020(02)
- [5] 赵军红.糖尿病患者的社区护理[J].实用临床护理学电子杂志.2020(03)