

健康教育在妊娠糖尿病护理中的应用效果分析

王娟

(吉林市中心医院 吉林 132001)

摘要:目的:探究健康教育在妊娠糖尿病护理中的应用效果。方法:选取我院收治的妊娠期糖尿病患者 94 例,随机分为健康教育组和对照组,每组患者 47 例。对照组进行常规护理,健康教育组进行健康教育护理。对比两组患者的血糖控制情况和护理满意度。结果:健康教育组患者的血糖控制情况优于对照组,护理满意度(95.74%)高于对照组(80.85%)。结论:对妊娠糖尿病患者进行健康教育护理,可以提高患者的健康意识,帮助其维持良好的血糖水平,同时提高其护理满意度,值得在临床推广应用。

关键词:健康教育;妊娠糖尿病护理;应用效果

现如今,人们的饮食结构发生了巨大的变化,糖尿病的发病率只增不减。而对于孕妇群体,其在妊娠期间,受到胎盘激素的影响,胰岛素的作用会受到抑制,加之孕期饮食增加,血糖会经常处于较高的水平,这就大大增加了孕妇患上妊娠期糖尿病的风险^[1]。妊娠期糖尿病不但会危害母体的健康,还会对胎儿产生影响,例如胎儿体积过大、血糖过低等,所以,及时的治疗极为重要。然而,由于许多患者对妊娠期糖尿病并不了解,而该疾病又与生活习惯有着密切的联系,所以会影响到治疗的正常进行。因此,在治疗过程中,健康教育是必不可少的。本次就对健康教育在妊娠糖尿病护理中的应用效果进行了研究,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2020 年 2 月~2021 年 2 月我院收治的妊娠期糖尿病患者 94 例,随机分为健康教育组和对照组,每组患者 47 例。其中健康教育组患者年龄范围 21 至 39 岁,平均年龄(27.27±2.94)岁,妊娠时间 22 至 31 周;对照组患者年龄范围 22 至 40 岁,平均年龄(28.22±2.54)岁,妊娠时间 23 至 30 周。两组患者一般资料可以进行对比(P>0.05)。

1.2 护理方法

对照组患者进行常规护理,包括告知患者病情,交代注意事项,常规饮食指导,遵循医嘱进行药物治疗等,并监测患者生命体征。在此基础上,对健康教育组进行健康教育护理,具体方法如下。(1)健康知识科普。举办健康知识讲座,使用通俗语言,讲解妊娠期糖尿病发病机制,危害,治疗的必要性等。并且发放健康手册,供患者及其家属阅读。(2)心理护理。妊娠期妇女受激素影响,可能会出现情绪不稳定的情况。护理人员应观察患者的情绪状态,并及时进行纾解,倾听患者的真实想法。(3)饮食护理。对于患者的饮食,护理人员应当进行密切关注,在保证营养充足、高维生素、高蛋白的前提下,需控制糖分、热量的摄入。并且,饮食计划要根据患者的具体状况来制定,例如体重基数过大的患者,需要循序渐进的进行饮食控制。需要向患者讲解饮食的重要性,让其配合饮食护理。(4)运动护理。为了加大葡萄糖的代谢,患者应进行适当的运动。例如每日散步等。这样,不仅可以控制血糖,还能够增加机体免疫力^[1]。(5)电话随访。即便患者经过治疗后,血糖趋于稳定,也不可以忽视出院后的护理。应留下患者联系方式,对其进行定期的电话随访,询问其生活状态、血糖控制情况等,必要时可给予健康指导^[2]。

1.3 观察指标

(1)统计两组患者的血糖变化情况。测量患者的清晨空腹血糖,午餐前血糖,餐后两小时血糖。

(2)使用调查问卷,统计患者护理满意度。分为三个等级:满意,较满意,不满意。

1.4 统计学方法

统计学结果由 SPSS26.0 统计学软件统计完成,若组间数据对比结果差异显著 P<0.05,则具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者血糖变化情况

健康教育组清晨空腹血糖、午餐前、午餐后 2 小时的血糖值均低于对照组,且差异具有统计学意义(P<0.05),详情见表 1。

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

组别	清晨空腹血糖	午餐前血糖	餐后 2h 血糖
对照组(47)	5.71±0.92	6.23±0.51	8.69±1.82
健康教育组(47)	4.33±0.21	4.81±0.18	5.11±1.41
t 值	10.025	18.000	10.660
P 值	<0.05	<0.05	<0.05

2.2 两组患者护理满意度

比较组间患者护理满意度,发现健康教育组的患者对护理的满意度要高于对照组(P<0.05)。具体数据见表 2。

表 2 对比组间患者对护理的满意度[n(%)]

组别	满意	较满意	不满意	总满意数
健康教育组 (47)	31(65.95)	14(29.78)	2(4.25)	45(95.74)
对照组(47)	19(40.42)	19(40.42)	9(19.14)	38(80.85)
X ²	-	-	-	5.044
P	-	-	-	<0.05

3 讨论

妊娠期糖尿病,顾名思义,是指女性在妊娠期间,出现了糖尿病;或者在妊娠前就存在隐性糖尿病,但在妊娠后疾病得到发展,可确诊为糖尿病。该疾病有较大的危害,控制不得当,对母婴均有损伤^[1]。但是,一般情况下,若患者得到及时治疗,并保证良好的饮食,对体重进行控制,是可以顺利分娩的。然而,该疾病的控制与治疗是双向的,不仅需要医疗工作者的努力,还需要患者进行良好的自我管理。但是,由于多数患者对疾病的了解不足,疾病的控制效果并不理想。因此,在护理工作中,对患者进行健康教育是十分必要的。不仅能够缓解患者的不良情绪,还能够从根本上提高患者的依从性,从而获得较好的治疗效果。本次就对健康教育在妊娠糖尿病护理中的应用效果进行了研究,结果令人满意:健康教育组患者的血糖控制情况,护理满意度均优于对照组。

综上所述,对妊娠糖尿病患者进行健康教育护理,可以提高患者的健康意识,帮助其维持良好的血糖水平,同时提高其护理满意度,值得在临床推广应用。

参考文献

- [1]郭婉珊.健康教育干预在妊娠合并糖尿病患者护理中的效果[J].岭南急诊医学杂志,2020,129(05):121-122.
- [2]梁建华.心理护理与健康教育在妊娠糖尿病产妇护理中的应用[J].临床医药文献电子杂志,2020年7卷72期,136-137页,2020.
- [3]李灿蓉、钟华燕、何小程.产妇健康教育护理对妊娠糖尿病干预的作用分析[J].糖尿病新世界,2020,23(19):123-124+127.
- [4]王珊珊.健康教育及心理护理干预应用于妊娠期糖尿病患者血糖控制及妊娠结局的效果评价[J].健康必读,2019,000(06):138.