

# 针对性护理对老年糖尿病患者自我管理行为及血糖控制的影响

曹欢

绵阳市中医医院内分泌科

**【摘要】目的** 选取 2019 年 1 月-2019 年 12 月老年糖尿病患者 120 例, 随机平分为对照组给予常规护理, 观察组给予针对性护理。对比并分析两组患者的自我管理行为及血糖的控制情况。**结果** 干预后对照组的自我管理行为得分明显低于观察组 ( $P<0.05$ ); 干预后观察组空腹血糖、餐后 2h 血糖明显优于对照组 ( $P<0.05$ )。**结论** 针对性护理, 明显提高患者的自我管理行为, 血糖控制。

**【关键词】** 老年糖尿病; 针对性护理; 自我管理行为; 血糖控制

**【中图分类号】** R473.5

**【文献标识码】** A

**【文章编号】** 1005-4596 (2020) 02-118-02

2 型糖尿病为临床常见的一种内分泌代谢性疾病, 患者长时间处于高血糖水平可损伤全身重要器官, 引发一系列慢性并发症, 严重降低患者生活质量。本病病因较为复杂, 可能与缺乏运动、肥胖以及不合理饮食等存在一定关系, 因此, 临床治疗本病除了采用药物治疗外, 还需加强饮食、运动管理等自我防护。然而, 在临床实践中, 部分糖尿病患者尤其是老年患者由于对疾病、治疗了解不充分, 致使其遵医行为较差, 治疗信心不足等, 影响治疗效果, 在治疗过程中有必要加强护理干预使其更好地配合临床工作<sup>[1]</sup>。鉴于此, 本研究将观察针对性护理对老年糖尿病患者自我管理行为及血糖控制的影响。现报告如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选择 2019 年 1 月-2019 年 12 月老年糖尿病患者 120 例, 随机平分为观察组中男 28 例, 女 32 例, 年龄 53~78 ( $62.51\pm 5.87$ ) 岁。对照组中男 29 例, 女 31 例, 年龄 52~79 ( $63.12\pm 6.13$ ) 岁。

### 1.2 方法

对照组予以常规内科护理, 主要包括血糖监测、常规疾病知识宣教、用药指导以及饮食运动指导等。在此基础上, 试验组实施针对性护理, 具体如下: (1) 成立针对护理小组: 小组由护理组长 1 名, 责任护士 1 名, 质控成员 3 名 (负责针对资料的收集) 组成, 所有成员经针对护理知识培训学习, 有一定写作能力, 且熟练掌握文献检索方法。(2) 针对问题总结: 通过在知网、万方、维普数据库、纸质医学期刊以及百度学术中检索“2 型糖尿病”、“老年患者”、“护理”、“自我效能”、“血糖”等中文关键词, 获取相关文献资料, 依据文献的治疗、可信度等筛选出有价值的文献, 总结老年糖尿病患者护理工作中存在的重点、难点。(3) 针对护理计划实践: 根据查阅的文献和以往的护理经验, 并根据我科实际情况以及患者特点制定针对护理计划<sup>[2]</sup>。1) 健康宣教: 部分老年患者由于对疾病认知不准确而不遵医嘱用药治疗, 也轻视日常生活习惯对血糖的影响。因此, 护理人员应向患者发放健康教育宣传册进行 2 型糖尿病方面的健康教育, 包括 2 型糖尿病发病机制、表现、治疗方法、药物用法用量以及治疗过程中的注意事项等, 同时护理人员定期评估患者对疾病知识的掌握程度, 并耐心解答患者的疑问, 直至其能够完全理解为止。2) 心理干预: 老年糖尿病患者的病程较长, 再加上血糖的反复波动, 其心理压力相对较大极易产生焦虑、抑郁等负面情绪。因此, 在护理期间需做好患者的心理疏导工作, 分析患者的性格特点及家庭状况, 以热情、亲切、和蔼的态度与患者交流,

耐心地回答患者提出的疑问, 多关心、体贴患者, 并针对性为患者提供心理指导, 使其积极配合治疗。3) 饮食和运动干预: 合理饮食、科学运动是糖尿病护理的核心内容, 根据患者实际情况制定合理的饮食、运动计划, 可帮助患者养成良好的生活习惯, 利于控制血糖稳定<sup>[3]</sup>。因此, 护理人员根据患者身高、体重与每天活动量, 计算每天所需总热量, 然后根据患者的身体健康状态、饮食习惯以及经济状况等为其制定针对性饮食方案, 主食可选择大米、小米、燕麦片、小麦面及荞麦面等, 积极纠正部分患者的“只限主食, 副食随便吃”与“吃的越少越好”等错误观点, 同时指导患者多食用粗纤维丰富的蔬菜, 比如白菜、芹菜及蒜苗等。平时饮食需做到“四忌”, 忌过甜、过咸、过饱、过油腻, 并尽可能少食用鱿鱼、动物内脏、鸡皮以及蛋黄等高胆固醇食物。此外, 指导患者以步行、慢跑、做健身操以及骑自行车等方式进行运动, 运动时间在餐后 1h 左右, 每次运动控制在 30min 左右, 每天运动 1~2 次。两组随访观察 6 个月。

### 1.3 统计学方法

采用 SPSS18.0 软件进行数据处理, 计量资料以  $\bar{x}\pm s$  表示, 采用 t 检验。

## 2 结果

干预前, 实验组空腹血糖  $7.35\pm 0.45$ 、餐后 2h 血糖  $11.24\pm 1.62$  以及糖化血红蛋白  $7.06\pm 0.58$ , 对照组空腹血糖  $7.43\pm 0.52$ 、餐后 2h 血糖  $11.68\pm 1.672$  以及糖化血红蛋白  $6.76\pm 0.53$ , 无明显的差异 ( $P>0.05$ ); 干预后, 试验组实验组空腹血糖  $5.32\pm 0.35$ 、餐后 2h 血糖  $7.44\pm 0.68$  以及糖化血红蛋白  $5.86\pm 0.56$ , 对照组空腹血糖  $6.65\pm 0.55$ 、餐后 2h 血糖  $9.08\pm 0.67$  以及糖化血红蛋白  $6.756\pm 0.52$ 。患者上述各项血糖指标值实验组干预后均优于干预前和对照组 ( $P<0.05$ )。

## 3 讨论

近年来, 随着我国人口老龄化进程加快, 2 型糖尿病患者不断增多, 对患者生命健康造成严重威胁。现阶段, 对于 2 型糖尿病常采用口服降糖药、胰岛素治疗, 还常辅以常规护理进行干预, 但常规护理仅是为了配合治疗而定, 缺乏针对性干预措施<sup>[4]</sup>。本研究为进一步提高老年糖尿病的护理效果, 对试验组患者予以针对性护理, 结果显示, 干预后试验组患者的自我效能感高于对照组, 且患者的各项血糖指标均显著优于对照组, 表明了针对性护理对改善老年糖尿病患者的血糖水平具有重要的作用。针对性护理是由针对医学衍生而来, 在针对性护理实施过程中, 会将前人科研成果、临床护理经验以及

(下转第 120 页)

护理满意度方面, 观察组(98.11%)高于对照组(84.91%), 差异有统计学意义,  $P < 0.05$ , 见表2:

### 3 讨论

压疮在临床中比较常见, 主要因局部组织受压时间过长、营养不良及缺氧、缺血形成溃疡引起, 尤其在老年人中多发, 与老年人营养不良、抵抗力差及体质弱等因素相关。压疮发生后, 对患者生活质量会带来严重影响, 还会加重原发疾病程度, 给患者带来疼痛与折磨。在手术室老年压疮患者护理管理中, 集束化护理的实施, 能后为患者提供针对性、全面性的压疮护理方案, 通过加强压疮监测、营养支持及心理干预, 对患者病情进行控制, 提高患者机体营养状态, 使患者保持积极的心态, 对压疮治疗与预防有积极作用。研究结果显示, 观察组应用集束化护理, 护理优良率达到96.23%, 高于对照组的75.47%, 差异显著( $P < 0.05$ ), 表明集束化护理的应用, 有利于患者压疮治疗效果的提升; 护理满意度对比, 观察组

为98.11%, 高于对照组的84.91%, 差异显著( $P < 0.05$ ), 提示集束化护理的实施, 可是护理服务质量得到明显提升。

综上所述, 对手术室老年压疮患者护理中应用集束化护理, 护理效果显著, 值得推广。

### 参考文献

- [1] 黄文婷, 林俊娟, 张芳华. 集束化护理干预在压力性损伤患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2019, 16(16):141-142.
- [2] 曾翠翠. 对存在压疮高危因素的老年患者进行集束化护理对其压疮发生率的影响[J]. 当代医药论丛, 2019, 17(13):264-265.
- [3] 王婵娟. 集束化护理干预在预防老年内科住院患者褥疮、压疮发生中的价值[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6(51):93+95.
- [4] 陈湘江. 集束化护理管理在老年压疮患者中的应用[J]. 当代护士(中旬刊), 2019, 26(04):114-117.

(上接第116页)

疾病对新生儿的发育生长具有较大影响<sup>[5]</sup>。护理人员需充分了解产妇的心理问题, 对产妇实施心理干预, 对产妇的负性情绪予以改善, 减轻产妇的心理压力。因产妇身体虚弱, 需重视饮食摄入, 为产妇制定科学的饮食计划, 使产妇摄入均衡的营养, 有利于乳汁分泌。让产妇以正确的体位实施喂养, 护理人员需让产妇重视乳房护理, 进而将母乳喂养质量提升。

综上所述, 对妊娠合并症产妇实施产科护理, 其产妇对母乳喂养知识予以充分掌握, 将满意度、母乳喂养率予以提升。

### 参考文献

- [1] 张婷, 曹静. 产科护理人员对妊娠合并症产妇母乳喂养认识的护理措施及效果分析[J]. 健康大视野, 2019(16):175.
- [2] 郭三珊. 产科护理人员对妊娠合并症产妇母乳喂养认识[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2017, 2(34):93.
- [3] 崔峻巍. 产科护理人员对妊娠合并症产妇母乳喂养认识的护理措施及临床效果研究[J]. 母婴世界, 2019(15):129.
- [4] 朱海建. 产科护理人员对妊娠合并症产妇母乳喂养认识的护理措施及效果[J]. 中国医药指南, 2019, 17(14):16-17.
- [5] 董小娜. 产科护理人员对妊娠合并症产妇母乳喂养认识的护理措施及效果评价[J]. 母婴世界, 2016(9):117.

(上接第117页)

确保其营养需求得到满足, 同时也对其进食能力进行有效的训练。此外, 给予患者日常生活能力指导, 包括日常生活行为、记忆力、运动以及社交等方面, 采用多种指导方法, 以促进患者日常自理能力、运动能力以及社交能力的恢复, 从而促进患者生命质量及智力状态的改善, 对患者病情的好转具有十分积极的作用<sup>[3]</sup>。

本文结果中, 观察组QOL-AD评分、MMSE评分及ADL评分提高程度较对照组显著( $P < 0.05$ )。综上所述, 在老年痴呆患者临床护理中应用个性化护理可有效促进其智力状态及生

活自理能力的改善, 从而提高患者的生命质量, 临床护理效果显著。

### 参考文献

- [1] 王项菲. 老年痴呆患者个性化护理的临床效果观察[J]. 中国医药指南, 2018, 16(25):277-278.
- [2] 宋明明. 个性化护理干预对改善老年痴呆患者日常生活能力和痴呆程度的效果分析[J]. 中国医药指南, 2018, 16(32):207.
- [3] 陈艳琼. 对老年痴呆症患者进行个性化护理的效果探析[J]. 当代医药论丛, 2018, 16(11):249-250.

(上接第118页)

患者主观意愿充分结合起来, 获得针对依据, 从而为护理工作提供支持, 进一步提升护理质量<sup>[5]</sup>。在老年糖尿病患者护理过程中, 其主要问题包括缺乏疾病知识、存在负性情绪以及饮食运动不合理问题, 结合这些问题护理人员拟定了针对性护理方案, 增强患者对疾病、治疗知识的了解, 帮助其树立治疗信心, 提高自我效能, 同时加强饮食、运动指导, 纠正不良生活习惯, 有助于控制病情。

总言之, 针对护理能够有效提高老年2型糖尿病患者的自我效能, 改善其对疾病治疗的不确定感, 利于控制血糖稳定。

### 参考文献

- [1] 王晓燕, 马丽, 李丽丽. 社区2型糖尿病患者自我管理行为现状及影响因素研究[J]. 宁夏医科大学学报, 2017, 39(4):436-442.
- [2] 秦秀宝, 丁淑贞, 崔丽艳, 等. 2型糖尿病患者糖尿病痛苦的现状及其影响因素分析[J]. 护理学报, 2017, 24(6):9-13.
- [3] 马丽, 任洁琼, 姚丽, 等. 银川市社区老年糖尿病患者疾病自我管理情况[J]. 中国老年学杂志, 2016, 36(14):3558-3559.
- [4] 武秀玲. 延续性护理干预对2型糖尿病患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2014, 20(23):25-27.
- [5] 王秀霞. 中医护理干预对老年糖尿病患者的遵医行为和血糖控制的影响[J]. 中国医药指南, 2013, 11(3):650-651.