

# 妊娠糖尿病患者中应用心理护理结合孕期饮食及运动干预的效果

刘瑞琪

江苏省新沂市人民医院妇产科 江苏徐州 221400

**〔摘要〕**目的 探究妊娠糖尿病患者中应用心理护理结合孕期饮食及运动干预的效果。方法 筛选 2019 年 2 月-2020 年 4 月我科室收治的妊娠糖尿病患者 84 例作为研究对象,按照双盲随机方法 1:1 的方式分为探究组和对照组,对照组 42 例,探究组 42 例,对照组进行常规护理,探究组在常规护理的同时应用心理护理结合孕期饮食与运动干预方式,对比分析两组患者的血糖数值和空腹胰岛素数据。结果 数据分析结果:探究组的血糖数值明显小于对照组,空腹胰岛素大于对照组,差异有统计学意义,  $P < 0.05$ 。结论 在妊娠糖尿病患者护理中采用心理护理结合孕期饮食与运动干预方式,能够有效的降低患者的血糖数值,提升空腹胰岛素,在实际临床中的护理效果较好,应该在临床中推广运用。

**〔关键词〕**妊娠糖尿病;心理护理;孕期;饮食干预;运动干预

**〔中图分类号〕**R473.71 **〔文献标识码〕**A **〔文章编号〕**2095-7165(2020)05-105-02

妊娠糖尿病是临床中比较常见的一种妊娠疾病,主要表现为妊娠期糖耐量异常,血糖水平增高,近几年在实际临床中这一并发症的发生率明显增高,且呈现持续增高的状态,其发病后对母婴健康有较大的影响,还会影响妊娠结局,临床中除了选择适当的药物控制以外,还需要对患者的饮食与运动进行相应的干预,通过药物控制与护理干预的方式将血糖控制在一定的范围内,以此减免对母婴健康以及妊娠结局的影响,心理护理有助于患者认识病症,了解临床治疗,提升治疗信心,将三种护理干预方式相结合可以有效的进行临床护理干预<sup>[1]</sup>。现就我院 2019 年 2 月-2020 年 4 月收治的 84 例妊娠糖尿病患者,研究心理护理结合孕期饮食及运动干预在实际临床中的护理运用效果,结果如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

研究对象选取:2019 年 2 月-2020 年 4 月,共 84 例妊娠糖尿病患者进行此次研究,随机分为 2 组,探究组 42 例,初产妇 28 例,经产妇 14 例,年龄最小 20 岁,最大 35 岁,中位数为(28.2±2.9)岁;对照组 42 例,初产妇 27 例,经产妇 15 例,年龄最小 19 岁,最大 36 岁,中位数为(27.9±3.1)岁,两组基线资料对比没有显著差异,  $P > 0.05$ ,院方伦理委员会审核,同意开展此次研究,研究有意义。

选取标准:选取临床超声检查单胎妊娠的患者;选取符合妊娠糖尿病诊断标准的患者;选取未合并严重并发症的患者;选取临床病历资料完整的患者;选取神志良好,具备良好行动能力的患者;选取对此次研究知情并签署同意书的患者;排除标准:排除精神异常的患者;排除合并其他妊娠疾病的患者;排除过敏体质的患者;排除严重挑食或者过敏体质的患者;排除护理依从性差的患者<sup>[2]</sup>。

### 1.2 方法

对照组采用常规护理方式,进行健康指导与保健咨询,告知患者进行饮食改善,并定期来院进行保健检查。

探究组在对照组基础上进行心理护理结合孕期饮食与运动干预方式,内容有:心理护理:患者对妊娠糖尿病的认知比较有限,在临床中易出现担忧母婴健康的心理,护理人员需及时与患者进行交流,解答患者的疑惑,同时纠正患者对病症的错误认知,稳定患者的心理,提升患者的治疗信心;饮食干预:依据孕期的体重和增重状况对患者机体的热量消耗状况进行极端,并合理分布三大产热营养素的比例,促使患者多食豆类、薯类以及粗粮等杂粮,控制精制糖的摄入,同时选择优质的蛋白食物(蛋、鱼、奶),

指导患者进行少食多餐,同时可适当予以维生素、钙剂与铁剂的补充;运动干预:依据患者的生活方式与工作方式,为患者制定一种适当的运动方式,比如散步、游泳、健身操和骑自行车等,需注意控制运动强度<sup>[3]</sup>。

### 1.3 观察指标

对比两组血糖数值和空腹胰岛素,血糖主要检测空腹血糖和餐后 2h 血糖,空腹胰岛素于清晨空腹抽血检测结果。

### 1.4 统计学方法

用软件 SPSS20.0 对两组的临床数据予以统计学处理,计数资料以  $n(\%)$  表示,行  $\chi^2$  检验;计量资料采用均数±标准差( $\bar{x} \pm s$ )表示,采用 t 检验。检测标准以  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

探究组的两项血糖检测数值均较小,空腹胰岛素检测数值大于对照组对比差异显著  $P < 0.05$ 。见表 1。

表 1: 两组血糖数值与空腹胰岛素的对比

组别	例数	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2h 血糖 (mmol/L)	空腹胰岛素 (mU/L)
探究组	42	5.8±0.6	8.1±0.9	14.6±2.2
对照组	42	6.5±0.5	10.5±1.1	12.5±2.1
t	-	5.808	10.943	4.474
P	-	0.000	0.000	0.000

## 3 讨论

我国临床妊娠糖尿病的发病率在 1-5%,相较于国际平均发病率,我国临床发病率较高,且近几年有明显上升的趋势,其不仅会影响胎儿的发育,也会增加不良妊娠结局的发生率,对产妇与胎儿的健康均有一定的威胁,妊娠期可采用的治疗手段比较有限,护理干预在临床中有着至关重要的作用。

此次研究结果显示:在妊娠糖尿病患者中采用心理护理结合孕期饮食及运动干预方式,可以有效的提升临床护理干预效果,降低患者的血糖,提升患者空腹胰岛素水平,原因分析为:现代医学在临床研究发现妊娠糖尿病的发生与饮食和生活习惯有较大的影响,主要包括患者的饮食与运动两大习惯,饮食干预和运动干预方式在临床中可以有效的帮助患者祛除不良因素对病情发展的影响;妊娠糖尿病对产妇与胎儿的健康均有影响,因此患者易出现不良心理,心理护理在临床中能够尽早解答患者的疑惑,纠正患者对病症的错误认知,在临床中可提升患者的治疗信心,将以上三种护理方式相结合,可较好的开展临床护理<sup>[4]</sup>。

(下转第 109 页)

密切相关, 病程的增长会使患者的情绪受到较大的影响<sup>[4]</sup>。此外患者通常会伴有胸闷、疲劳等症状, 对患者身体健康和生活造成了很大的困扰。心脑血管疾病的发生, 不但会给患者带来很大的经济负担, 其长时期高风险的治疗会使患者产生焦虑恐惧的情绪, 导致病情加重。因此, 在心脑血管疾病的治疗过程中, 除用药物治疗外, 护理起到了很重要的作用。近年来, 在心血管介入治疗患者的护理中, 心理护理干预应用广泛, 且效果较好。在本研究中, 两组患者护理前后护理效果差异无统计学意义 ( $p>0.05$ ), 观察组的情绪焦虑、患者出现抑郁的评分, 均显著低于对照组 ( $p<0.05$ )。观察组患者对护理的满意度显著高于对照组 ( $p<0.05$ ), 由此看出, 加强心理护理, 让患者能够更积极面对疾病, 配合医护人员更好的进行治疗。

综上所述, 将心理干预用于心血管介入治疗患者的护理中护

理效果好, 患者满意度高, 有效降低患者的情绪焦虑、抑郁的发生率, 值得推广应用。

[参考文献]

[1] 段入榕, 李丽, 杨芝萍. 心理干预对冠心病介入治疗患者焦虑和抑郁影响的 Meta 分析 [J]. 现代预防医学, 2018, 45(4):101.  
 [2] 孙继玲, 李庆芝. 延续护理干预在 90 例髋部骨折患者中的应用价值分析 [J]. 基因组学与应用生物学, 2018, 37(3):989-995.  
 [3] 吴丹, 姜铁民, 张梅. 血栓抽吸在老年急性 ST 段抬高型心肌梗死患者直接介入治疗中的应用 [J]. 临床心血管病杂志, 2017, 28(3):363-365.  
 [4] 刘波, 颜波儿, 毛依芬. 延续性护理干预对乳腺癌患者肢体功能恢复及心理状况的影响分析 [J]. 中国地方病防治杂志, 2017, 11(07):61-62.

(上接第 104 页)

可见, 在风湿免疫疾病患者护理中应用针对性护理模式有助于预防肺部并发症, 建议将此护理方法在临床中推广。

[参考文献]

[1] 董金慧. 个性化护理在预防风湿免疫疾病患者中肺部并发症的临床效果 [J]. 大家健康旬刊, 2016, 10(4):261-261.  
 [2] 曹莎, 周青, 章菊. 个性化护理对风湿免疫科无痛病房患

者疼痛的影响 [J]. 中国医药指南, 2016, 14(11):283-284.

[3] 张莉. 个性化护理对提高风湿免疫病患者满意度的效果 [J]. 医学信息, 2016, 29(3):247-247.  
 [4] 尹婷. 风湿免疫疾病中的并发症预防治疗与护理 [J]. 中国医药指南, 2016, 14(22):289-290.  
 [5] 罗菁珺. 分析风湿免疫疾病中肺部并发症的预防及护理 [J]. 中国医药指南, 2016, 14(26):289-290.

(上接第 105 页)

综上所述: 心理护理结合孕期饮食及运动干预在妊娠糖尿病中的护理效果较好, 可显著的降低患者的血糖, 提升空腹胰岛素水平, 临床护理价值较高, 应该推广运用。

[参考文献]

[1] 姚丽萍, 秦玉静, 朱亚楠, 等. 并发症体验联合回授法在妊娠糖尿病患者中的应用及效果观察 [J]. 护士进修杂志, 2020, 35(8):735-738.

[2] 李静. 配偶的阶段性护理干预在妊娠糖尿病妇女中的应用效果 [J]. 数理医药学杂志, 2020, 33(4):622-624.

[3] 肖凤, 陈海燕, 李雪朋. 优质护理对妊娠期糖尿病患者健康教育管理临床疗效评价 [J]. 国际感染病学 (电子版), 2020, 9(2):189-190.  
 [4] 张贤贤, 张利霞, 贾智慧, 等. 基于适应性领导理论自我管理干预对妊娠糖尿病患者的影响 [J]. 护理学杂志, 2020, 35(7):19-22.

(上接第 106 页)

冠心病患者中运用优质护理, 主要是围绕患者诉求而开展的护理工作。要不断吸收前人的经验, 同时结合时代技术与思想来完善与调整优质护理细节, 保证工作开展符合实际情况所需。要保证护理内容匹配个人所需与医院实际条件情况。

综上所述, 冠心病护理中优质护理可以有助于优化患者遵医嘱行为, 提升患者治疗护理满意度, 整体护患关系得到优化。

[参考文献]

[1] 冯旭琴. 优质护理对冠心病病人焦虑和抑郁情绪的影响 [J]. 护理研究, 2018, 32(6):989-991.

[2] 王雪花. 关于优质护理在冠心病护理中的临床应用 [J]. 健康周刊, 2018, (11):91.  
 [3] 应少香, 余倩. 优质护理在冠心病护理中的应用及效果探讨 [J]. 饮食保健, 2018, 5(47):161.  
 [4] 彭俊秋, 肖小鸿. 探究优质护理在冠心病护理中的应用价值 [J]. 中国医药指南, 2017, 15(8):226.

(上接第 107 页)

日康复, 具有重要的临床价值。但本研究所选样本量少, 观察时间短, 下一步建议扩大样本量, 延长观察时间做深入调查。

[参考文献]

[1] 杨艳, 赵琨, 吕娅等. 多学科协作模式在老年糖尿病患者护理中的应用 [J]. 医学研究生学报, 2016, 29(12):1318-1320.  
 [2] 李曙娟, 孙月明, 李倩等. 多学科协作综合护理对老年 2 型糖尿病患者心理健康、并发症及护理满意度的影响 [J]. 中国健康心理学杂志, 2018, 26(12):1846-1849.  
 [3] 徐晶晶, 谢晓峰, 黄晓萍等. 非内分泌科胰岛素泵治疗患者的多学科协作优化管理 [J]. 护理学杂志, 2015, 30(13):22-25.

[4] 冉兴无, 郑月宏. 加强多学科协作, 提高糖尿病缺血性足溃疡的治愈率 [J]. 中华糖尿病杂志, 2016, 8(7):385-387.

[5] 陈小红, 程素霞, 张琨等. 多学科协作护理模式在糖尿病伴发急性胆囊炎老年患者中的应用 [J]. 中华现代护理杂志, 2019, 25(15):1921-1925.  
 [6] 雷璟, 张晓薇, 李娟等. 多学科协作模式护理对老年糖尿病患者住院时间及并发症的影响 [J]. 实用临床医药杂志, 2017, 21(18):128-129, 132.  
 [7] 魏富贵, 韩维, 颜妙芳等. 多学科协作模式在老年心血管疾病合并糖尿病患者中的应用 [J]. 中华现代护理杂志, 2019, 25(29):3811-3813.