

• 护理研究 •

健康教育在糖尿病护理干预中的应用效果分析

童丽芳

龙岩人民医院 福建龙岩 364000

【摘要】目的 探讨健康教育在糖尿病护理干预中的应用效果。**方法** 选择我院 2024 年 1 月-2025 年 6 月进行治疗的 50 例糖尿病患者进行研究, 随机均分两组, 对照组给予常规护理, 观察组在护理干预中加强健康教育干预, 护理干预后评价两组患者的应用效果。**结果** 观察组糖尿病相关知识认知评分均高于对照组 (P 均 < 0.05); 观察组患者血糖水平三项得分均优于对照组 (P 均 < 0.05)。**结论** 糖尿病患者的护理中健康教育科普能够让患者更了解糖尿病的相关知识, 有助于提高血糖控制效果, 值得临床上推广应用。

【关键词】 健康教育; 糖尿病; 护理干预; 常规护理**【中图分类号】** R473**【文献标识码】** A**【文章编号】** 1009-4393 (2025) 28-141-02

糖尿病作为临床常见葡萄糖水平慢性增高的代谢性疾病, 在我国近几年来患病几率不断攀升, 成为危害人们机体健康的常见疾病^[1]。糖尿病患者因为机体中胰岛素分泌异常, 从而牵连机体各器官功能受损, 随病情进展, 可能合并多种并发症, 对患者的生存质量造成严重影响。糖尿病作为慢性疾病之一, 需长时间服药, 然后通过控制饮食, 适当运动等措施进行辅助控糖治疗。但多数糖尿病患者对疾病了解甚少, 服药依从性低, 不利于病情稳定。因此除了常规治疗之外, 应选择合适的护理措施进行干预, 进而提升患者的认知能力以及依从性, 使其按时按量服用药物, 为病情早日稳定提供前提保障。本研究中就健康教育对糖尿病患者的干预效果进行分析, 报导如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院 2024 年 1 月-2025 年 6 月进行治疗的 50 例糖尿病患者进行研究, 随机均分两组。观察组男 12 例, 女 13 例, 年龄 40-80 岁, 平均年龄 (67.49 ± 2.36) 岁, 病程 1-20 年, 平均病程 (11.34 ± 1.02) 年; 对照组男 11 例, 女 14 例, 年龄 40-80 岁, 平均年龄 (67.80 ± 2.21) 岁, 病程 1-20 年, 平均病程 (11.55 ± 1.07) 年。两组糖尿病患者的年龄、性别、病程等一般资料之间无明显差异 ($P > 0.05$), 无统计学意义, 具有可比性。

1.2 方法

对照组给予常规护理, 对患者进行口头宣教, 告知用药方式及用量, 必要时给予心理疏导, 同时告知自我保健方式。

观察组在护理中强化健康教育, 包括: 1) 创建健康教育小组, 选择护士长作为小组组长, 另选择经验丰富的护理人员, 结合既往糖尿病治疗经验以及相关文献, 制定针对性的科学合理的糖尿病护理干预计划。2) 通过糖尿病相关知识定期讲座、播放宣传片、健康手册、口头宣讲等途径, 根据患者的文化程度向患者介绍糖尿病疾病相关知识、治疗方式以及自我监测方式等, 重点告知糖尿病患者进行合理饮食与运动的重要性,

使患者对糖尿病相关治疗、护理等进行积极的配合。3) 了解患者生活作息以及习惯等, 告知其培养健康生活习惯的好处, 并掌握患者饮食习惯, 介绍控制饮食的正确方式, 并配合营养师协助患者调整每日饮食计划, 鼓励其多食用易消化、高维生素、高纤维类食物, 少食高盐高糖类食物。矿物质及蛋白质的摄入均依据患者情况而定, 尽量避免食用富含热量及脂肪的食物。另外对其运动进行管理, 告知保持体重的必要性, 根据患者的病情及身体状况等选择最为合适的运动方式, 可适当进行散步、慢跑及骑自行车等运动, 并依据循序渐进的原则, 逐步增加运动量以及运动时间, 同时注意劳逸结合, 保证睡眠。4) 指导患者遵照医嘱用药, 将胰岛素的正确注射方法对患者及家属进行讲解、指导, 嘱咐患者需按时按量用药, 不可擅自更改剂量或者停药, 以避免血糖控制不佳, 同时告知用药后可能出现的反应以及注意事项等。5) 因糖尿病易导致多种并发症, 且病程漫长, 因此心理干预很必要, 治疗期间主动与患者进行沟通, 并耐心解答其疑问, 举例典型病例的治疗经过, 提升患者的治疗信心。期间对患者心理状态进行评价, 针对情绪异常者应积极给予关心以及鼓励, 使其感受到温暖。6) 指导患者正确监测血糖的方式, 并告知每日监测的好处, 实施掌握病情变化, 增强其自我防护能力。

1.3 观察指标

对两组相关知识掌握程度进行评价, 其中包含血糖监测、疾病相关知识、行为方式、遵医嘱服药, 每项满分 10 分, 分数越高患者对相应知识的了解程度越高^[2]。

对两组的血糖水平进行监控, 血糖水平包括空腹血糖、餐后 2h 血糖以及糖化血红蛋白三项指标。

1.4 统计学处理

本文研究中选择 SPSS25.0 系统计算数据, 其中 $\bar{x} \pm s$ 表达计量数据, 选择 t 检查, 而百分比表达计数数据, 选择 χ^2 检查, 两组数据存在差异后选用 $P < 0.05$ 表达。

2 结果

2.1 两组糖尿病相关知识掌握程度比较

表 1: 两组糖尿病相关知识掌握程度比较 (分)

组别	血糖监测	疾病相关知识	行为方式	遵医嘱用药
观察组 (n=25)	8.20 ± 1.14	8.56 ± 1.30	8.77 ± 1.09	9.05 ± 0.78
对照组 (n=25)	7.16 ± 2.05	7.01 ± 2.45	7.94 ± 1.64	8.32 ± 1.24
t	2.21720	2.7946	2.1077	2.4925
P	0.0310	0.0071	0.0405	0.0162

观察组在血糖监测、疾病相关知识、行为方式、遵医嘱服药的掌握程度评分上高出对照组（ P 均 < 0.05 ）。见表 1。

2.2 两组血糖水平比较

观察组患者血糖水平三项得分均优于对照组（ P 均 < 0.05 ），见表 2。

表 2：两组血糖水平比较

组别	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2h 血糖 (mmol/L)	HbA1c (%)
观察组 (n=25)	6.78±0.70	9.42±1.32	4.33±0.47
对照组 (n=25)	9.40±1.30	12.37±2.16	5.71±0.22
t	11.0816	7.2776	16.6070
P	0.0000	0.0000	0.0000

3 讨论

糖尿病多发生于中老年人，其发生机制与环境以及遗传等因素息息相关，临床表现主要为多饮、多食、多尿与消瘦等，病情易反复发作，一旦病情严重后，可引发糖尿病酮症酸中毒或者肾盂肾炎等严重并发症，给患者带来严重后果^[3]。在临床上对于糖尿病还没有完全有效的治疗方法，目前临床多选择降糖药物对其血糖进行控制来限制疾病发展。但现实生活中，很多糖尿病患者长时间使用药物控制的效果并不显著，尤其是老年人群缺少对糖尿病疾病的认知，加上理解能力以及记忆力较差，极易出现错服、乱服药物的现象，直接影响糖尿病的血糖控制治疗效果，因此临床认为选择合适的护理干预辅助治疗至关重要。

既往常见的护理措施以常规护理为主，其中仅通过口头宣教方式进行干预，并无针对性，效果较差，难以改善患者的依从性。随后医学水平以及护理技术不断进步，临床发现健康教育临床护理的效果更甚，能够提升患者的认知能力，更加配合治疗，为预后提供保障^[4]。在糖尿病患者护理中加强健康教育，同过以下方式：由护理人员通过多种方式向患

者与家属介绍疾病相关知识，使患者准确掌握相关知识，提升认知能力；并向患者介绍用药相关情况，使其按时按量服用，进而保证治疗效果，稳定血糖水平。另外帮助患者指导饮食以及运动计划，保证其每日营养摄入均衡，同时增强患者体质，提升其抵抗能力。最后应选择积极、鼓励的态度与患者沟通，并对其疑问进行耐心解答，实时掌握其心理情绪的改变，防止不良情绪对疾病造成影响；指导患者自我监测血糖的方式，不仅能够随时了解疾病改变，还可增强自我保健意识，增强治疗的信心。本文对此展开实验，观察组糖尿病患者在疾病知识、心理、饮食、用药及运动等方面均给予针对性的健康教育护理后，从结果中看到：观察组糖尿病相关知识认知评分均高于对照组（ P 均 < 0.05 ）；观察组患者血糖水平三项得分均优于对照组（ P 均 < 0.05 ）。提示观察组能够增强患者自我保健的意识，并掌握疾病相关知识，严格遵医嘱用药，患者血糖控制效果较好，值得推广。

综上所述，健康教育临床护理的效果更为突出，能够提升糖尿病患者的认知能力，使其完全掌握疾病相关知识，并提升自我保健意识，患者满意度高。

参考文献：

[1] 练增华. 全程健康教育模式在糖尿病护理干预中的应用效果 [J]. 中国冶金工业医学杂志, 2024 (2): 213-214.
[2] 王定霞, 金萍, 杨菁华. 基于团队管理模式的信息闭环健康教育在 2 型糖尿病患者中的应用 [J]. 国际护理学杂志, 2025 (8): 1481-1485.
[3] 斯琴高娃, 朱彦潼, 缪晓娜. 健康教育及护理干预在糖尿病患者中的应用效果 [J]. 糖尿病新世界, 2024 (17): 135-138.
[4] 杨琳琳, 杨斯琴, 杨百涛, 李丹. 全程健康教育模式在 2 型糖尿病护理中的应用效果 [J]. 糖尿病新世界, 2025 (7): 112-114, 154.

(上接第 139 页)

给予脐带护理以及为新生儿选取最适配方奶粉等方式，让新生儿在出生后能够得到全面、有效的护理。研究发现^[5]，于新生儿护理中合理引入全程优质护理理念，既能减少护理安全隐患，又能帮助患儿改善生活质量。本研究中，试验组对护士持信任态度的家长 47 例（97.92%），高于对照组的 41 例（85.42%），差异具有统计学意义（ $\chi^2=4.051$, $P=0.034 < 0.05$ ）；试验组护理满意率为 95.83%，高于对照组的 83.33%，差异具有统计学意义（ $\chi^2=3.862$, $P=0.037 < 0.05$ ），数据表明，新生儿用全程优质护理模式，能提高家属对护士的信任度以及对护理工作的满意率，临床应用价值颇高。

(上接第 140 页)

常、心力衰竭、早搏、心律不齐、心肌梗死、心肌病、心肌炎、心肌梗塞等疾病的一个非常重要的科室^[2]。这个科室的护理工作具有一定的风险性，因此，应该对于这种情况的护理工作做好详细的解决措施。临床的护理工作中最为常见的不安全的因素包括，患者擅自出院、随意的增加药量，自行调节输液的速度，用药不当、跌伤、坠床等问题^[3]，发生这种问题主要是由于护理人员以及医院的管理制度不全面而导致的，使得患者的康复时间延长，护理质量降低。

综上所述，对于心血管内科的护理工作，护理人员应该严

密的监控患者的身心健康状况，要使自身的综合素质不断的提高，医院也应该加强管理工作，使护理纠纷的发生情况也降低，同时还应该加强护理的质量。

参考文献：

[1] 张蓓. 心血管内科护理不安全因素分析及防范对策 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2022, 08 (10): 43-46.
[2] 徐敏. 心血管内科护理中不安全因素分析及防范对策 [J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2024, 23 (03): 121-122.
[3] 李燕燕. 心血管内科护理中的不安全因素分析及防范措施 [J]. 世界最新医学信息文摘, 2022, 71 (08): 261-265.