

老年糖尿病患者采用预见性护理在降低低血糖发生率中的价值

薛佳

深圳市龙岗区第二人民医院

DOI:10.12238/carnc.v3i7.16339

[摘要] 目的: 探讨对老年糖尿病患者实施预见性护理在降低低血糖发生率中的应用价值。方法: 收集 2023.01-2023.12 期间本院收治的 40 例老年糖尿病患者资料, 此期间采用常规护理, 作为对照组 (n=40 例)。再收集 2024.01-2024.12 期间的 40 例同类患者资料, 此期间采用预见性护理, 作为观察组 (n=40 例)。对比两组患者的血糖水平、低血糖发生情况、生存质量、自我管理能力和护理满意度。结果: 观察组患者的空腹血糖、餐后 2h 血糖及糖化血红蛋白水平, 均明显优于对照组患者 ($P<0.05$); 低血糖发生率明显更低 ($P<0.05$); 且观察组患者的生存质量、自我管理能力和护理满意度, 均显著高于对照组患者 ($P<0.05$), 差异均有统计学意义 ($P<0.05$)。结论: 对老年糖尿病患者实施预见性护理, 可有效改善患者血糖水平、降低低血糖发生率、提高生存质量、自我管理能力和护理满意度, 具有较高的应用价值。

[关键词] 老年糖尿病患者; 低血糖; 预见性护理; 应用价值

中图分类号: R473.5 文献标识码: A

The Value of Predictive Nursing in Elderly Diabetic Patients in Reducing the Incidence of Hypoglycemia

Jia Xue

Longgang District Second People's Hospital

Abstract: Objective: To explore the application value of predictive nursing for elderly patients with diabetes in reducing the incidence of hypoglycemia. Methods: The data of 40 elderly patients with diabetes admitted to our hospital from 2023.01 to 2023.12 were collected. During this period, routine nursing was used as the control group (n=40 cases). Collect data from 40 patients of the same type between January 2024 and December 2024, during which proactive care will be used as the observation group (n=40 cases). Compare the blood glucose levels, incidence of hypoglycemia, quality of life, self-management ability, and nursing satisfaction between two groups of patients. Result: The fasting blood glucose, 2-hour postprandial blood glucose, and glycated hemoglobin levels of the observation group patients were significantly better than those of the control group patients ($P<0.05$); The incidence of hypoglycemia was significantly lower ($P<0.05$); The quality of life, self-management ability, and nursing satisfaction of the observation group patients were significantly higher than those of the control group patients ($P<0.05$), and the differences were statistically significant ($P<0.05$). Conclusion: Predictive nursing for elderly patients with diabetes can effectively improve their blood sugar level, reduce the incidence of hypoglycemia, improve their quality of life, self-management ability and nursing satisfaction, and has high application value.

Keywords: Elderly patients with diabetes; hypoglycemia; Proactive care; applied value

引言

糖尿病是临床较为常见的一种慢性疾病, 若患者的血糖长期处于异常水平, 则可能对多种器官组织功能均造成损害, 并且增加并发症的发生风险。由于老年人的体质较为特殊, 机体免疫力、代谢功能等相对较差, 在进行长期降糖治疗的过程中, 可能会出现低血糖的情况。一旦老年糖尿病患者出现低血糖, 受机体适应能力降低等影响, 还易引发心悸、头

晕等心血管症状, 严重者还可能导致中风、心肌梗死等情况^[1-2]。因此, 采取科学、有效的护理措施, 对及早识别并干预低血糖风险因素, 保证老年糖尿病患者的机体健康, 具有重要意义。预见性护理模式, 能够对患者的潜在风险展开预防性的护理措施。本研究探讨了对老年糖尿病患者实施预见性护理, 对于降低低血糖发生率的应用价值, 具体如下。

1 对象和方法

1.1 对象

收集 2023.01-2023.12 期间，本院收治的 40 例老年糖尿病患者资料，此期间采用常规护理模式，作为对照组 (n=40 例，平均年龄为 72.84 ± 4.23 岁)。再收集 2024.01-2024.12 期间的 40 例同类患者资料，此期间采用预见性护理模式，作为观察组 (n=40 例，平均年龄为 72.52 ± 4.49 岁)。所有患者均符合糖尿病的诊断标准。排除存在急性心脑血管事件或者其他重大疾病的患者；排除存在精神障碍患者；排除中途退出研究的患者。两组患者的基本资料经比较后，无显著差异，不具有统计学意义 ($P > 0.05$)。本次研究已经过医院伦理委员会知情并批准。所有患者对本次研究的内容均完全知情并为自愿参与。

1.2 方法

1.2.1 常规护理

对照组患者接受常规护理。护理人员应密切监测患者的病情变化情况，并定时监测患者的血糖水平，根据血糖水平的波动情况，遵照医嘱给予相应的药物治疗，并给予相应的用药指导；结合患者的实际情况，进行相应的饮食指导，调整饮食结构，帮助患者保持健康的体重及均衡的营养状态；根据患者的实际情况，给予适当的运动指导，保持身体活动度；关注患者的心理状态变化，适当进行心理疏导，帮助患者缓解心理压力等。

1.2.2 预见性护理

观察组患者在接受常规护理的基础上，实施预见性护理，具体如下：

护理人员应详细了解患者的各项基本情况，包括疾病史、用药情况等，对其潜在的低血糖风险因素、病情发展趋势等进行评估，并根据评估结果制定具有针对性的预见性护理计划；结合患者及其家属的理解能力、个人情况等，选择适当方式开展健康教育。如通过播放科普视频、一对一讲解等形式，向患者详细讲解糖尿病、低血糖等相关的疾病知识，包括发病原因、危害性、应对方式、注意事项等。提高患者对疾病的认知水平，进而提升其对治疗、护理的配合度与依从性。同时增强患者家属对低血糖的识别及应对能力。根据患者具体用药情况，给予相应的用药指导，确保患者遵照医嘱正确用药。向患者强调坚持正确用药的重要性，帮助患者养成规范用药的意识与习惯；结合患者的个人喜好与习惯，为其提供个性化的饮食指导。优先选择低糖、高纤维的食物，均衡搭配碳水化合物、脂肪、蛋白质等的摄入量，叮嘱患者应养成规律饮食的习惯，增强其健康饮食的意识并提高饮食的合理性。当患者血糖水平低于 3.9mmol/L ，且出现心悸、饥饿等现象时，可适量饮用含糖饮料；当患者睡前的血糖水平低于 5.5mmol/L 时，应当适量加餐；指导患者进行自我血糖监测，教会患者正确使用血糖仪，并向患者强调定时监测血糖的重要性。帮助患者养成自我血糖管理的意识与习惯。同时，护理人员可根据患者的实际情况，进行适当的运动指

导。选择强度适宜的有氧运动，如散步、太极拳等，有助于患者增强体质、提高机体免疫力。在患者进行运动前后，应对其血糖变化情况进行密切监测；患者用药后，应重点观察是否出现低血糖情况并预先准备所需急救药品。若患者在用药后，血糖水平出现大幅下降，即使患者未出现不适症状，也应及时口服糖果或静脉滴注葡萄糖等进行干预，以降低低血糖的发生率；护理人员应关注患者情绪与心理状态的变化，主动与患者沟通，倾听患者的内心想法。若患者出现焦虑、抑郁等负性情绪时，应及时开展心理疏导，帮助患者缓解心理压力，以积极的心态面对治疗。

1.3 观察指标

本研究需对比两组患者的：

血糖水平：分别检测两组患者的空腹血糖、餐后 2 小时血糖、糖化血红蛋白水平；

低血糖发生情况；

生存质量：包括生理功能、社会功能、心理功能、日常活动，分数越高则表明患者的生存质量越高；

自我管理能力和使用个体自我管理量表 ESCA 量表对患者进行评估，包括自我概念、健康知识水平、自我护理技能、自护责任感，分数越高则表明患者的自我管理能力强；

护理满意度：包括非常满意、基本满意、不满意，护理满意度=非常满意度+基本满意度。

1.4 统计学分析

本次研究的数据使用 SPSS 24.0 软件进行统计学分析，用 t 和 " $\bar{x} \pm s$ " 表示计量资料，使用 χ^2 和 % 表示计数资料， $P < 0.05$ 为数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的血糖水平、低血糖发生情况对比

结果显示，观察组患者的空腹血糖、餐后 2 小时血糖、糖化血红蛋白水平，以及低血糖发生率，均显著比对照组患者更低，差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)，见表 1：

表 1 两组患者的血糖水平、低血糖发生情况对比 (n=40, $\bar{x} \pm s, \%$)

组别	例数	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2 小时血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)	低血糖发生率 (%)
观察组	40	5.35 ± 0.63	9.63 ± 1.54	6.78 ± 0.41	1 (2.50%)
对照组	40	6.40 ± 0.79	10.47 ± 1.29	7.74 ± 0.25	6 (15.00%)
t/x^2	-	6.572	2.645	12.644	3.914
P	-	0.001	0.010	0.001	0.048

2.2 两组患者的生存质量对比

结果显示，观察组患者的生理功能、社会功能、心理功能、日常活动各项生存质量评分，均显著比对照组患者更高，

差异均有统计学意义 ($P < 0.05$), 见表 2:

表 2 两组患者的生存质量对比 ($n=40, \bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	生理功能	社会功能	心理功能	日常活动
观察组	40	86.73±3.04	83.04±3.10	84.61±2.20	85.04±2.41
对照组	40	71.99±2.54	73.57±2.99	72.43±3.59	74.86±2.76
t	-	23.533	13.906	18.296	17.572
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

2.3 两组患者的自我管理能力的对比

结果显示, 观察组的自我概念、健康知识水平、自我护理技能、自护责任感评分分别为 24.12 ± 2.90 分、 45.51 ± 3.21 分、 38.19 ± 4.59 分、 20.70 ± 1.90 分, 明显高于对照组的 20.33 ± 2.66 分 ($t=6.091, P=0.001$)、 42.41 ± 2.52 分 ($t=4.804, P=0.001$)、 34.68 ± 4.11 分 ($t=3.603, P < 0.001$)、 18.47 ± 1.86 分 ($t=5.304, P=0.001$), 差异均有统计学意义 ($P < 0.05$)。

2.4 两组患者的护理满意度对比

结果显示, 观察组中非常满意、基本满意、不满意的人数分别为 23 人 (57.50%)、16 人 (40.00%)、1 人 (2.50%), 对照组分别为 15 人 (37.50%) ($\chi^2=3.208, P=0.073$)、18 人 (45.00%) ($\chi^2=0.205, P=0.651$)、7 人 (17.50%) ($\chi^2=5.000, P=0.025$), 可见, 观察组的护理满意度为 39 人 (97.50%), 明显高于对照组的 33 人 (82.50%) ($\chi^2=5.000, P=0.025$), 差异具有统计学意义 ($P < 0.05$)。

3 讨论

糖尿病是临床较为常见且多发的一种慢性疾病, 低血糖则是糖尿病患者治疗期间较为多发的一种并发症。当糖尿病患者治疗期间的血糖低于 3.9mmol/L 时, 即可判断为低血糖, 患者通常会烦躁、心慌、寒战等症状, 严重者还会出现昏迷。低血糖的发病原因可能涉及用药不当、运动过度、药物蓄积等多种因素^[3]。随着社会老龄化的加剧, 老年糖尿病的发病率也逐渐增高。由于老年患者的年龄与体质原因, 机体免疫力与代谢能力降低、胃肠道的吸收功能也有所减弱, 再加上自身的多种基础疾病等多方面因素影响, 老年糖尿病患者受低血糖的影响相对更为严重。低血糖可能导致老年糖尿病患者出现头晕、意识模糊, 甚至昏迷、抽搐等严重症状^[4-5]。为及早识别并干预老年糖尿病患者的低血糖风险, 应对其采取科学、有效的护理措施。

在常规的护理模式中, 通常围绕患者的血糖控制展开, 往往忽略了患者的个体差异性及其自我管理意识的培养。预见性护理模式, 通过对患者的基本情况进行全面评估与动态监测, 制定并实施具有针对性的护理计划, 能够对患者自身存在的低血糖风险进行及早识别并干预。不同于常规护理模式中, 对患者的低血糖事

件采取被动应对的模式, 预见性护理实现了对患者低血糖风险的提前把控与干预^[6-7]。在本次研究中, 对患者的低血糖风险以及病情发展趋势等情况进行评估后, 制定了具有针对性的预见性护理计划; 对患者及家属开展糖尿病、低血糖的健康教育, 在提高其认知程度的同时, 还提升了患者对治疗的依从性、家属对于低血糖事件的识别与应对能力; 通过对患者进行相应的用药指导, 使患者意识到正确、规范用药的重要性, 减少了因用药不当而引发低血糖的风险; 对患者进行个性化的饮食、运动指导, 确保患者每日摄入量充足、营养均衡, 有助于增强体质、提高机体免疫力及代谢能力; 实时监测患者的血糖波动情况, 若有异常及时采取干预措施, 有效减少低血糖的发生率; 指导患者正确使用血糖监测仪, 培养其自我管理意识及自护能力; 通过适当的沟通与心理疏导, 帮助患者以积极的心态面对治疗, 有助于提高其生活质量。本次研究结果显示, 观察组患者的空腹血糖、餐后 2h 血糖及糖化血红蛋白水平, 均明显优于对照组患者; 低血糖发生率明显更低; 且观察组患者的生存质量、自我管理能力和护理满意度, 均显著高于对照组患者。

综上所述, 对老年糖尿病患者实施预见性护理, 可有效改善患者血糖水平、降低低血糖发生率、提高生存质量、自我管理能力和护理满意度, 具有较高的应用价值, 值得临床推广。

[参考文献]

- [1]潘霞,陈明珠,谈静,等.预见性护理对预防老年糖尿病患者发生低血糖的价值评估[J].当代医药论丛,2025,23(3):190-192
- [2]郑晓燕,王汇焯,潘林颖.预见性护理对减少老年糖尿病患者低血糖发生的影响[J].糖尿病新世界,2024,27(8):153-156
- [3]李小玲,董艳,虞惠,等.预见性护理在预防老年 2 型糖尿病患者低血糖中的应用[J].糖尿病新世界,2024,27(16):125-128.
- [4]连志兰,黄晓春.预见性护理对减少老年糖尿病患者低血糖症发生的效果分析[J].糖尿病新世界,2023,26(15):115-118,164.
- [5]杨虹秀.预见性护理模式对老年 2 型糖尿病患者预防低血糖的运用效果分析[J].糖尿病天地,2025,22(2):36-38.
- [6]吴自珍.探讨预见性护理在预防老年糖尿病患者低血糖中的应用价值[J].中国保健营养,2023,33(4):208-210.
- [7]蔡小丹,许茜,高歌,等.预见性护理在预防老年 2 型糖尿病患者低血糖事件中的应用[J].实用临床护理学电子杂志,2022,7(38):105-107.

作者简介:

薛佳 (1987.08-), 女, 汉族, 辽宁人, 本科, 主管护师, 研究方向为内科。