

分阶段健康教育联合舒适护理在妊娠糖尿病患者护理中的研究

王仲钰 刘文静*

甘肃省妇幼保健院 (甘肃省中心医院)

DOI:10.12238/carnc.v3i8.17450

[摘要] 目的：探讨研究分阶段健康教育联合舒适护理在妊娠糖尿病患者护理中的效果。方法：选取本院2023年1月-2025年1月期间收治100例妊娠糖尿病患者，随机分为对照组（常规护理）和观察组（分阶段健康教育联合舒适护理），每组50例。对比两组血糖控制情况、不良妊娠结局发生率、分娩方式以及护理满意度。结果：护理后，观察组患者在空腹血糖、餐后2小时血糖及糖化血红蛋白水平均低于对照组，观察组不良妊娠结局发生率为2%，低于对照组的14%，观察组自然分娩方式为66%，显著高于对照组的38%，且观察组护理满意度为98%，显著高于对照组的68%，差异具有统计学意义 ($p < 0.05$)。结论：采用分阶段健康教育联合舒适护理能有效改善妊娠糖尿病患者的血糖控制，降低不良妊娠结局发生率，提高自然分娩率及护理满意度。

[关键词] 妊娠糖尿病；分阶段健康教育；舒适护理；护理效果

中图分类号：R473.7 文献标识码：A

A Study on Phased Health Education Combined with Comfort Care in the Nursing of Patients with Gestational Diabetes Mellitus

Zhongyu Wang, Wenjing Liu*

Gansu Provincial Maternal and Child Health Care Hospital (Gansu Provincial Central Hospital)

Abstract: Objective: To explore the effect of staged health education combined with comfort care in the nursing of patients with gestational diabetes mellitus. Methods: One hundred patients with gestational diabetes admitted to our hospital from January 2023 to January 2025 were selected and randomly divided into a control group (routine nursing) and an observation group (staged health education combined with comfort care), with 50 cases in each group. The blood glucose control, incidence of adverse pregnancy outcomes, modes of delivery, and nursing satisfaction were compared between the two groups. Results: After nursing, the levels of fasting blood glucose, 2-hour postprandial blood glucose, and glycosylated hemoglobin in the observation group were lower than those in the control group. The incidence of adverse pregnancy outcomes in the observation group was 2%, lower than the 14% in the control group. The rate of natural delivery in the observation group was 66%, significantly higher than the 38% in the control group. Moreover, the nursing satisfaction in the observation group was 98%, significantly higher than the 68% in the control group, with the differences being statistically significant ($p < 0.05$). Conclusion: The application of staged health education combined with comfort care can effectively improve blood glucose control in patients with gestational diabetes, reduce the incidence of adverse pregnancy outcomes, and increase the rate of natural delivery and nursing satisfaction.

Keywords: Gestational diabetes mellitus; Phased health education; Comfort care; Nursing outcomes

引言

随着我国生活水平不断提升，妊娠期糖尿病（GDM）发病率也在呈上升趋势。GDM 它是指女性妊娠期间首次出现的血糖异常，与孕前已患糖尿病的“糖尿病合并妊娠”不同。若孕期血糖控制不佳，可能引发妊娠高血压、羊水过多、胎儿窘迫等并发症，增加剖宫产风险^[1]。目前，GDM 治疗以健

康教育来指导生活方式干预为主，如合理饮食、适度运动，必要时使用胰岛素控制血糖，以保障母婴健康。所以，健康教育和护理模式成为患者主要治疗方式^[2]。临床的常规护理往往以患者病情为主，缺乏针对性的健康教育，呈现患者舒适度欠佳等问题。赵聪^[3]研究团队指出：阶段健康教育可根据患者孕期不同阶段的需求提供个性化指导，舒适护理则注

Clinical Application Research of Nursing Care

重患者舒适需求,二者结合可以提升护理效果。因此,本文研究旨在验证其在妊娠糖尿病患者护理中的应用效果。

1 对象和方法

1.1 对象

研究对象及时间和摘要中方法一致。其中对照组年龄为22-44岁,平均年龄(33.01±3.46岁),孕周16-37周,平均孕周(26.05±2.23周);观察组年龄为22-45岁,平均年龄(33.05±3.76岁),孕周16-38周,平均孕周(27.01±2.56周)两组患者一般基线对比,无显著差异。

纳入标准:(1)符合妊娠糖尿病诊断标准。(2)患者具备正常的认知能力和语言交流能力。(3)知晓研究内容。

排除标准:(1)合并其他严重疾病。(2)既往存在糖尿病病史。(3)多胎妊娠。

1.2 方法

1.2.1 对照组(常规护理):

给予50例患者常规护理,包括血糖控制、饮食指导、运动建议等。

1.2.2 观察组(分阶段健康教育联合舒适护理):

(1)成立专业护理小组:由护士长带领,选拔具有经验丰富妇产科护理,并熟悉糖尿病管理知识的护士组成核心团队。成员需通过理论考核及实际操作评估,确保专业能力达标。同时,小组成员需要定期组织内部培训,内容包括最新妊娠糖尿病诊疗指南、个体化护理策略、心理支持技巧等。鼓励成员参加外部学术会议,分享前沿研究成果,促进团队知识更新。

(2)分阶段教育实施:①孕早期(确诊-16周):首先,需要对产妇进行知识普及,通过一对一沟通或小型讲座,讲解妊娠糖尿病的成因、对母婴的影响,强调血糖控制的重要性。发放图文并茂的宣传手册,帮助患者理解疾病机制。其次,根据患者体重、孕周制定个性化饮食计划,并控制碳水化合物摄入。示范食物分量计算方法。再者,指导孕妇进行温和运动,如散步、孕妇瑜伽,每周至少150分钟。强调运动前后的血糖监测,避免低血糖风险。②孕中期(17周-28周):首先,护理人员需要教会患者正确使用血糖仪,制定每日监测计划。并分析血糖数据,调整饮食和运动方案。对于血糖波动大的患者,增加电话随访频率。其次,关注孕妇情绪变化,开展团体心理辅导,分享成功案例,缓解焦虑。鼓励家属参与,提供情感支持。再者,讲解妊娠糖尿病可能引发的并发症,并指导患者识别早期症状,如水肿、头痛等,及时就医。③孕晚期(29周-分娩):这个时间段需要护理人员为产妇介绍自然分娩与剖宫产的利弊,根据孕妇身体状况和胎儿情况,协助制定分娩计划。组织分娩体验课程,模拟产程场景,增强孕妇信心。同时,提前告知产后血糖变化规律,指导母乳喂养对血糖控制的益处。制定产后饮食和运动方案,预防产后血糖反弹。

(3)舒适护理措施:①环境优化:要为产妇营造一个温馨、安静的病房环境,合理调节温度和湿度。②疼痛管理:

分娩过程中,可以采用非药物镇痛方法缓解疼痛。必要时,根据医嘱使用药物镇痛,确保患者舒适。③个性化关怀:需要尊重患者的文化背景和生活习惯,提供个性化的护理服务。如为少数民族患者准备符合饮食习俗的餐食,为有宗教信仰的患者提供相应的精神支持。

效果评估与持续改进:护理人员需要定期记录患者的空腹血糖、餐后2小时血糖、糖化血红蛋白等指标,对比分阶段健康教育联合舒适护理前后的变化。统计不良妊娠结局发生率、自然分娩率和护理满意度,评估护理效果。同时,通过问卷调查、面对面访谈等方式,收集患者和家属的意见建议。根据反馈结果,及时调整护理方案,优化服务流程。

1.3 观察指标

1.3.1 血糖控制情况:在护理前后和护理后采用静脉抽血方式测试产妇患者血糖水平变化,包括空腹血糖、餐后2小时血糖、糖化血红蛋白。

1.3.2 分娩方式:统计两组产妇患者分娩方式,包括自然分娩和剖宫产。

1.3.3 不良妊娠结局发生率:统计两组产妇患者护理分娩后出现的不良妊娠结局,包括巨大儿、早产儿、新生儿低血糖等。

1.3.4 护理满意度:采用我院自行设计护理满意度问卷调查方法来评估满意率情况,分为满意、较满意、不满意。满意率=(满意+较满意)例数/总例数×100%。

1.4 统计学分析

将数据导入SPSS 22.0,运用频数、均值、卡方等统计方法进行分析, $p < 0.05$ 得出结论。

2 结果

2.1 对比两组护理前护理后的血糖控制情况

表1 两组产妇患者不同护理的血糖控制情况($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	护理前			护理后		
		空腹血糖 (mmol/L)	餐后2小时血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)	空腹血糖 (mmol/L)	餐后2小时血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)
观察组	50	9.73±2.86	12.15±3.01	8.72±2.76	4.51±0.81	6.84±0.91	5.38±0.68
对照组	50	9.71±2.76	12.11±2.98	8.68±2.56	6.84±1.78	8.57±1.34	7.55±1.56
t	-	0.036	0.067	0.075	8.425	7.552	9.017
P	-	0.972	0.947	0.940	0.001	0.001	0.001

2.2 对比两组分娩方式以及不良妊娠结局发生率

表2 两组产妇患者不同护理的分娩方式及不良妊娠结局发生率[n,(%)]

组别	例数	自然分娩	剖宫产	巨大儿	早产儿	新生儿低血糖	总不良率
观察组	50	33(66%)	17(34%)	0	0	1	1(2%)
对照组	50	19(38%)	31(62%)	1	2	4	7(14%)

照			
组			
x ²	-	7.853	4.891
P	-	0.005	0.027

2.3 对比两组护理满意度

观察组 50 例 满意 39 例 较满意 10 例 不满意 1 例
总满意率：49 (98%)

对照组 50 例 满意 25 例 较满意 9 例 不满意 16 例
总满意率：34 (68%)

($\chi^2=15.946$ $p=0.001$)

3 讨论

妊娠糖尿病是导致不良妊娠结局的重要原因，患者再次妊娠时糖尿病风险显著增加，且未来进展为 2 型糖尿病的可能性较高。造成这种现象普遍是产妇患者对疾病认知不足，同时也受到舒适影响因素，从而导致治疗和干预配合不佳，从而影响了血糖的控制情况^[4-5]。因此，本文研究针对此现象，对妊娠糖尿病患者采取了分阶段健康教育联合舒适护理，取得护理效果显著。

本次研究结果显示：两组产妇患者在未进行干预之前，血糖水平均较差。通过不同护理模式后，有所改善，但是采用分阶段健康教育联合舒适护理的观察组血糖改善更显著，自然分娩率更高，不良妊娠结局发生率更低，且护理满意度显著优于常规护理的对照组，表明该护理模式更具优势，对提升母婴健康及护理质量具有重要研究意义。

其原因在于：首先，通过成立专业的护理小组，为产妇患者高质量护理提供了坚实的保障。经验丰富的护士长带领，团队成员不仅具备扎实的理论基础和操作技能，还通过持续培训掌握最新诊疗指南和个性化护理策略。这种专业化团队建设确保了护理措施的科学性和规范性，能够针对患者具体情况提供精准指导^[6]。其次，采取了分阶段教育实施，针对于孕早期的知识普及和个性化饮食计划帮助患者建立了对疾病的基本认知，强化了产妇患者的自我管理意识；针对于孕中期的血糖监测指导和心理支持则有效应对了这一关键时期可能出现的血糖波动和情绪问题；针对于孕晚期的分娩计划制定和产后指导进一步增强了孕妇的信心并提前预防了产后血糖反弹。这种针对性强、连贯性好的教育方式显著提高了患者的依从性和自我管理能力，从而推动了血糖水平的持续改善和降低不良妊娠结局风险^[7-8]。再者，实施了舒适护理应用从而全面提升患者的身心体验。通过环境优化让产妇能够在温馨安静的环境中休养，有助于缓解压力和促进康复；疼痛管理结合非药物镇痛方法和必要时的药物干预，既减轻了分娩过程中的痛苦，又保证了安全性；个性化关怀则充分尊重患者的文化背景和生活习惯，体现了人文关怀，增进了护患信任。这些细节上的改进不仅提高了患者的舒适度，还间接促进了血糖控制和提高自然分娩情况^[9-10]。最后，还采取了效果评估与持续改进机制，通过多维度指标监测和反馈收集，护理人员能够及时发现并解决存在的问题，不断

优化护理方案。这种以数据为支撑、以患者为中心的质量改进模式，确保了护理服务始终处于最佳状态，从而显著提高护理满意度情况^[11]。

综上所述：分阶段健康教育联合舒适护理在妊娠糖尿病患者护理中效果显著，该护理模式通过专业团队的支持、科学的教育规划、人性化的护理措施以及持续的质量改进机制，从而有效改善血糖水平，还能促进自然分娩、降低不良妊娠结局风险，并大幅提升护理满意度，对母婴健康整体提升具有研究价值，值得临床推广和应用。

【参考文献】

[1]金娟,程秋颖,陈佩玉.妊娠期糖尿病孕妇血糖控制情况与围产结局关系探讨[J].中国计划生育学杂志,2021,29(3):587-590.

[2]周大雁.健康教育对妊娠期糖尿病孕妇妊娠结局的影响[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2024(6):0105-0108.

[3]赵聪,王焕萍.分阶段健康教育联合舒适护理对妊娠糖尿病患者分娩结局和血糖、血脂的影响[J].河南医学研究,2020,30(25):4775-4779.

[4]马美娟,马鸿莉.分阶段健康教育联合舒适护理在妊娠糖尿病患者护理中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2023,2(10):136-138,141.

[5]代芹.健康教育联合舒适护理在妊娠糖尿病产妇中的应用效果[J].中国社区医师,2024,40(8):112-114.

[6]汤梦姣.专业小组护理在 2 型糖尿病患者护理中的应用效果[J].中外医药研究,2024,3(34):102-104.

[7]葛桂燕,高南,陈环环.分阶段健康教育联合舒适护理对妊娠糖尿病患者分娩结局和血糖、血脂的影响[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2022(6):87-89.

[8]黄家杰.妊娠期糖尿病患者护理中运用健康教育的临床价值及对不良妊娠结局发生率的影响[J].中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生,2022(7):175-177.

[9]傅建飞,周赛赛,吴倩.课堂式健康教育干预对妊娠期糖尿病患者健康知识储备 分娩方式及妊娠结局的影响[J].中国妇幼保健,2024,39(19):3859-3862.

[10]代芹.健康教育联合舒适护理在妊娠糖尿病产妇中的应用效果[J].中国社区医师,2024,40(8):112-114.

[12]梁静.健康教育联合心理护理干预对糖尿病伴高血压护理的效果观察及满意度研究[J].中国科技期刊数据库医药,2024(12):154-157.

作者简介：

王仲钰 (1991.11-), 女, 汉族, 甘肃兰州人, 本科, 中级, 研究方向为妊娠合并糖尿病。

刘文静 (1998.09-), 女, 汉族, 甘肃陇西人, 本科, 护师, 研究方向为妊娠期相关疾病。