

论对 2 型糖尿病患者失眠的中医护理干预价值

金明纬 李莹莹*

齐鲁理工学院

DOI:10.12238/carnc.v2i2.7472

[摘要] 目的: 分析不同中医护理措施在2型糖尿病患者护理中的使用价值。方法: 选取50例在2023年1月-2023年12月期间于我院接受2型糖尿病治疗的患者,按照随机数字表法将其分为实验组和对照组,每组各25例,对照组实施常规护理干预,实验组在对照组基础上进行中医护理措施,比较两组的护理满意度、空腹和餐后血糖情况、睡眠质量、生活质量评价。结果: 接受常规护理的对照组满意度显著低于中医护理的实验组满意度,数据对比有差异($P < 0.05$),实验组进行中医护理后的空腹与餐后血糖均优于对照组的情况,对照组睡眠质量差于实验组,数据对比存在差异($P < 0.05$),实验组生活质量情况均优于对照组,两组数据之间的差异具备统计学意义($P < 0.05$)。结论: 将中医护理使用在2型糖尿病康复护理中具有显著的临床效果,值得临床使用。

[关键词] 康复护理; 2型糖尿病; 中医护理; 常规护理

中图分类号: R49 文献标识码: A

Discussion on the value of TCM nursing intervention for insomnia in patients with type 2 diabetes

Mingwei Jin Yingying Li*

Qilu Institute of Technology

[Abstract] Objective: To analyze the value of different traditional Chinese medicine nursing measures in the nursing of patients with type 2 diabetes. How: Fifty patients who received treatment for type 2 diabetes in our hospital from January 2023 to December 2023 were selected and divided into experimental group and control group according to random number table method, with 25 cases in each group. The control group received routine nursing intervention, while the experimental group received traditional Chinese medicine nursing measures on the basis of the control group. Nursing satisfaction, fasting and postprandial blood glucose, sleep quality and quality of life were compared between the two groups. Results: The satisfaction of the control group receiving conventional nursing was significantly lower than that of the experimental group receiving traditional Chinese medicine nursing, and there were differences in the data comparison ($P < 0.05$), the fasting and postprandial blood glucose of the experimental group after TCM care were better than those of the control group, and the sleep quality of the control group was worse than that of the experimental group, and there were differences in data comparison ($P < 0.05$), the quality of life of the experimental group was better than that of the control group, and the difference between the two groups was statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion: The use of traditional Chinese medicine nursing in the rehabilitation nursing of type 2 diabetes mellitus has significant clinical effect, and is worthy of clinical use.

[Key words] rehabilitation nursing; Type 2 diabetes; Traditional Chinese medicine nursing; Routine care

引言

失眠是2型糖尿病患者常见的并发症之一,严重影响患者的生活质量和血糖控制。中医认为失眠与脏腑功能失调、气血不足、心神不宁等因素有关,因此采用中医护理措施进行干预具有重要意义。本研究通过对比分析针灸、中药、推拿按摩等中医

护理方法,旨在探讨不同中医护理措施对2型糖尿病患者失眠的效果我院特择取此类患者作为研究对象纳入实验进行分析,项报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

Clinical Application Research of Nursing Care

将选取2023年1月至2023年12月之间本院收治的50例患有2型糖尿病的患者平均分为对照组25例和实验组25例, 对照组中男性患者15例, 女性患者10例, 年龄在45-85岁, 平均年龄在(55.00±2.05)岁; 实验组中16例男性患者, 9例女性患者, 年龄为46-85岁, 平均年龄在(55.50±2.30)岁; 实验组与对照组数据在一般资料中无显著的差异(P>0.05)。

纳入标准: 符合2型糖尿病的临床诊断标准; 家属知晓、患者自愿参与实验。

排除标准: 临床资料不全者; 精神、语言障碍者。

1.2 方法

对照组应用常规护理, 实验组应用中医护理, 方法为: (1) 情志调护: 情志调护主要是通过通过与患者沟通交流, 了解患者的心理状态, 给予心理疏导和安慰, 帮助患者缓解紧张焦虑的情绪, 使其保持良好的心态。对于失眠的患者, 应关注其情绪变化, 耐心倾听患者的诉说, 引导患者宣泄情感, 及时给予安慰和帮助。同时, 可以通过介绍治疗成功的案例, 帮助患者树立信心, 提高治疗依从性。(2) 饮食调理: 饮食调理是中医护理中非常重要的一部分。对于2型糖尿病患者失眠的患者, 应注重饮食的平衡和多样性, 避免过度摄入油腻、辛辣、刺激性的食物, 适当增加富含维生素和膳食纤维的食物。对于失眠较严重的患者, 可适当给予具有安神助眠作用的食物, 如红枣、莲子、百合等。同时, 应控制饮食量, 避免过饱, 以免影响睡眠。(3) 针灸治疗: 针灸治疗是中医护理中常用的治疗方法之一。对于2型糖尿病患者失眠的患者, 可根据患者的具体情况, 选择合适的穴位进行针灸治疗。一般可以选择安眠、神门、三阴交等穴位, 以帮助患者改善睡眠质量。在针灸治疗过程中, 应注意观察患者的反应, 如有异常情况, 应及时停止治疗并采取相应措施。(4) 推拿按摩: 推拿按摩是中医护理中另一种常用的治疗方法。对于2型糖尿病患者失眠的患者, 可采用推拿按摩的方法帮助患者缓解肌肉紧张, 促进血液循环, 从而改善睡眠质量。推拿按摩时, 可重点按摩患者的头部、颈部、背部等部位, 以帮助患者放松身心, 促进睡眠。

1.3 观察指标和分析

1.3.1 分析对照组以及实验组接受不同护理服务后的患者满意度, 结果分为不满意、一般满意、满意, 满意度=总例数/(显著+有效)×100%。

1.3.2 比较实验组以及对照组采取两种护理干预后的空腹血糖、餐后小时血糖状况。

1.3.3 采用生活质量评分调查量表对两组病人的生活质量进行评价, 包含: 社会功能、精神健康、躯体健康、情感职能四项, 分值大小与病人生活质量高低呈正比。

1.3.4 两组患者治疗前后睡眠改善情况将采用匹兹堡睡眠质量量表(PSQI)进行观察评价, 其中分值大小与患者睡眠质量高低成反比。

1.4 统计学方式

实验通过SPSS17.0软件进行统计学分析, 护理满意度应用计数资料检验 χ^2 值, 用(n, %)代表, 空腹血糖采用计量资料检

验t值, 表示为($\bar{x} \pm s$), 当数据结果P<0.05时, 表示存在统计学差异。

2 结果

2.1 评析两组的护理满意度

护理后, 两组的患者护理满意度进行比较, 实验组患者给予中医护理的满意度100.00%高于对照组对常规护理的满意度84.00%, 组间差异(P<0.05), 数据见表1。

表1 护理满意度对比(n, %)

组别	例数	满意	一般满意	不满意	满意度
实验组	25	17(68.00)	8(32.00)	0(0.00)	25(100.00)
对照组	25	17(68.00)	4(16.00)	4(16.00)	21(84.00)
χ^2 值					4.3478
P 值					0.0371

2.2 分析两组餐后和空腹血糖

两组的空腹以及餐后血糖相对比, 常规护理后的对照组情况差于中医护理的实验组情况, 两组数据之间具备一定的差异(P<0.05), 数据如表2。

表2 空腹、餐后血糖对比($\bar{x} \pm s$, mmol/L)

组别	例数	空腹血糖	餐后2小时血糖
对照组	25	10.45±1.22	12.85±1.02
实验组	25	9.88±1.19	11.45±1.35
T 值		1.6723	4.1371
P 值		0.1010	0.0001

2.3 睡眠质量改善情况比较

护理前患者的PSQI评分两组数据差较小(P>0.05); 护理后实验组患者的PSQI评分数据与对照组比有差异, 有统计学意义(P<0.05), 详细如表3。

表3 两组患者护理前后PSQI评分对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	护理前	护理后
实验组	25	17.34±3.25	9.30±3.56
对照组	25	17.57±3.41	12.51±2.93
T		0.2441	3.4810
P		0.8082	0.0011

2.4 评价生活质量情况

对照组生活质量与实验组生活质量相比较, 组间数据存在一定的差异(P<0.05), 数据如表4。

表4 生活质量对比($\bar{x} \pm s$, mmol/L)

组别	例数	情感职能	精神健康	社会功能	躯体健康
对照组	25	85.44 ± 3.58	85.28 ± 3.19	87.46 ± 3.22	82.46 ± 4.92
实验组	25	92.41 ± 3.19	93.88 ± 3.50	91.87 ± 2.97	90.28 ± 3.56
T 值		7.2679	9.0801	5.0336	6.4384
P 值		0.0000	0.0000	0.0000	0.0000

3 讨论

中医护理作为一种传统的护理方法,其独特的理论体系和丰富的实践经验在糖尿病失眠患者的护理中具有显著的优势。本文将从多个方面阐述中医护理措施在2型糖尿病失眠患者护理中的优势。中医护理强调整体观念,注重患者个体差异,针对糖尿病失眠患者的具体情况制定个性化的护理方案。通过对患者进行望、闻、问、切,中医能够全面了解患者的体质、病情、睡眠状况等,从而制定出符合患者需求的护理方案。这种个性化的护理方式有助于提高患者的舒适度和满意度。中医护理强调情志调护,帮助患者调整心态,缓解焦虑、抑郁等不良情绪。糖尿病是一种慢性疾病,患者在长期治疗过程中容易产生焦虑、抑郁等情绪问题。中医认为,情志不畅是导致失眠的重要原因之一,因此通过情志调护,可以帮助患者调整心态,减轻不良情绪对睡眠的影响。中医护理强调针灸、推拿等传统治疗方法的应用。针灸、推拿等传统治疗方法具有操作简便、副作用小等优点,在糖尿病失眠患者的护理中具有独特的优势。通过针灸、推拿等治疗手段,可以帮助患者调整脏腑功能,改善气血运行,从而有助于改善睡眠质量。中医护理在预防复发方面具有显著的优势。糖尿病失眠患者在病情得到控制后,仍需要长期坚持良好的生活习惯和护理措施,以预防复发。中医护理强调饮食调理、起

居有常、适量运动等综合调理方法,有助于患者养成良好的生活习惯,从而降低失眠复发。实验显示:实验组的护理结果数据均优于对照组,数据差异 $P < 0.05$ 。

综上所述,中医护理使用于2型糖尿病康复护理中存在一定的效果,具有临床广泛推广和应用的价值。

[项目课题]

中医适宜技术治疗糖尿病足的临床研究,齐鲁理工学院校级课题,QIT23NN033。

[参考文献]

- [1]李佩芳.不同中医护理措施对2型糖尿病患者失眠的干预效果比较[J].母婴世界,2021,(8):222.
- [2]林芳,游琼.不同中医护理措施对2型糖尿病患者失眠的干预效果比较[J].糖尿病新世界,2020,23(4):149-150,155..
- [3]黄官会,李云.不同中医护理措施对2型糖尿病患者失眠的干预效果比较[J].养生保健指南,2020,(31):133-134.
- [4]张颖.不同中医护理措施在干预2型糖尿病患者的失眠效果分析[J].养生保健指南,2019,(28):272.
- [5]杨帆.不同中医护理措施对2型糖尿病患者失眠的干预效果比较[J].中国医药指南,2018,16(18):242.
- [6]方雪.不同中医护理措施对2型糖尿病患者失眠的干预效果比较[J].养生保健指南,2022,(37):97-100.
- [7]陈聪.2型糖尿病周围神经病变患者实施中医护理后的临床效果观察[J].特别健康,2021,(11):203-204.
- [8]李红.中医护理措施对改善2型糖尿病患者睡眠质量的影响研究[J].保健文汇,2018(11):155.
- [9]陈丹晨,张昕,余雪菲,等.中医护理联合常规医护措施干预2型糖尿病合并高脂血症临床研究[J].新中医,2020,52(19):156-159.