

精细化血糖护理对老年2型糖尿病并发症的预防效果

张敏 赵改梅*

包头市第四医院

DOI:10.32629/ffcr.v3i10.21298

[摘要] 目的：精细化血糖护理对老年2型糖尿病并发症的预防效果。方法：本次研究时间为2024年1月~2025年2月，对86例符合研究标准的老年2型糖尿病患者开展跟踪护理研究，采用随机分组法将86例患者分为了对照组（常规护理），观察组（精细化护理），对比患者护理结果。结果：护理后，观察组患者血糖水平改善结果理想，其中空腹血糖、餐后2h血糖等指标分数值低于对照组且在正常范围内，此外观察组并发症发生率较对照组更低，各项指标对比（ $P < 0.05$ ），有统计学意义。结论：精细化血糖护理可改善老年2型糖尿病患者血糖水平，预防并发症，护理价值显著，可推广。

[关键词] 精细化血糖护理；老年2型糖尿病；并发症；预防效果

中图分类号：R473.5 文献标识码：A

Preventive Effect of Refined Blood Glucose Nursing on Complications in Elderly Patients with Type 2 Diabetes Mellitus

Min Zhang, Gaimei Zhao*

The Fourth Hospital of Baotou City

Abstract: Objective: To explore the preventive effect of refined blood glucose nursing on complications in elderly patients with type 2 diabetes mellitus. Methods: A total of 86 elderly patients with type 2 diabetes mellitus who met the inclusion criteria from January 2024 to February 2025 were enrolled in this follow-up nursing study. All patients were randomly divided into control group receiving routine nursing and observation group receiving refined blood glucose nursing. The nursing outcomes of the two groups were compared. Results: After nursing intervention, the observation group achieved ideal improvement in blood glucose levels. The fasting blood glucose and 2-hour postprandial blood glucose were within normal ranges and lower than those of the control group. Meanwhile, the incidence of complications in the observation group was significantly lower than the control group, and all differences were statistically significant ($P < 0.05$). Conclusion: Refined blood glucose nursing can effectively regulate blood glucose levels and prevent complications in elderly patients with type 2 diabetes mellitus, which has remarkable nursing value and deserves clinical promotion.

Keywords: refined blood glucose nursing; elderly type 2 diabetes mellitus; complications; preventive efficacy

引言

老龄化背景下，我国慢性病发病率越来越高。2型糖尿病为老年群众常见慢性疾病，患者表示为餐后血糖骤升、夜间无症状低血糖等病症，而长期持续高血糖也会加重肾脏损伤、眼底病变、四肢末梢神经病变等风险。临床建议患者规范用药，健康生活，有效控制血糖水平，预防疾病恶化。精细化血糖护理是针对老年2型糖尿病患者提供的特殊护理服务，医护人员评估患者的血糖情况，了解其生理代谢情况，为其制定生活、并发症防护等护理措施建议，可有效稳定患者的血糖，预防血管持续受损，预防病症。现针对收入的老年2型糖尿病患者开展精细化护理研究，报道如下：

1 一般资料与方法

1.1 一般资料

本次研究选择均为老年2型糖尿病患者，研究开始时间2024年1月，截止时间~2025年2月，抽取86例糖尿病，按照随机分组法，将患者平均分为两组。

对照组43例，男性、女性分别为24、19例。患者的最低患病年限为3年，最高患病年限为11年，患者平均患病（ 5.61 ± 3.63 ）年。观察组43例，男性、女性分别为23、20例数。患者的最低患病年限为2年，最高患病年限为12年，患者平均患病（ 5.36 ± 3.47 ）年。两组患者分组基本信息如年龄、患病年限、血糖水平指标对比无统计学意义， $P > 0.05$ ，

具有可比性。

1.2 方法

对照患者接受检查,接受常规老年慢病科护理,入院后为患者讲解病因,降糖药原理和使用剂量。每日早晨起床测量空腹血糖1次;每周固定时间测量2次餐后血糖。医护人员嘱咐患者口服降糖药物,提醒其注意剂量和频率。指导患者规范化操作皮下注射胰岛素,教会患者以及家属居家检测测血糖方式。为患者发放宣传手册,不进行一对一健康教育。

观察组接受精细化血糖护理:(1)制定精细化护理方案,科室医护人员收集患者基本信息,了解患者病症情况,结合临床2型糖尿病疾病特点以及护理文献、指南要求制定护理计划。因患者年龄大、病史长、夜间血糖波动较大且依从性较差,需要针对患者制定血糖评估,精细化血糖监测以及并发症防护护理计划。(2)做好入院后血糖分级评估分析,患者入院24h内接受血糖监测,医护人员记录患者既往病史,血压表现以及既往用药情况,针对其当前病症状态以及用药情况,制定用药计划和并发症防护方案。(3)开展精细化血糖监测。院内制定精细化血糖监测计划,入院1d要求执行三餐前、三餐后2h、睡前、凌晨三点血糖监测,了解患者的应激性高血糖、夜间低血糖风险,记录患者的血糖波动情况。同时指导患者口服降糖药物,规避患者出现大幅度血糖波动损伤血管。(4)精细化控糖药物干预。医护人员结合患者的血糖情况为患者制定餐前、睡前降糖药物控制方法,为患者制作服药提示卡,避免患者出现漏用药、错用药等问题。注射胰岛素时候需要区分腹部轮换注射点位,减少皮肤刺激,也能够利于药物吸收,确保降糖稳定。(5)精细化并发症防护干预,要求每日监测患者皮肤状态、足背动脉搏动、眼底情况,避免神经血管病变。告知患者常见并发症类型和特点,教会患者皮肤保护、肢体按摩和运动方法。出院后为患者制定随访计划,出院后1月每周开展1次电话随访,了解患者的控糖情况并提出相关医护建议。(6)精细化饮食干预,科室针对老年对象体征情况制定饮食计划,控制碳水化合物情况,严禁添加高糖、高油脂食物摄入,多提供易消化、高蛋白食物,改善其体征,利于稳定血糖。

1.3 观察指标

对比患者血糖指标:时间为监测患者接受3月治疗前后。指标为(1)空腹血糖指标、(2)餐后2h血糖、(3)糖化血红蛋白水平;

并发症发生率:随访6个月,统计两组糖尿病患者并发症,有微血管并发症、大血管并发症、糖尿病足、糖尿病肾病。

1.4 统计学分析

采集患者基本数据,整理有效信息导入SPSS 22.0软件中,计数资料的格式[n(%)],计量资料的格式($\bar{x} \pm s$)、

分别开展卡方、t值t检验。 $P < 0.05$,提示有统计学意义。

2 结果

2.1 两组老年2型糖尿病患者血糖指标对比

对照组空腹血糖指标: $7.40 \pm 0.82(\text{mmol/L})$ 、观察组空腹血糖指标: $5.45 \pm 0.86(\text{mmol/L})$ 、统计学对比($t=10.7610$ 、 $P=0.0001$),观察组结果更好且结果对比有统计学意义($P < 0.05$)。

对照组餐后2h血糖指标: $12.63 \pm 1.65(\text{mmol/L})$ 、观察组餐后2h血糖指标: $7.18 \pm 1.74(\text{mmol/L})$ 、统计学对比($t=14.9037$ 、 $P=0.0001$),观察组结果更好且结果对比有统计学意义($P < 0.05$)。

对照组糖化血红蛋白指标: $7.25 \pm 0.92(\%)$ 、观察组糖化血红蛋白指标: $5.63 \pm 0.89(\%)$ 、统计学对比($t=8.2990$ 、 $P=0.0001$),观察组结果更好且结果对比有统计学意义($P < 0.05$)。

2.2 两组老年2型糖尿病患者并发症对比

对照组微血管并发症1例(2.33%)、大血管并发症2例(4.65%)、糖尿病足1例(2.33%)、糖尿病肾病2例(4.65%),合计并发症6例(13.95%)。观察组:微血管并发症1例(2.33%)、合计并发症1例(2.33%),统计学对比($X^2=3.8879$ 、 $P=0.0486$),观察组结果更好且结果对比有统计学意义($P < 0.05$)。

3 讨论

2型糖尿病为临床常见慢性疾病,患者因为饮食、作息、遗传等因素导致自身胰岛 β 细胞生理性退化性减退,出现餐后血糖升高、糖化血红蛋白较高等问题^[3]。长期处于高血糖转台会导致其全身微血管内皮结构受损,加速脂质沉淀,损伤其肾脏、四肢末梢神经,诱发糖尿病足、周围神经性病变。

老年患者年龄大,对疾病成因,用药,生活管理事宜了解较少,可能导致控糖效果不佳,增加临床并发症风险^[4]。临床对老年慢性病护理支持方式有限,仅提供对症护理建议,多集中体征监测和用药提醒。因老年患者内分泌失调,血糖波动显著,对患者开展血糖护理效果不佳,患者表现为依从性低,用药管控不佳^[5]。开展精细化血糖护理,可以全天候检测患者餐前、餐后2h以及夜间血糖等特殊时间点血糖情况,有利于精准调整降糖药用剂量和频率,减少糖化血红蛋白波动。此外,了解并发症诱因,结合患者的饮食生活作息和疾病表现,分析其生活饮食等不足之处,为其制定个性化的饮食、用药和生活指导建议,如按摩肢体促进血液循环,加强饮食管理预防血糖波动,达到科学控糖目的^[6]。对比传统护理方式,精细化护理参与患者的用药、生活全过程,可结合血糖波动、氧化应激反应对其血糖代谢,血液循环等风险,开展并发症防护,降低血管炎性反应、稳定血糖水平,

降低其并发症发生率^[7]。

本文也对收入的老年2型糖尿病患者进行控糖研究，对患者开展精细化血糖护理后，其血糖控制结果理想，并发症例数更低，各项指标结局均优于常规护理对象。表示精细化护理措施有效管控2型糖尿病患者血糖指标，有利于防控并发症，值得推广。

[参考文献]

[1]蒋伟祎.精细化护理干预对糖尿病肾病透析患者的影响[J].中国城乡企业卫生,2026,41(5):16-19.

[2]吴荣玲,张平,黄冬雪.精细化护理联合康复训练对糖尿病伴偏瘫患者依从性的影响[J].糖尿病新世界,2026,29(4):114-117.

[3]叶琳,吴桂芬.精细化护理对糖尿病患者腹腔镜下阑尾手术的效果及对并发症的影响[J].糖尿病新世界,2025,28(20):169-172.

[4]陈宝花,郑艳菲,林蓉堃.手术室精细化护理对糖尿病乳腺手术患者血糖水平的影响[J].糖尿病新世界,2025,28(8):134-137.

[5]陆芹叶,叶霞,汪先玲.精细化护理干预对糖尿病肾病透析患者自体动静脉内瘘维护效果的影响分析[J].糖尿病新世界,2025,28(5):166-169.

[6]张井香,李丽,任媛,刘婷,范会敬.伤口专科小组下的精细化护理方案对糖尿病足患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2024,30(20):67-70.

[7]洪爱云.精细化护理对糖尿病周围神经病变患者神经电生理及遵医行为的影响[J].现代电生理学杂志,2023,30(3):171-174.

作者简介：

张敏（1983.06-），女，汉族，内蒙古人，本科，主管护师，研究方向为消化内分泌护理。