

全科护理在糖尿病患者规范化管理中的效果

高华鑫

曲阳第一医院

DOI:10.12238/bmtr.v6i3.7512

[摘要] 目的：文章就糖尿病患者规范化管理中全科护理应用效果展开研究。方法：从本院2023年1月至12月该时间段所收治糖尿病患者中随机选择出100例为研究对象,并基于抽签方式将他们平均分成对照组和实验组。临床上对照组50例糖尿病患者采取常规护理,实验组则给予全科护理。以护理前后血糖水平控制情况、生存质量评分以及疾病认知评分这三项观察指标判断哪组糖尿病患者护理效果更优。结果：护理完成后并经统计数据处理显示实施全科护理的实验组护理前后血糖水平控制情况、生存质量评分以及疾病认知评分三项观察指标均明显优于对照组,同时组间差异构成统计意义($P < 0.05$)。结论：临床上针对糖尿病患者规范化管理中全科护理地应用不但能够有效地改善其血糖控制效果以及生活质量,同时患者也可以了解到更多的疾病知识,这有助于进一步提升预后效果。

[关键词] 全科护理; 糖尿病患者; 规范化管理; 效果

中图分类号: R587.1 文献标识码: A

Effect of general practice care in the standardized management of diabetic patients

Huaxin Gao

Quyong First Hospital Baoding, Hebei

[Abstract] Objective: The paper studies the application effect of general practice nursing in the standardized management of diabetic patients. Methods: 100 diabetic patients admitted from January to December 2023 were randomly selected as the study subjects, and they were equally divided into control group and experimental group based on the lottery. Clinically, the control group of 50 diabetic patients received routine care, and the experimental group gave general care. Which group of diabetic patients was judged better by the control of blood glucose level before and after nursing, quality of life score and disease cognition score. Results: After the completion of nursing and statistical data processing, the control of blood glucose level, quality of life score and disease cognition score of the experimental group were significantly better than that of the control group, and the differences between groups constituted statistical significance ($P < 0.05$). Conclusion: Clinical application of general care in the standardized management of diabetic patients can not only effectively improve their blood glucose control effect and quality of life, but also learn more disease knowledge, which is helpful to further improve the prognostic effect.

[Key words] general practice care; diabetic patients; standardized management; effect

引言

在当今社会,糖尿病已成为全球性的健康挑战之一,给个体和社会健康带来了沉重的负担。面对这一挑战,全科护理在糖尿病患者管理中的作用日益凸显。通过全科护理团队的协作和规范化管理,可以有效改善糖尿病患者的生活质量,降低并发症发生的风险,减轻医疗资源的压力。因此,深入研究全科护理在糖尿病管理中的效果,对于提高患者健康水平、优化医疗资源配置具有重要意义。

1 资料与方法

1.1 一般资料

从本院2023年1月至12月该时间段所收治糖尿病患者中随

机选择出100例为研究对象,他们一般资料如下。男性53例,女性47例;年龄:45岁至70岁,平均(58.24±3.47);病程5年至15年,平均(10.53±1.32);糖尿病类型:II型78例,I型糖尿病22例;纳入标准:①经临床诊断符合糖尿病标准;②1年时间内空腹血糖记录大于7.3mmol/L;③患者及其家属知情且自愿参与;排除标准:①长期使用胰岛素者;②严重脏器受损者;③精神不正常者;④合并严重并发症者;⑤不愿参与本次研究者。本次研究获院方伦理委员会批准。经对上述年性别、年龄、病程等比较可知,两组糖尿病患者一般资料不构成统计学意义($P > 0.05$),可进行对比。

1.2 方法

本次研究中的对照组50例糖尿病患者采取常规护理,主要包括定期血糖监测、药物治疗、饮食控制和生活方式指导。而实验组则给予全科护理,具体措施如下:第一,药物护理。首先,为确保糖尿病患者药物的有效性和安全性,应当按时按量服药,并进行定期血糖检查。磺脲类药物可能导致低血糖,因此最好在餐前三十分钟服用,以避免影响胰岛素的产生。双胍类药物可能引起食欲不振和呕吐等不良反应,因此最好在餐前或餐后使用。对于A葡萄糖苷酶抑制剂,适用于空腹血糖正常,餐后两小时血糖升高的患者,可在餐前或餐后服用,以减轻恶心和食欲不振等副作用。正确的用药方式能够提高治疗效果,并减少不良反应的发生。其次,胰岛素作为糖尿病治疗的关键药物,其储存和使用需要严格遵循一定的原则。胰岛素的储存温度应保持在2~8℃之间,因此在日常生活中需将其冷藏保存,以确保其质量和有效性。对于已开封的胰岛素,其在室温下可以保存一个月,但超过此时间可能会降低其药效,因此应及时更换新的胰岛素。接受胰岛素治疗的患者需要密切监测血糖水平,并根据血糖变化调整胰岛素的用量。这需要每天进行血糖监测,以便及时作出调整,维持血糖在合适的范围内。同时,患者还需保持规律的饮食习惯,按时进餐,以确保胰岛素能够发挥最佳的效果。在胰岛素的注射过程中,护理人员需要向患者提供详细的指导,包括注射的方法、部位和剂量。建议患者在注射时选择不同的部位轮换注射,如腹部、上臂外侧、大腿外侧和臀部上1/4位置,以避免同一部位过度注射导致局部皮下脂肪增厚。此外,患者还需要了解胰岛素可能引起的不良反应,如低血糖和过敏反应。一旦出现这些情况,患者应及时采取相应的应对措施,并向医护人员汇报,以便及时处理和调整治疗方案;第二,日常护理。糖尿病患者需要特别关注足部护理,以预防溃疡。选择鞋子时,应优先考虑圆头、厚底、柔软透气的款式,尺寸宜略大于脚长1cm以上,宽度需与脚趾相符,确保足趾舒适活动。初穿新鞋时,应控制在30分钟以内,逐渐增加穿着时间以适应^[1]。袜子选用材质柔软、吸水性强纯棉或纯羊毛,保证宽松、透气,避免束缚血液循环。这些小细节的关注能有效减少足部疾病风险;第三,皮肤护理。糖尿病患者的皮肤护理需要细致入微,以应对由于免疫系统下降而增加的感染风险。首先,洗浴时选择中性的沐浴液,并用温水洗澡,以避免刺激皮肤和干燥。此外,及时更换内衣裤,保持清洁干燥,有助于减少细菌和真菌的滋生。另外,定期修剪指甲也是必要的。过长的指甲容易藏污纳垢,同时也增加了意外划伤皮肤的风险。因此,保持指甲的整洁和适度修剪至较短的长度是重要的。针对寒冷季节,建议每天泡脚一次。泡脚水温控制在20~30℃之间,时间持续20至30分钟,这有助于促进足部血液循环,缓解疲劳,但也要注意避免水温过高或过低,以免造成皮肤受损。在泡脚后,用柔软的毛巾轻柔擦干足部。要特别留意细微皮肤损伤,因为糖尿病患者往往对伤口的愈合速度较慢,容易感染。最后,外阴卫生的重要性也不容忽视。每天清洁外阴,尤其是在排便后,用温水彻底清洁,并保持干燥^[2]。这有助于预防外阴感染和

其他妇科问题的发生;第四,饮食护理。在糖尿病患者的饮食护理中,首要原则在于严格执行饮食计划,根据个体情况准确控制每日摄入的总热量。成人患者的摄入热量需根据身高、体重以及日常活动量来确定,平卧休息时每日热量摄入范围在105~167kJ/kg,而进行轻、中、重度体力劳动时的摄入热量范围相应调整。孕妇、哺乳期女性以及消瘦患者则需要适度增加热量摄入。饮食中糖类摄入应占总热量的50%~60%,蛋白质占15%~20%,脂肪占25%~30%。每日三餐的热量分配应均衡,一般以1/3或1/5、2/5、2/5的比例分配。其次,饮食指导也至关重要。患者需要限制盐的摄入量,控制在每日6克以下为宜。同时,应避免摄入甜食、油腻、辛辣、烟酒等不良饮食和生活习惯。特别需要注意避免摄入高胆固醇食物,例如肉皮、内脏和油炸食品等。稀饭的摄入也应谨慎,因为其易于消化吸收,会导致血糖快速升高。因此,以均衡饮食、充足营养、粗细搭配合理、少食多餐的原则为最佳选择;第五,运动指导。在进行运动指导时,护理人员应建议糖尿病患者选择在进餐后1小时进行适量的运动,包括散步、太极、健身操等轻度运动方式。在运动过程中,患者可携带一些糖果或饼干,以备血糖过低时补充能量。运动量应根据患者的年龄、身体状况和病情而定,一般建议每天进行30至60分钟的运动,每日1次或4~5次/周为宜。然而,需要特别注意的是,对于合并严重并发症或特殊时期的患者,如心血管疾病或妊娠期,应避免过于剧烈的运动。在这些情况下,应该根据医生的建议,选择适合自己情况的运动方式和强度,以确保身体的安全和健康;第六,健康宣教。为提升糖尿病患者的健康素养,护理人员需与患者加强沟通,开展全面的健康宣教。通过与患者的沟通和交流,了解他们面临的挑战和困难,针对性地提供支持和指导。这有助于患者更好地理解疾病,增强自我管理能力和提高血糖控制的依从性,从而改善生活质量,减少并发症的风险。

1.3 观察指标分析

本研究观察指标是护理前后血糖水平控制情况、生存质量评分以及疾病认知评分。其中第一个观察指标是记录两组患者餐后空腹血糖及餐后2h血糖情况;第二个指标则是借助于生存质量量表对两组患者进行评分,分值越高意味着其生活质量越好;第三个指标采用科室自拟调查问卷,在两组患者出院前独立填写,护士长收齐后进行评分。

1.4 统计数据处理

采用SPSS 26.0统计软件进行数据处理和分析,采用t检验比较两组间连续变量数据的差异,差异具有统计学意义为 $P < 0.05$ 。

2 结果

2.1 对照组和实验组护理前后血糖控制水平比较

经过对两组患者临床数据统计处理后结果显示,护理前对照组和实验组空腹血糖及餐后2h血糖不构成统计学差异($P > 0.05$);通过护理后两组指标均得到不同程度改善,但实验组明显比对照组降低得更多,同时组间差异构成统计意义($P < 0.05$),详见表1。

表1 对照组和实验组护理前后血糖控制水平比较

组别	例数	空腹血糖		餐后 2h 血糖	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	50	10.61 ± 2.15	7.34 ± 2.21	12.58 ± 2.64	10.21 ± 1.63
实验组	50	10.54 ± 2.16	5.13 ± 1.24	12.63 ± 2.62	7.13 ± 1.22
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

2.2 对照组和实验组生存质量评分比较

两组糖尿病患者临床数据统计处理完成后,生存质量评分这一观察指标中实验组明显要好于对照组,同时组间差异构成统计意义(P<0.05),详细见表2。

表2 对照组和实验组生存质量评分比较

组别	例数	心理状态	身体健康	独立能力	个人和环境	社会关系
对照组	50	55.27 ± 9.37	47.39 ± 9.37	47.92 ± 9.87	50.94 ± 8.76	56.84 ± 9.81
实验组	50	69.82 ± 6.17	61.24 ± 8.42	66.07 ± 6.38	63.75 ± 5.23	74.08 ± 6.53
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

2.3 对照组和实验组疾病认知评分比较

在患者疾病认知评分这一观察指标中,统计数据处理后显示实验组要高于对照组,同时组间差异构成统计意义(P<0.05),详细见表3。

表3 对照组和实验组疾病认知评分比较

组别	例数	病因	药物治疗	监测血糖	日常生活管理
对照组	50	6.23 ± 1.38	6.20 ± 1.47	6.11 ± 1.57	6.03 ± 1.41
实验组	50	8.57 ± 0.94	8.61 ± 0.85	8.23 ± 0.62	8.17 ± 0.93
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

糖尿病作为一种慢性代谢性疾病,其危害性不可小觑。首先,糖尿病可引发多种严重的健康问题,如心血管疾病、视网膜病变、肾功能损伤等,严重影响患者的生活质量和预期寿命。其次,糖尿病容易导致并发症的发生,包括神经病变、足部溃疡、皮肤感染等,给患者带来极大的痛苦和负担。此外,长期高血糖还可能损伤多个器官和系统,导致全身性的健康问题,甚至危及生命^[3]。传统的医疗模式往往缺乏整体性和综合性,容易导致护理效果不理想。例如,护士只进行单一的医疗操作,而未能全面评估患者的健康状况。而全科护理作为一种全方位的医疗模式,为糖尿病患者的管理带来了新的希望,它通过在药物、日常、皮肤、饮食、运动以及健康宣教等方面开展详细护理,能够有效提高患者的生活质量,促进血糖控制,减少并发症的发生[4]。并且从本文对我院2023年1月至12月该时间段所收治糖尿病患者中随机选择出100例分组研究来看,给予全科护理的实验组护理前后血糖水平控制情况、生存质量评分以及疾病认知评分三项观察指标均明显优于对照组,同时组间差异构成统计意义(P<0.05)。同时这一结果与其他医护人员发表成果相类似。

综上所述,临床上针对糖尿病患者规范化管理中全科护理地应用不但能够有效地改善其血糖控制效果以及生活质量,同时患者也可以了解到更多的疾病知识,这有助于进一步提升预后效果。

[参考文献]

- [1]杜娟,董悦,王爱娜.社区全科护理的规范化管理在糖尿病患者中的应用效果[J].四川解剖学杂志,2019,27(2):139-140.
- [2]尹丹,纪红,冯鹏.社区全科护理规范化管理在老年糖尿病患者中的应用效果观察[J].中国社区医师,2020,36(33):172-173.
- [3]朱晶晶.全科护理在糖尿病患者规范化管理中的效用分析[J].科技与健康,2023,2(5):109-111.
- [4]于惠,崔颖.分析全科护理模式在糖尿病患者规范化管理中的应用效果[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2022,(9):3.

作者简介:

高华鑫(1988--),女,汉族,河北曲阳县人,主管护师,本科,研究方向:护理学。