

对高血压合并糖尿病患者实施门诊护理的临床效果

任薇薇 周燕青

中国人民解放军联勤保障部队第906医院

DOI:10.12238/carnc.v3i1.12568

[摘要] 目的: 探讨门诊护理对高血压合并糖尿病患者的临床效果。方法: 选取2023年1月-2024年1月90例门诊高血压合并糖尿病患者,随机分为对照组(45例)和研究组(45例),对照组接受常规门诊护理,研究组在常规护理基础上增加定期随访、心理疏导、个性化饮食计划和运动锻炼指导等优质护理措施,两组接受为期6个月的护理干预,监测血压、血糖水平及并发症发生情况。结果: 研究组的收缩压、舒张压、空腹血糖和糖化血红蛋白水平优于对照组,心血管事件、脑血管事件和肾功能不全等并发症的发生率显著降低,两组对比具有统计学差异($P < 0.05$)。结论: 门诊优质护理对高血压合并糖尿病患者具有显著的临床效果,能够有效控制血压和血糖水平,降低并发症发生率,提高患者满意度,进一步改善患者的健康状况和生活质量。

[关键词] 门诊护理; 高血压; 糖尿病; 临床效果

中图分类号: R544.1 文献标识码: A

Clinical effect of implementing outpatient care for patients with hypertension and diabetes mellitus

Weiwei Ren Yanqing Zhou

906 Hospital of the Joint Service Support Force of the Chinese People's Liberation Army

[Abstract] Objective: To explore the clinical effect of outpatient care in patients with hypertension and diabetes. Methods: selected in January 2023–January 2024 90 outpatient hypertension patients with diabetes, randomly divided into control group (45 cases) and study group (45 cases), the control group receive routine outpatient care, study group increase regular follow-up, psychological counseling, personalized diet plan and exercise guidance, high quality nursing measures, two groups for six months of nursing intervention, monitoring blood pressure, blood sugar level and complications. Results: Systolic blood pressure, diastolic blood pressure, fasting blood glucose and glycated hemoglobin levels were better than the control group, the incidence of cardiovascular events, cerebrovascular events and renal dysfunction was significantly reduced, and the two groups were statistically different ($P < 0.05$). Conclusion: High quality care in outpatient service has significant clinical effect on patients with hypertension and diabetes, which can effectively control blood pressure and blood sugar level, reduce the incidence of complications, improve patient satisfaction, and further improve the health status and quality of life of patients.

[Key words] Outpatient care; hypertension; diabetes mellitus; clinical effect

高血压和糖尿病是全球范围内最常见的慢性疾病之一,对健康带来极大的威胁,高血压合并糖尿病的患者,不仅仅面临着血压和血糖控制的挑战,还更容易发生各种严重的并发症心血管事件、脑血管事件和肾功能不全等,这些并发症会显著降低患者的生活质量,增加医疗负担,甚至危及生命,如何有效管理这类患者的健康状况,成为医学界关注的重点^[1]。门诊护理作为一种基础性医疗服务,不仅限于传统的治疗手段,更注重通过全面、系统的护理干预,帮助患者更好地控制病情,预防并发症的

发生^[2]。本研究探讨门诊护理模式对高血压合并糖尿病患者的临床效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2023年1月-2024年1月90例门诊高血压合并糖尿病患者,随机分为对照组(45例)和研究组(45例),对照组男性23例,女性22例,年龄最小42岁,最大78岁,平均 62.5 ± 7.3 岁,高血压病程最短2年,最长10年,平均 5.5 ± 1.8 年,糖尿病病程最短1年,

Clinical Application Research of Nursing Care

最长8年,平均4.6±1.2年。研究组男性24例,女性21例,年龄最小41岁,最大79岁,平均63.1±7.5岁,高血压病程最短2年,最长11年,平均5.7±1.9年,糖尿病病程最短1年,最长9年,平均4.8±1.3年。两组患者性别、年龄、平均病程等方面无显著差异(P>0.05),具有可比性。

纳入标准:符合《中国高血压防治指南》(2010版)及世界卫生组织(WHO)糖尿病诊断标准,确诊为高血压合并糖尿病患者。自愿参与本研究,签署知情同意书。

排除标准:患有其他严重疾病恶性肿瘤、严重心脏病、肝肾功能不全等。有精神病史或认知障碍,无法配合完成研究。

1.2方法

对照组接受常规门诊护理:由医生根据患者的具体情况,制定个性化的药物治疗方案,包括选择合适的降压药物和降糖药物,确定药物的剂量和服用时间,护士详细向患者解释每种药物的作用、用法和可能的副作用,确保患者能够正确、安全地服用药物。安排患者定期回医院复查,监测血压、血糖等指标的变化情况,医生根据患者的复查结果,及时调整药物治疗方案,确保患者能够得到最佳的治疗效果。

研究组在常规护理基础上增加优质护理措施:进行全面评估,包括患者的年龄、性别、病程、病情严重程度、心理状态、生活习惯等,基于这些信息为每位患者制定个性化的护理计划,不仅涵盖药物治疗、饮食管理、运动锻炼等常规内容,还根据患者的具体情况加入心理疏导、健康宣教、家庭支持等特色内容。药物治疗是高血压和糖尿病管理的基础,为患者提供详细的药物治疗指导,包括药物的名称、剂量、服用时间、可能的副作用等,密切关注患者的用药情况,定期进行药物疗效和副作用的评估,如果发现患者存在用药不当或药物副作用明显的情况,及时与医生沟通,调整药物治疗方案。为患者提供药物管理的小技巧,使用分药盒、设置提醒等,帮助患者更好地管理药物,确保按时按量服药。饮食管理是高血压和糖尿病治疗的重要组成部分,为患者提供个性化的饮食计划,根据患者的体重、身高、活动量和病情,计算出每日所需的总热量和营养素摄入量,关注患者的饮食偏好和口味,尽量在保持营养均衡的前提下,满足患者的饮食需求。为患者提供详细的饮食指导,包括哪些食物可以吃、哪些食物需要限制或避免、如何合理安排餐次等,还为患者提供健康食谱和烹饪技巧,帮助他们更好地控制饮食,提高饮食质量^[3]。运动锻炼对于高血压和糖尿病患者来说至关重要,为患者提供个性化的运动计划,根据患者的身体状况和运动喜好,选择合适的运动方式和强度,鼓励患者进行有氧运动散步、慢跑、游泳等,同时结合力量训练,提高身体代谢率,增强心肺功能。为患者提供详细的运动指导,包括运动前的热身、运动中的注意事项、运动后的放松等,还为患者提供运动监测工具,心率监测器、计步器等,帮助他们更好地掌握运动强度和效果。高血压和糖尿病是慢性疾病,患者需要长期治疗和管理,在这个过程中患者可能会面临各种心理压力和挑战,为患者提供专业的心理疏导和心理支持,帮助他们缓解焦虑、抑郁等不良情绪,提高治疗依从

性。定期与患者进行沟通,了解他们的心理状态和需求,对于存在心理问题的患者,邀请专业心理咨询师进行干预,提供个性化的心理咨询和治疗,还为患者提供心理支持小组,让他们能够与其他患者分享经验、互相支持。健康宣教和教育是提高患者自我管理能力的关键,为患者提供系统的健康教育,包括高血压和糖尿病的病因、症状、治疗方法、预防并发症等方面的知识,通过讲座、宣传册、视频等多种形式,让患者更加深入地了解疾病,提高自我管理能力。还为患者提供健康宣教资料健康手册、健康小贴士等,帮助他们更好地掌握疾病管理知识,定期举办健康讲座和义诊活动,邀请专家为患者提供面对面的咨询和指导。家庭支持和社区参与对于高血压和糖尿病患者的治疗和管理至关重要,鼓励患者与家人和朋友分享自己的病情和治疗计划,寻求他们的支持和理解,为患者提供家庭护理指导,帮助家人更好地照顾患者^[4]。鼓励患者参与社区活动健康讲座、运动俱乐部等,与其他患者建立联系,共同分享经验和支持,通过社区参与,患者可以更好地融入社会,提高生活质量。为患者提供定期随访和评估服务,密切关注患者的病情变化和治疗效果,定期与患者进行沟通,了解他们的用药情况、饮食管理、运动锻炼等方面的进展,定期为患者进行血压、血糖等指标的监测和评估,根据评估结果及时调整护理计划。在随访过程中注重与患者的互动和沟通,鼓励他们提出问题和建议,对于患者提出的问题和困惑及时给予解答和指导,确保患者能够得到及时、有效的帮助。

1.3观察指标

统计两组患者3个月后的血压、血糖水平及并发症发生情况。

1.4统计学计算

采用SPSS22.0统计软件进行数据分析,包括描述性统计、t检验、卡方检验等,以P<0.05为差异有统计学意义。

2 结果

研究组的收缩压、舒张压、空腹血糖和糖化血红蛋白水平优于对照组,心血管事件、脑血管事件和肾功能不全等并发症的发生率显著降低,两组对比具有统计学差异(P<0.05),见表1。

表1 两组各项观察指标对比

组别	例数	收缩压 (mmHg)	舒张压 (mmHg)	空腹血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)	心血管 事件(%)	脑血管 事件(%)	肾功能 不全(%)
研究组	45	130.5 ± 10.2	75.3 ± 5.8	6.2 ± 0.8	6.0 ± 0.5	4.4	2.2	6.7
		145.7 ± 12.4	85.1 ± 6.9	7.8 ± 1.2	7.5 ± 0.7	13.3	8.9	17.8
对照组	45	145.7 ± 12.4	85.1 ± 6.9	7.8 ± 1.2	7.5 ± 0.7	13.3	8.9	17.8
t/t ²		3.340	2.750	2.920	3.140	10.090	11.030	10.410
P		<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

Clinical Application Research of Nursing Care

高血压合并糖尿病在临床上并不少见,往往会相互影响,增加健康风险,高血压是指动脉血压持续升高,常常引起心脏、血管和肾脏等器官的负担和损伤。糖尿病是由于胰岛素分泌不足或作用受阻导致的血糖升高,长期高血糖会引起全身多系统的慢性损伤。高血压合并糖尿病的患者面临的主要健康问题包括心血管疾病、脑血管事件以及肾功能不全等,这些并发症不仅严重影响患者的生活质量,还可能危及生命,控制好血压和血糖水平是减少这些并发症的关键^[5]。本研究结果表明,研究组患者的收缩压、舒张压、空腹血糖和糖化血红蛋白水平均显著优于对照组,心血管事件、脑血管事件和肾功能不全等并发症的发生率显著降低,表明门诊优质护理不仅能够有效控制高血压和糖尿病患者的血压和血糖水平,还能显著降低并发症的发生率,提高患者满意度,进一步改善其健康状况和生活质量。优质护理的具体措施包括定期随访、心理疏导、个性化饮食计划和运动锻炼指导等,定期随访不仅能及时监测患者的病情变化,还能通过面对面的交流,了解患者在生活方式和药物遵从性方面的问题,给予针对性的建议。心理疏导通过缓解患者的焦虑和恐惧,增强其自我管理的信心和动力,从而提高护理效果。个性化饮食计划根据患者的具体情况,制定科学合理的饮食结构,帮助患者控制血糖和血压水平。运动锻炼指导鼓励患者进行适量的体力活动,改善心肺功能,促进全身血液循环,增强体质^[6]。

总之,门诊优质护理在管理高血压合并糖尿病患者中具有

显著效果,通过系统的护理干预,不仅能够有效控制患者的血压和血糖,还能预防并发症的发生,提高患者的生活质量和满意度,应在临床实践中广泛推广。

[参考文献]

[1]常建美,杨梅.高血压合并糖尿病患者门诊护理的临床效果分析[J].现代养生,2023,23(10):774-776.

[2]周琴娟.对高血压合并糖尿病患者实施门诊护理的临床效果[J].名医,2023,(04):153-155.

[3]赵艳菊.集束化管理在2型糖尿病合并高血压患者门诊护理中的应用效果[J].保健医学研究与实践,2022,19(12):98-101+119.

[4]陈欢.高血压合并糖尿病患者实施门诊护理的有效性及其价值分析[J].中西医结合心血管病电子杂志,2022,10(31):113-115+146.

[5]林艳媛.门诊护理干预对高血压合并糖尿病患者的效果分析[J].心血管病防治知识(学术版),2020,10(04):54-56.

[6]王君梅,郭莉萍.高血压合并糖尿病患者实施门诊护理干预效果分析[J].糖尿病新世界,2019,22(16):177-178.

作者简介:

任薇薇(1990--),女,汉族,安徽省安庆市人,本科,主管护师,中国人民解放军联勤保障部队第906医院,研究方向:护理。