

健康体检中护理管理对糖尿病患者血糖控制的干预效果 评价

杨兴梅

云南省保山市第二人民医院

DOI:10.12238/carnc.v3i2.13271

[摘要]目的：评估糖尿病患者在健康体检中接受护理管理后对其血糖控制的干预成效。方法：本研究以我院90例接受健康体检的糖尿病患者为研究对象，通过随机化原则将其划分为两个组别：对照组（共计45例，采用健康体检的常规管理模式）与研究组（共计45例，实施健康体检中的护理管理）。对两组的干预效果展开了全面且细致的对比分析。结果：相较于对照组，研究组展现出了更优的血糖指标表现，并且其依从性也明显高于对照组。这些差异均达到了统计学上显著性水平（ $P < 0.05$ ）。结论：在健康体检中，采用护理管理对糖尿病患者进行血糖调控的效果更为理想，能有效提升患者的遵从度。

[关键词]健康体检；护理管理；糖尿病；血糖控制

中图分类号：R47 文献标识码：A

Evaluation of the Intervention Effect of Nursing Management on Blood Glucose Control in Diabetic Patients During Health Check-ups

Xingmei Yang

Second People's Hospital of Baoshan City

[Abstract] This paper aims to evaluate the intervention effect of nursing management on blood glucose control in diabetic patients during health check-ups. This study enrolled 90 diabetic patients undergoing health check-ups in our hospital, who were randomly divided into two groups: the control group ($n=45$, receiving routine health check management) and the study group ($n=45$, implementing nursing management during health check-ups). A comprehensive comparison was conducted on the intervention outcomes between the two groups. The result showed that compared with the control group, the study group demonstrated significantly better blood glucose indicators and higher treatment compliance. These differences were statistically significant ($P < 0.05$). These findings suggest that implementing nursing management during health check-ups can achieve more optimal blood glucose regulation effects in diabetic patients and effectively improve patient compliance.

[Keywords] health check-ups, nursing management, diabetes mellitus, blood glucose control

糖尿病是一种在临床实践中频繁遇到的慢性内分泌代谢性疾病，其根本病理机制涵盖胰岛素分泌缺陷或细胞对胰岛素敏感性降低，进而引发体内葡萄糖代谢调节失衡，其典型标志是血液中长期维持较高的葡萄糖水平^[1]。病程的持续进展会导致此病诱发一系列并发症，这些并发症极大地妨害了患者的生活品质。考虑到糖尿病治疗通常是一个持久的过程，患者必须定期参与健康体检，以便实时追踪病情进展，并据此及时优化治疗策略^[2]。为增强糖尿病患者在健康体检上的配合度，并保障体检的有效性，采取一套详尽的护理管理策略显得尤为关键。基于此，本研究旨在评估在健康体检中护理管理对糖尿病患者血糖控制效果的干预作用，具体如下：

一、对象和方法

（一）对象

本研究选取2024年度1月至12月间，在我院接受健康体检的糖尿病患者90例作为研究样本。具体的纳入标准涵盖：（1）患者需经严格检查，明确其糖尿病的诊断；（2）所有参与本研究的患者必须充分理解研究内容，并已正式完成知情同意书的签署程序。以下是排除标准的详细阐述：（1）患者若存在主要脏器器质性损伤的情形，则不纳入研究范围。（2）患有精神或心理疾病的患者亦被排除在外。采用随机抽签的方式将参与者均分为两组：对照组45例（男：女=25:20，平均年龄为 59.07 ± 4.53 岁，平均病程为 2.48 ± 0.52 年），研究组45例（男：女=24:21，平均年龄为 59.69 ± 4.61 岁，

Clinical Application Research of Nursing Care

平均病程为 2.31 ± 0.49 年)。统计分析的结果表明, 两组患者在基本特性方面并未展现出统计学上的明显差异 ($P > 0.05$)。

(二) 方法

对照组采用健康体检中常规管理, 即遵循预设的体检程序实施健康体检, 并在完成后出具正式的体检报告文件。此次体检报告详尽地阐述了药物治疗方案、膳食调整建议以及血糖监控规划等一系列相关内容。

研究组采用健康体检中护理管理, 具体方法如下:

1. 建立健康管理档案。全面获取患者的家族疾病历史、个人生活历程、日常饮食偏好及体能活动详情等基础资料, 并系统地追踪与记录患者的血糖监测数据, 据此为患者建立一份全面的糖尿病健康管理记录档案。

2. 健康教育。为了有效提升患者对糖尿病的认知与自我管理能力, 采取了多样化的健康教育手段, 包括定期的健康讲座、直接的口头说明以及发放详尽的健康指南。旨在更新患者的认知框架, 深化他们对糖尿病致病因素、标志性体征、并发症防控手段以及日常健康管理措施的认识与关注度, 同时教授他们血糖自我监测的方法, 以此推动患者在血糖调控方面自我管理能力的进步。

3. 情绪管理。糖尿病作为一种病程漫长且并发症多样的慢性疾病, 对身体健康带来了严重的长期威胁, 因此需要持久且不间断的医疗管理与干预。但患者在承受长期治疗的过程中, 往往会信心受挫, 滋生悲观情绪及疑虑心理, 这些负面的心理状态进而会反作用于患者的生理健康, 使得血糖水平难以得到有效调控。因此, 护理人员需加强与患者之间的有效沟通, 对患者的心理健康状态给予高度关注, 并适时地开展负面情绪疏导工作。

4. 生活指导。糖尿病的发病与环境因素之间存在着密切联系, 故而, 加强对糖尿病患者饮食及运动方面的指导具有极其重要的意义。推荐实施分餐制, 即少量多次进食, 强调饮食的清淡营养平衡, 防止过量食用和暴饮暴食行为, 倡导低盐低脂的饮食模式, 且需严格把控每日的热量与营养成分摄入量。此外, 应依据患者的个人体能状况, 合理制定运动方案, 例如慢跑、散步、体操锻炼以及呼吸调节训练等, 以达到增强患者体魄、保持理想体重及提高身体免疫防御能力的目的。

5. 用药指导。运用多种方法, 如用药记录手册、微信群签到等方式, 对患者用药的依从性进行监控, 并详尽地向患者阐述药物的正确使用方式、规定的剂量以及可能产生的副作用, 同时着重指出, 患者不应擅自更改治疗方案或停止用药。特别是对于需进行胰岛素注射的患者, 借助示范指导等

教学策略, 保证他们能够全面把握胰岛素注射的核心环节、操作流程及必须留意的细节, 进而有力规避用药不当所带来的风险。针对老年患者, 倡导其家庭成员的积极介入, 携手监督患者严格遵循医嘱用药, 以此增强患者的自我用药管理能力。考虑到糖尿病患者在使用后可能面临低血糖的风险, 提议患者应随时携带如糖果或饼干之类的快速升糖小食, 以便在紧急情况下迅速缓解低血糖症状。另外, 建议老年患者在外出活动时佩戴急救信息卡, 卡片上需清晰记录家属的联络信息、居住地址、所服药物的详细信息及剂量等关键内容, 以便在突发状况下能够迅速采取措施, 保障患者的生命安全。

6. 血糖监测。向患者提供指导, 并提醒其在家中需定期进行血糖的自我监测, 同时要求他们详细记录每一次的监测数据。针对血糖水平较高的患者, 推荐适度提升血糖监测的频次, 以便持续监测并追踪其血糖的波动情况。此外, 积极倡导患者每月定期体检, 进行全面的身体检查, 涵盖血糖、血脂水平以及体质指数等关键指标的测量, 以此来严密监视并管理血糖的进展情况。若观察到患者的血糖水平出现不寻常的波动, 或日常自我管理措施无法有效稳定血糖时, 建议患者即刻前来医院接受专业的医疗评估, 从而能迅速制定并实施个性化的治疗方案。

(三) 观察指标

对两组患者在管理干预后的血糖相关指标进行对比分析, 具体涵盖空腹血糖值、餐后 2h 血糖水平以及糖化血红蛋白含量。

对两组的依从性进行对比分析, 评估维度主要涵盖定期血糖监测、遵循医嘱用药、执行医嘱饮食安排及参与运动等方面。评分标准设定为满分 100 分, 其中得分高于 90 分界定为完全依从, 60 至 90 分之间为基本依从, 低于 60 分则判定为不依从。依从率的计算方式为: $(\text{完全依从人数} + \text{基本依从人数}) / \text{总人数} \times 100\%$ 。

(四) 统计学分析

在本研究中, 利用 SPSS 23.0 统计软件对收集到的全部数据进行了全面且深入地解析。对于计量数据的统计分析, 采用了 t 检验和 $\bar{x} \pm s$ 的统计方法; 而对于计数数据的描述, 则运用了卡方检验值结合百分比 (%) 的形式。若 P 值小于 0.05, 则认为该差异在统计学上具有显著性。

二、结果

(一) 两组血糖指标对比

相较于对照组, 研究组的血糖指标表现出更为优越的表现, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。见表 1。

表1 两组的血糖指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2h 血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)
研究组	45	6.28±1.62	9.71±2.09	5.13±1.27
对照组	45	8.29±2.11	12.52±2.28	8.24±1.86
t	-	5.069	6.095	9.263
P	-	0.001	0.001	0.001

(二) 两组依从性对比 有统计学意义 ($P<0.05$)。见表2。

相较于对照组，研究组的依从率呈现出显著提升，差异

表2 两组的依从性对比[n,(%)]

组别	例数	完全依从	基本依从	不依从	依从率
研究组	45	25 (55.56)	18 (40.00)	2 (4.44)	43 (95.56)
对照组	45	19 (42.22)	19 (42.22)	7 (15.56)	38 (84.44)
χ^2	-	-	-	-	6.870
P	-	-	-	-	0.009

三、讨论

糖尿病作为一种在临床实践中广泛存在的慢性全身性疾病，其发病机制相当复杂，主要源于体内胰岛素的分泌异常及功能减退所导致的血糖浓度上升^[1]。在糖尿病的初期阶段，其症状往往较为隐蔽，容易被患者所忽略，进而错失及时且有效的治疗机会，这可能导致患者部分器官的功能逐渐受损，进而削弱他们的整体健康状况及生活质量^[4]。

在健康体检中护理管理将被动模式转变为主动模式，通过构建健康管理档案，对个体的健康状况实施全面且深入的评估，并依据评估结果提供具有针对性的护理指导及干预措施^[5]。本研究结果显示，相较于对照组，研究组的血糖指标表现出更为优越的表现 ($P<0.05$)，这说明通过健康体检中护理管理能够有效控制患者的血糖指标。分析原因为在完成基础体检流程的同时，护理人员积极主动地与患者进行交流，组织糖尿病相关的健康教育活动，运用简单易懂的语言向患者普及糖尿病的基础知识，涵盖饮食管理、体育锻炼、药物治疗等多个方面，并着重指出血糖水平升高的潜在危害因素^[6]。通过引导患者形成科学且健康的生活方式，并鼓励其主动参与到治疗过程当中，可以有效地辅助提升治疗效果，进而实现对血糖水平的良好控制^[7]。本研究结果显示，相较于对照组，研究组的依从率呈现出显著提升 ($P<0.05$)，这说明通过健康体检中护理管理能够提高患者的依从性。分析原因为健康体检护理管理的实际操作中，护理人员将健康教育作为护理工作的重中之重，致力于广泛传播糖尿病的相关

知识及日常生活中的注意事项，并且密切关注患者的心理状态，及时对其负面情绪进行疏导与安抚^[8]。这不仅大幅度提升了患者对糖尿病健康信息的认知程度，还促使患者深刻领会到配合治疗的关键意义，进而增强了他们战胜疾病的信念，进一步提高了其治疗的遵从性^[9]。

综上所述，在糖尿病患者的健康体检过程中，实施护理管理对于血糖控制的成效更为显著，能够显著提高患者的顺应性。

[参考文献]

[1]陈冲,周帆,高文彬.共同参与式护理管理联合营养均衡饮食疗法在糖尿病患者中的应用[J].河南医学高等专科学校学报,2024,36(04):518-522.

[2]王嘉娟,刘红,黄凤丽.探讨全程健康教育模式应用于糖尿病护理管理对血糖控制情况的影响[J].婚育与健康,2024,30(12):187-189.

[3]张杨华,周贵兰,肖光光.检后健康管理联合护理干预对糖尿病患者疾病认知、控制及生存状态相关方面的影响分析[J].中国医学创新,2020,17(36):81-85.

[4]潘爱英.健康体检中对糖尿病患者实施护理干预的效果分析[J].糖尿病新世界,2021,24(4):137-139.

[5]罗茜.分析体检中心健康管理对糖尿病患者血糖控制的干预效果[J].中国保健营养,2020,30(26):290-291.

[6]王晶.糖尿病患者健康体检中实施信息化干预护理模式的效果评估[J].糖尿病新世界,2020,23(24):146-148,151.

[7]张若谷,明蕊,李晓钰.健康体检中心对老年糖尿病患者血糖控制的干预效果观察[J].药店周刊,2021,30(17):193.

[8]翁子懿.老年糖尿病患者健康护理管理遵医行为改善分析[J].中国城乡企业卫生,2023,38(12):89-90.

[9]谢朴仙,刘荣华,锡友兰,等.动机性访谈在体检中心糖尿病慢病体检人群健康管理中的应用[J].首都食品与医

药,2023,30(24):133-136.

作者简介:

杨兴梅(1978.11—)、汉族、女、云南保山、大专、
职称:副主任护师、单位:云南省保山市第二人民医院 公
共事业部、单位级别:三级、研究方向:糖尿病患者血糖控
制干预的效果评价