

老年糖尿病患者的社区护理干预与健康教育分析与探讨

王秀丽

枣庄市妇幼保健院 山东枣庄

【摘要】目的 分析与探讨老年糖尿病患者实施社区护理干预与健康教育应用效果。**方法** 取2021年9月~2022年11月我院收治的老年糖尿病患者,随机分为两组,对照组45例应用常规护理方法,观察组45例应用社区护理干预与健康教育,观察并比较两组患者血糖改善情况、并发症发生情况及治疗依从率。**结果** 观察组空腹和餐后2h的血糖水平、并发症发生率低于对照组,观察组患者定期监测血糖、饮食控制良好、按时用药、适当运动等依从率及生活质量均高于对照组,差异有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 对老年糖尿病患者应用社区护理干预与健康教育,对改善老年糖尿病患者血糖情况应用效果显著,有效降低并发症发生率,提高其治疗依从性,具有较高的应用价值,值得推广与应用。

【关键词】 社区护理干预; 老年糖尿病; 健康教育; 并发症; 治疗依从性。

【收稿日期】 2023年5月15日 **【出刊日期】** 2023年7月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.2023000305

Analysis and discussion on community nursing intervention and health education for elderly patients with diabetes

Xiuli Wang

Zaozhuang maternal and Child Health Hospital Zaozhuang Shandong

【Abstract】 Objective To analyze and explore the effect of community nursing intervention and health education on elderly patients with diabetes. **Methods** The elderly patients with diabetes admitted to our hospital from September 2021 to November 2022 were randomly divided into two groups. The control group (45 cases) used conventional nursing methods, and the observation group (45 cases) used community nursing intervention and health education. The improvement of blood glucose, complications and treatment compliance rate of the two groups were observed and compared. **Result** The fasting and 2-hour postprandial blood glucose levels and incidence of complications in the observation group were lower than those in the control group. The compliance rate and quality of life of patients in the observation group were higher than those in the control group, including regular monitoring of blood glucose, good dietary control, timely medication, and appropriate exercise, with statistically significant differences ($P<0.05$). **Conclusion** The application of community nursing intervention and health education to elderly patients with diabetes can significantly improve the blood sugar situation of elderly patients with diabetes, effectively reduce the incidence of complications, and improve their treatment compliance. It has high application value and is worth promoting and applying.

【Key words】 Community nursing intervention; Senile diabetes; Health education; Complications; Treatment compliance.

糖尿病是以慢性高血糖为特征的一种代谢性疾病^[1]。其发病的主要原因是患者胰岛素分泌出现异常,导致患者血糖异常偏高,继而引发患者出现多饮、多食、多尿及消瘦等症状,其多见于老年人^[2]。若得不到及时诊治,随着病情进展还会引发患者出现并发症情况,甚至危及生命,对患者身心健康及生活质量造成极大影响^[3]。目前,临床中治疗该疾病主要原则为控制血糖,

但无具体有效治愈方法。所以,在治疗该疾病同时实施科学有效护理措施对控制血糖及提高其生活质量具有重要意义。故此,选取我院收治90例老年糖尿病患者作为参考样本,分析与探讨社区护理干预与健康教育对老年糖尿病患者临床应用效果,内容如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2021 年 9 月~2022 年 11 月我院收治的老年糖尿病患者, 随机分为两组, 对照组 45 例, 男 29 例, 女 16 例, 年龄 52~86 岁, 平均 (67.37±4.04) 岁; 观察组 45 例, 男 28 例, 女 17 例, 年龄 53~85 岁, 平均 (67.43±4.12) 岁。两组的一般资料差异不明显 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组患者采取常规护理方法, 如详细记录患者基本信息、生活护理、指导用药及注意事项等。观察组患者采取社区护理与健康教育, 其内容如下: 1) 成立专业护理小组。其成员由专业护理人员组成, 根据老年糖尿病患者的实际病情情况与需要, 制定科学合理的健康教育计划, 对老年患者耐心并详细的讲解关于糖尿病有关知识, 如发病原因、治疗方法、饮食控制及日常护理等内容, 定期举行糖尿病健康知识讲座并组织老年患者参与, 在会场护理人员应向老年患者提供一对一健康教育讲解, 耐心热情对老年患者所提问题进行处理。2) 指导老年患者用药。护理人员对老年糖尿病患者用药方法与病情进行全面了解, 然后对患者用药进行监督与指导, 明确告知老年患者用药方法、剂量及禁忌等事项, 由于年龄原因, 老年患者会出现记忆力减退现象, 所以在临床治疗期间老年患者常常会发生忘记用药、重复用药情况。因此, 护理人员应做好监督、指导老年患者用药情况工作, 避免出现遗忘、重复用药问题。3) 加强血糖监测。护理过程中, 密切关注老年患者血糖浓度变化情况, 护理人员应对老年患者血糖情况进行定期监测。还可对有学习能力的老年患者教授如何使用快速血糖仪, 使老年患者可以借助快速血糖仪进行自我监测血糖。护理人员收集老年患者血糖浓度变化情况并进行整理, 为临床治疗提供重要依据。4) 饮食指导。护理人员对患者饮食进行指导并严格控制, 并告知患者健康生活饮食习

惯对其血糖变化有重要作用。护理人员依据老年患者实际病情、饮食习惯制定科学营养的饮食方案, 指导患者以高纤维食物为主, 食用蛋白质及低脂肪食物, 减少热量、糖分的摄入, 保证营养补给。同时应少食多餐, 禁止暴饮暴食, 养成良好的生活饮食习惯。5) 运动指导。护理人员根据老年患者实际情况进行适当有氧运动, 可有效控制其体重, 提升其身体素质, 有助于增强患者机体对胰岛素敏感性。6) 心理护理。老年糖尿病患者因年龄较高且该疾病病程长, 会使患者出现异常的心理情绪变化, 对血糖控制情况产生影响。糖尿病具有易复发、迁延不愈等特点, 缺乏沟通, 导致诸多老年患者出现焦虑、孤独、沮丧等不良情绪, 失去治疗自信心, 不遵医嘱用药, 甚至抵触、放弃治疗。所以, 护理人员应积极主动与患者进行沟通交流, 给予患者更多鼓励与关心, 缓解其不良情绪, 树立其治疗自信心, 使患者能积极乐观面对疾病。

1.3 观察指标

观察并比较两组患者护理前后空腹前与餐后 2h 血糖水平、并发症发生情况 (恶心、腹泻、味觉减退)、治疗依从性 (定期监测血糖、饮食控制良好、按时吃药、适当运动) 及生活质量 (总体健康 精力评分 社会功能等)。生活质量: 应用生活质量调查量表^[4]展开评定, 分值越高则生活质量越高。

1.4 统计学处理

采用 SPSS25.0 处理数据。计量资料以 ($\bar{x}\pm s$) 表示, 采用 t 检验; 计数资料以 (%) 表示, 采用 χ^2 检验。P<0.05 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 空腹血糖和餐后 2h 血糖对比

护理前, 两组空腹血糖和餐后 2h 血糖水平差异不大 ($P>0.05$); 护理后, 观察组空腹和餐后 2h 的血糖水平低于对照组 ($P<0.05$)。如表 1。

表 1 两组空腹血糖和餐后 2h 血糖水平对比 ($\bar{x}\pm s$) mmol / L

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	45	10.23±2.31	7.21±1.54	15.42±3.59	9.61±2.01
观察组	45	10.46±2.26	5.37±1.32	16.03±3.61	7.21±1.06
t		0.145	6.684	0.591	5.683
P		0.845	0.000	0.542	0.000

2.2 并发症发生情况

观察组患者总例数为 45 例, 其中出现恶心 1 例

(2.22%), 腹泻 2 例 (4.44%), 味觉减退 2 例 (4.44%), 总并发症发生率 5 例 (11.11%); 对照组患者总例数为

45例,其中出现恶心3例(6.67%),腹泻5例(11.11%),味觉减退3例(6.67%),总并发症发生率11例(24.44%)。观察组并发症发生率低于对照组,组间比较差异有统计学意义($P<0.05$)。

2.3 治疗依从率

观察组患者定期监测血糖44例(97.78%),对照组患者定期监测血糖37例(82.22%),($\chi^2=11.7344, P=0.0004$);观察组患者饮食控制良好42例(93.33%),对照组患者饮食控制良好32例(71.11%),($\chi^2=7.3278, P=0.0061$);观察组患者按时用药44例(97.78%),对照组患者按时用药31例(68.89%),($\chi^2=8.1827, P=0.0032$);观察组患者适当运动40例(88.89%);对照组患者适当运动30例(66.67%),($\chi^2=6.1641, P=0.0154$)。观察组血糖定期检测、饮食控制、按时吃药、适当运动等依从率均高于对照组,组间比较差异有统计学意义($P<0.05$)。

2.4 生活质量

干预后:

观察组:总体健康评分(63.26±4.49)分、精力评分(74.26±4.55)分、社会功能评分(83.66±3.92)分、心理健康评分(81.49±4.26)分、躯体角色功能评分(73.53±4.19)分、情绪角色功能评分(84.53±3.68)分。

对照组:总体健康评分(54.55±3.26)分、精力评分(61.23±4.02)分、社会功能评分(76.33±2.76)分、心理健康评分(61.25±3.76)分、躯体角色功能评分(61.23±4.43)分、情绪角色功能评分(73.06±2.51)分。

组间对比($t=5.201、4.326、6.325、5.201、8.201、6.325、8.214、8.521, P<0.05$)。

护理后观察组生活质量高于对照组,组间比较差异有统计学意义($P<0.05$)。

3 讨论

糖尿病是临床中常见慢性疾病之一^[5-6]。分为I型、II型、妊娠、特殊类型糖尿病,其中老年糖尿病主要以II型为主,大约占95%以上^[7]。由于该疾病具有易反复、治疗周期长及并发症发生率高等特点,严重影响人们身体健康及生活质量^[8]。因患者多为老年人且对该病的认知水平不高,自我防护意识薄弱,导致治疗依从性不高,不利于治疗效果。因此,社区对老年糖尿病患者进行健康教育同时应用社区护理干预,对改善患者血糖情况及生活质量具有积极意义^[9]。本文研究结果显示,观察组空腹和餐后2h的血糖水平、并发症发生率低于对照组,观察组患者定期监测血糖、饮食控

制良好、按时用药、适当运动等依从率及生活质量均高于对照组。可见,通过对老年糖尿病患者进行健康教育,是患者了解关于糖尿病一系列知识,能够有效控制自身病情,保持良好生活饮食习惯。同时应用社区护理干预指导患者严格遵医嘱用药、适当锻炼、控制饮食等,能够有效降低并发症发生率。此外,因年龄原因及长期患病,引发患者出现焦虑、孤独等消极情绪,护理人员给予患者及时进行心理护理,缓解不良情绪,树立治疗自信心,有助于患者病情恢复及预后。

综上所述,对老年糖尿病患者应用社区护理干预及健康教育,可以有效的控制患者血糖情况与降低并发症发生率,显著提高其生活质量与治疗依从性,具有很高的临床应用效果与价值,值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 李小兰. 老年糖尿病患者的社区护理干预与健康教育[J]. 婚育与健康,2021(12):73.
- [2] 贾鲁燕,张童. 老年糖尿病患者的社区护理干预与健康教育[J]. 健康大视野,2021(16):169.
- [3] 姚鸯鸯. 老年糖尿病患者的社区护理干预与健康教育[J]. 临床医药文献电子杂志,2020,7(77):137,139.
- [4] 邱红霞. 老年糖尿病患者的社区护理干预与健康教育探讨[J]. 养生大世界,2021(9):297.
- [5] 盖冬梅,王茜茜,林瑞新. 老年糖尿病患者的社区护理干预与健康教育[J]. 吉林医学,2010,31(2):245-246.
- [6] 杨柳,王晓云,闫慧楠. 八段锦联合认知训练对老年糖尿病患者认知衰弱干预的临床研究[J]. 中国全科医学,2023,26(23):2848-2853.
- [7] 王瑞,陈石成,张莉莉,等. 健康教育干预在社区老年糖尿病患者中的应用效果[J]. 现代商贸工业,2023(7):86-89.
- [8] 文志飞,张先庚,王红艳,等. 基于 Andersen 模型社区老年2型糖尿病患者口腔生活质量的调查研究[J]. 解放军护理杂志,2022,39(5):1-4.
- [9] 杨萍,孙丽华,项菁,等. 社区个性化健康教育对老年糖尿病合并高血压患者治疗依从性的影响分析[J]. 医药前沿,2021,11(12):162-163.

版权声明: ©2023 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS