

## 一体化饮食护理模式对慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者的影响

江少兴

广东省中山市民众医院 广东中山

**【摘要】目的** 观察在慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者护理中开展一体化饮食护理模式的临床效果。**方法** 随机选取 2023 年 9 月-2024 年 9 月期间来我院接受治疗的慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者 80 例，通过随机数字表法对入选的患者开展护理研究，组别类型为观察组和对照组，每组患者人数各有 40 例，对照组患者给予常规护理，观察组患者添加一体化饮食护理模式，详细分析对比两组最终取得的临床护理效果。**结果** 两组各指标结果比较显示，观察组患者合理饮食管理能力评分高于对照组，患者的心功能以及血糖水平改善效果均优于对照组，并发症发生率低于对照组，最终患者的生活质量与对照组相比明显提高，差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。**结论** 将一体化饮食护理模式应用于慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者管理中，可进一步提升临床质量，增强患者的遵医行为和合理饮食管理能力，提高疾病控制效果，减少并发症发生，改善患者生活质量。

**【关键词】** 慢性心力衰竭；2 型糖尿病；一体化饮食护理模式；效果观察

**【收稿日期】** 2025 年 1 月 12 日

**【出刊日期】** 2025 年 2 月 15 日

**【DOI】** 10.12208/j.jmmn.20250084

### Effect of integrated dietary nursing model on patients with chronic heart failure combined with type 2 diabetes

Shaoxing Jiang

Zhongshan People's Hospital of Guangdong Province, Zhongshan, Guangdong

**【Abstract】Objective** To observe the clinical effect of the integrated dietary care model in the care of patients with chronic heart failure and type 2 diabetes. **Methods** randomly selected during September 2023-2024 in the nursing study, type 2 diabetes patients of the group type for observation group and control group, each has 40 patients of each group, the control group patients given routine care, observation group patients add integrated diet nursing mode, detailed analysis comparing the clinical nursing effect of the two groups. **Results** Compar of the results of the two groups showed that the score of reasonable diet management ability in the observation group was higher than that of the control group, the cardiac function and blood glucose level were better than that of the control group, the incidence of complications was lower than that of the control group, and the quality of life of the patients was significantly improved compared with that of the control group, and the difference was statistically significant ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The integrated dietary care model applied to the management of patients with chronic heart failure and type 2 diabetes can further improve the clinical quality, enhance the patients' medical compliance behavior and reasonable diet management ability, improve the effect of disease control, reduce the occurrence of complications, and improve the quality of life of patients.

**【Keywords】** Chronic heart failure; Type 2 diabetes; Integrated dietary care model; Effect observation

慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病是一种双重慢性疾病，患者同时受到心力衰竭和 2 型糖尿病的双重影响。心力衰竭导致心脏泵血功能下降，而 2 型糖尿病则影响糖代谢和血管健康。两者相互作用，加剧病情，增加心血管事件风险。患者常伴有血糖控制困难、心脏功能减退、生活质量下降等问题，需要综合管理<sup>[1]</sup>。慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者需同时关注心脏功能和血

糖控制。护理特点包括：严密监测血糖和心率，调整饮食结构，确保低盐、低脂、高纤维，控制热量摄入，并适时调整胰岛素剂量。此外，还需关注患者的心理状态，提供心理支持和健康教育<sup>[2]</sup>。为进一步提高临床护理服务质量，我院对其患者实施了一体化饮食护理模式，并将其护理效果与常规护理模式进行了对比，具体对比详情见下文叙述：

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本研究选取了 2023 年 9 月至 2024 年 9 月期间于本院就诊的 80 例慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者作为研究对象。采用随机数字表法将这些患者分为两组：观察组和对照组，每组各包含 40 例病例。在对照组中，男性患者有 23 例，女性患者有 17 例，患者年龄范围在 50 至 86 岁之间，平均年龄为 (68.00±2.50) 岁。而在观察组中，男性患者有 22 例，女性患者有 18 例，患者年龄范围在 50 至 85 岁之间，平均年龄为 (67.50±2.40) 岁。通过对两组患者的临床基线资料进行统计分析，发现两组在性别构成和年龄分布上均不存在显著差异 ( $P>0.05$ )，这表明两组患者具有可比性。本研究的方案已获得医院伦理委员会的正式审查和批准。

### 1.2 方法

对照组给予常规护理管理，护理内容包括监测血糖、血压，调整饮食结构，控制体重，以及进行适当的运动。护理人员需指导患者遵循医嘱，合理用药，并定期评估患者的病情变化，确保血糖、血压稳定在理想范围内。此外，还需关注患者的心理状态，提供心理支持和健康教育，以提高患者的生活质量。

观察组在常规护理基础上添加一体化饮食护理模式，1) 个性化饮食评估：利用专业的营养评估工具，全面分析患者的营养状况、饮食习惯和疾病需求。评估患者的血糖、血脂、血压等指标，制定相应的饮食调整方案。2) 营养教育计划：设计定制化的营养教育课程，包括糖尿病和心力衰竭的基础知识、饮食控制的重要性等。利用图表、模型等多种视觉辅助工具，提高患者的理解和遵守度。3) 饮食管理策略：推行低盐、低脂、高纤维的饮食模式，减少饱和脂肪酸和反式脂肪酸的摄入。根据患者的具体情况，制定个性化的能量摄入计划，确保营养均衡。4) 食物选择指导：鼓励患者选择富含抗氧化剂的食物，如新鲜水果和蔬菜，以降低氧化应激。推荐富含 Omega-3 脂肪酸的食物，如鱼类，以改善心血管健康。5) 餐次安排与饮食计划：实施小餐

多次的饮食模式，以减轻心脏负担，控制血糖水平。制定详细的饮食计划，包括每日三餐和两餐间小吃，确保患者遵守。6) 行为干预：通过行为心理学方法，帮助患者识别和改变不健康的饮食习惯。采用自我管理技能训练，如设定目标、自我监控和应对策略。7) 药物治疗与饮食的相互作用：分析患者正在使用的药物，评估其对饮食的影响，并调整饮食计划以减少副作用。提供关于药物与食物相互作用的信息，如某些药物需要避免高钙饮食。8) 长期随访与调整：定期进行饮食咨询和随访，根据患者的病情变化和饮食依从性调整饮食方案。通过电话咨询、在线平台等方式提供持续的饮食支持和指导。9) 多学科合作：与营养师、糖尿病教育者、心血管专家等多学科团队密切合作，确保饮食护理的全面性和有效性。10) 心理健康支持：提供心理支持和压力管理策略，帮助患者应对因疾病和饮食限制带来的心理压力。

### 1.3 观察标准

①采用自行设计调查问卷表评价两组患者合理饮食管理能力，该问卷总分设定为 10 分，分值越高表示指标越好。②记录并对比护理前与护理后两组患者心功能和血糖指标改善情况。③将两组患者护理期间并发症发生率进行记录对比。④生活质量：运用 36 项健康调查问卷 (SF-36) 进行评估。最高得分为 100 分，分值越低生活质量越差。

### 1.4 统计方法

使用 SPSS25.0 软件处理所有数据，符合正态分布的计量指标用 ( $\bar{x} \pm s$ ) 描述，并行 t 检验；计数指标用 n (%) 描述，并采取  $\chi^2$  检验，当两组数据对比后有统计学意义时用  $P<0.05$  表示。

## 2 结果

### 2.1 比较两组各指标

护理前，两组临床各指标对比无显著差异 ( $P>0.05$ )；然而护理后观察组患者的遵医行为与对照相比明显提高，患者的心功能和生活质量改善效果均优于对照组，( $P<0.05$ )，见下表 1。

表 1 组间各指标对比详情 ( $\bar{x} \pm s$ )

分组	n	合理饮食管理能力/分		脉搏输出量/mL		左心室射血分数率/%		餐前血糖/mmol/L		餐后 2h 血糖/mmol/L	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	40	6.1±0.8	9.3±0.4	63.5±1.2	76.4±2.0	44.5±1.1	56.8±2.2	9.2±2.1	6.3±0.6	11.3±1.2	8.2±0.7
对照组	40	5.9±0.7	8.8±0.3	63.6±1.3	71.0±1.7	44.4±1.0	50.2±1.8	9.3±2.2	7.2±0.7	11.4±1.3	9.1±1.1
t 值		1.1899	6.3245	0.3574	13.0111	0.4254	14.6848	0.2079	6.1739	0.3574	4.3656
P 值		0.2377	0.0000	0.7217	0.0000	0.6717	0.0000	0.8358	0.0000	0.7217	0.0000

## 2.2 组间并发症发生情况

最终记录结果显示, 观察组 40 例患者并发生发生率为 5.0% (2/40) 例, 其结果明显低于对照组以上指标结果的 20.0% (8/40) 例, 两组数据结果对比差异有统计学意义 ( $\chi^2=4.1143$ ,  $P=0.0425$ )。

## 2.3 生活质量改善分析

在护理干预前, 观察组的生活质量评分分别为 (61.1±5.6) 分; 对照组的相应评分分别为 (61.0±5.5) 分。两组差异不具有统计学意义 ( $t=0.0805$ ,  $P=0.9360$ )。经过护理干预后, 与对照组生活质量指标的 (85.4±5.8) 分相比, 观察组的生活质量得到显著改善。具体评分结果为 (91.8±7.5) 分。两组间的生活质量指标差异均达到统计学意义水平 ( $t=4.2692$ ,  $P=0.0001$ )。

## 3 讨论

慢性心力衰竭和 2 型糖尿病在老年人群中具有较高的发病率, 两者相互影响, 加重病情。慢性心力衰竭患者常伴有血糖异常, 而 2 型糖尿病患者也易发展为心力衰竭。了解其流行病学特点, 有助于早期识别和综合管理<sup>[3-4]</sup>。慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者需综合管理, 护理需求包括血糖监测、饮食控制、药物治疗、心理支持等方面。饮食护理尤为重要, 需制定个体化饮食计划, 确保营养均衡, 限制钠盐摄入, 降低心脏负担, 同时兼顾血糖控制, 预防并发症<sup>[5-6]</sup>。为进一步提高本病控制效果, 我院对其患者实施了一体化饮食护理模式, 且最终取得了较好的护理效果。一体化饮食护理模式的理论基础主要源于慢性心力衰竭和 2 型糖尿病的病理生理学特点。该模式强调综合运用营养学、医学和护理学理论, 针对患者个体差异, 制定个性化的饮食方案。其核心包括平衡膳食、控制热量摄入、调整营养素比例以及重视饮食与药物、运动的协同作用, 旨在改善患者营养状况, 降低并发症风险<sup>[7-8]</sup>。

以上结果表明, 一体化饮食护理模式在慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者的治疗中发挥着关键作用。其优势包括: 首先, 通过综合评估患者病情, 制定个性化饮食方案, 有助于控制血糖和血脂; 其次, 均衡营养

摄入, 增强患者体质, 提高生活质量; 再者, 减少并发症风险, 降低医疗费用; 最后, 促进医患沟通, 提升患者遵医行为, 有利于疾病管理。

## 参考文献

- [1] 顾盟盟, 王文娟, 郝佼芝. 一体化饮食护理模式对慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2024, 30(9): 48-51.
- [2] 陈锦凤, 黄文雅. 饮食护理模式对老年慢性心力衰竭合并糖尿病患者的康复效果[J]. 吉林医学, 2023, 44(2): 515-518.
- [3] 关红艳. 饮食一体化护理对改善老年慢性心力衰竭合并糖尿病患者预后的价值[J]. 深圳中西医结合杂志, 2023, 33(2): 110-113.
- [4] 叶小婷, 吴丽钦, 吕淑贞. 利拉鲁肽联合延续性护理对老年慢性心力衰竭伴糖尿病患者心功能及生活质量的影响研究[J]. 心血管病防治知识, 2023, 13(7): 82-84.
- [5] 林晓燕, 郑旋玲, 沈庆宝, 等. 饮食一体化护理模式对老年慢性心力衰竭合并糖尿病的康复效果[J]. 心血管病防治知识, 2022, 12(3): 40-43.
- [6] 冯红云, 张娜, 杨佳佳, 等. 利拉鲁肽联合延续性护理对老年慢性心力衰竭伴糖尿病患者心功能及生活质量的影响[J]. 现代中西医结合杂志, 2021, 30(4): 430-434.
- [7] 周娜, 许蕾. 充血性慢性心力衰竭并糖尿病实施综合护理的价值分析[J]. 中国保健营养, 2021, 31(10): 178-179.
- [8] 刘平平. 综合干预对充血性慢性心力衰竭并糖尿病护理效果分析[J]. 糖尿病新世界, 2020, 23(12): 135-137.

**版权声明:** ©2025 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。

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



**OPEN ACCESS**