

全科护理在糖尿病患者规范化管理中的效果

朱青

彭阳县孟塬乡卫生院 宁夏 固原 756500

摘要:目的:探究全科护理在糖尿病患者规范化管理中的应用效果。方法:选取在2021年4月到2024年4月本院收治的150例糖尿病患者,随机数字表法分为观察组(全科护理)、对照组(常规护理)各75人。结果:相比对照组,观察组护理效果较高($P < 0.05$);护理后,观察组血糖水平较低、自我管理能力强评分较高($P < 0.05$)。结论:全科护理在糖尿病患者规范化管理中应用的护理效果高,可以显著降低其血糖水平,提升自我管理能力和

关键词:全科护理;糖尿病;规范化管理

糖尿病作为一种与日常饮食和生活习惯密切相关的慢性疾病,其患病原因复杂且多样^[1]。在当前的医疗环境中,不少患者面临着自我管理水平不高的问题,这对糖尿病的有效控制和患者的长期健康构成了威胁^[2]。因此,如何对患者实施有效的规范化管理,成为了一个亟待解决的重要课题。全科护理作为一种综合性的医疗服务模式,旨在为患者提供全方位、连续性的医疗照顾。在糖尿病患者的规范化管理中,全科护理的介入具有显著的优势。本文旨在探究全科护理在糖尿病患者规范化管理中的应用效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取150例糖尿病患者,在2021年4月到2024年4月收治入院,随机数字表法分为观察组男42例、女33例,平均年龄(53.52 ± 6.22)岁;对照组男45例、女30例,平均年龄(53.05 ± 5.98)岁。一般资料无差异, $P > 0.05$ 。纳入标准:(1)患者需经临床确诊为糖尿病,通常依据空腹血糖、餐后两小时血糖或糖化血红蛋白等指标进行诊断;(2)所有患者及其家属需同意参与该研究,并签署知情同意书。排除标准:(1)伴有严重精神疾病、脏器疾病的患者;(2)依从性较差的患者;(3)存在语言障碍或意识障碍,无法进行良好沟通的患者。

1.2 方法

给予观察组全科护理:(1)饮食管理。全科护理团队需根据患者的年龄、性别、体重、血糖水平等因素,为患者量身定制个性化的饮食计划。这一计划强调均衡营养,推荐患者增加新鲜蔬果和全谷物的摄入,同时严格控制高糖、高脂食物的摄入。教导患者如何合理安排每餐的食物种类和分量,确保既满足身体所需,又能有效控制血糖波动。团队还应定期监测患者的血糖水平,并根据血糖变化及时调整饮食计划。鼓励患者记录自

己的饮食和血糖情况,以便更好地了解饮食对血糖的影响,从而做出更科学的调整。(2)运动指导。推荐糖尿病患者进行有氧运动,如散步、慢跑等,有助于提高心肺功能,促进葡萄糖的利用,从而降低血糖水平。结合患者的具体情况,适当加入力量训练,以增强肌肉力量和耐力。糖尿病患者应在饭后1小时左右进行运动,以避免低血糖的发生。每次运动的时间应控制在30到60分钟之间,每周至少进行3到5次运动,以确保运动效果的累积。在运动过程中,患者应密切关注自己的身体状况,如出现低血糖症状,应立即停止运动,并适当补充能量。(3)药物管理。全科护理团队需对每位糖尿病患者的药物使用情况进行全面评估,以便更准确地掌握患者的药物需求。根据患者的具体情况,如血糖水平、肝肾功能等,为患者制定个性化的药物治疗方案。在药物使用过程中,全科护理团队需严格遵循医嘱,指导患者按时、按量服用药物。还需密切关注患者的用药反应和血糖变化。通过定期监测血糖水平,团队能够及时了解药物的治疗效果,并根据患者的实际情况调整药物剂量或治疗方案。(4)健康教育。全科护理团队需对患者的健康教育需求进行全面而细致的评估,为患者量身定制个性化的健康教育计划,确保教育内容的针对性和有效性。运用多元化的教育手段,以通俗易懂的方式向患者传授糖尿病相关的知识和技能。可以发放图文并茂的健康教育手册,通过一对一的咨询和指导来解答患者的疑惑。还要注重患者的参与和反馈,鼓励患者积极提出自己的问题和需求,并根据患者的反馈及时调整教育策略和内容。(5)心理支持。全科护理团队需深入了解患者的心理状态和需求。通过耐心的倾听和细致的交流,团队能够了解到患者内心的焦虑、恐惧、抑郁等情绪。对于焦虑情绪较重的患者,团队应提供放松训练、心理疏导等服务,帮助他们缓解紧张情绪,建立积极的心态。

给予对照组基础干预、生活指导等常规护理。

1.3 观察指标

(1) 护理效果, 显效: 显效患者的空腹血糖和餐后血糖水平显著降低, 达到或接近正常范围。患者的生活质量显著提高, 表现为精神状态良好、睡眠充足、饮食合理等方面。患者的整体健康状况得到显著改善, 无新的并发症出现, 原有并发症得到有效控制或缓解。有效: 患者的血糖水平有所下降, 但尚未达到正常范围, 仍在可控范围内波动。患者的生活质量有所提高, 但可能仍存在一些影响健康的因素, 如情绪波动、饮食不规律等。患者的整体健康状况有所改善, 但可能仍存在一些并发症的风险或已出现的并发症得到一定程度的控制。无效: 患者的血糖水平无明显变化或反而升高, 空腹血糖和餐后血糖水平均超出正常范围。患者的生活质量未得到明显改善, 甚至可能出现恶化, 如精神状态不佳、饮食紊乱等。患者的整体健康状况未得到改善, 甚至可能出现新的并发症或原有并发症恶化的情况; (2) 血糖水平; (3) ESCA量表评估自我管理能力。

1.4 统计学分析

SPSS23.0处理数据, 血糖水平、自我管理力评分以“($\bar{x}\pm s$)”表示, “ t ”检验, 护理效果以 $[n(\%)]$ 表示,

“ χ^2 ”检验, $P < 0.05$, 差异有统计学意义。

2 结果

2.1 护理效果: 观察组高于对照组 ($P < 0.05$), 见表1。

表1 护理效果【 $n(\%)$ 】

分组	n	显效	有效	无效	总有效率
观察组	75	48	25	2	73 (97.3)
对照组	75	37	18	20	55 (73.3)
χ^2					6.352
P					< 0.05

2.2 血糖水平: 观察组降低程度高于对照组 ($P < 0.05$), 见表2。

表2 血糖水平 ($\bar{x}\pm s$, mmol/L)

分组	n	餐后2h血糖		空腹血糖	
		实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	75	12.35 \pm 1.20	7.06 \pm 1.10	9.22 \pm 1.31	6.05 \pm 0.58
对照组	75	12.28 \pm 1.25	9.65 \pm 1.15	9.23 \pm 1.30	7.20 \pm 0.75
t		0.965	7.635	0.105	9.325
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

2.3 自我管理力评分: 观察组升高程度高于对照组 ($P < 0.05$), 如表3。

表3 自我管理力评分 ($\bar{x}\pm s$, 分)

分组	n	健康知识		自我认知		责任感		自我管理力		总评分	
		实施前	实施后								
观察组	75	20.16 \pm 4.02	40.78 \pm 5.32	17.17 \pm 2.25	32.89 \pm 5.41	16.14 \pm 2.09	32.74 \pm 3.62	19.17 \pm 2.10	36.84 \pm 5.11	71.12 \pm 5.24	138.24 \pm 6.37
对照组	75	20.15 \pm 4.03	33.54 \pm 4.74	17.20 \pm 2.30	24.79 \pm 4.02	16.16 \pm 2.01	26.56 \pm 3.02	19.20 \pm 2.08	29.35 \pm 3.41	71.04 \pm 4.33	110.17 \pm 5.24
t		0.248	6.398	0.147	9.210	0.524	6.247	0.247	5.149	0.268	9.578
P		> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

全科护理, 这一现代医疗体系中的重要组成部分, 正以其全面、综合、连续的服务特点, 为患者提供更加贴心、高效的医疗照护^[3]。全科护理, 它不仅仅局限于对患者的身体疾病进行护理, 而是深入到患者的心理、社会及情感需求等多个层面, 致力于为患者提供全方位、连续性的健康服务^[4]。这种护理模式强调“以患者为中心”的医疗理念, 注重患者的整体健康和长期照护需求, 而不仅仅是疾病的治疗和症状的缓解^[5]。本文通过探究全科护理在糖尿病患者规范化管理中的应用效果, 结果显示, 观察组护理效果较高, 血糖水平、自我管理力改善效果更佳 ($P < 0.05$)。原因为: 全科护理的核心在于“全面”与“个性”。它不仅仅关注患者的血糖数值, 而是从患者的整体健康状况出发, 进行全面评估。

通过详细询问病史、进行体格检查等, 全科医生能够准确了解患者的糖尿病类型、病程等情况, 从而制定出更加精准、个性化的治疗与护理方案。这种量身定制的治疗计划, 更能贴合患者的实际需求, 有助于血糖的有效控制。同时, 它不仅关注患者的生理健康, 还重视患者的心理健康和社会功能, 从而实现了对患者身心健康的全面呵护, 使得糖尿病患者能够在生理、心理和社会等多个层面得到全面的支持与帮助, 进而提高了他们的生活质量。并且, 在全科护理模式下, 医护人员会定期与患者进行沟通, 了解他们的病情进展、心理状态以及自我管理情况。这种沟通不仅让患者感受到医护人员的关心和支持, 还能够让他们及时获得专业的指导和建议。通过医患之间的紧密互动, 患者逐渐建立起对医护人员的信任和依赖, 从而更加愿意听从医护人员的指导, 积

极参与到自我管理的过程中来。

综上所述,全科护理在糖尿病患者规范化管理中应用的护理效果高,可以有效控制其血糖水平,增强自我管理能力。总之,在全科护理的实践中,患者对疾病认知的深化,自我管理能力的增强,以及对治疗方案的积极配合。这些变化不仅体现了全科护理在糖尿病患者管理中的独特价值,也为进一步探索和优化糖尿病管理模式提供了宝贵的经验和启示。在此,呼吁广大医疗工作者和科研人员,继续深入研究和探索全科护理在糖尿病患者规范化管理中的应用,不断总结经验,创新方法,为糖尿病患者提供更加优质、高效的护理服务。

参考文献

- [1] 李延林. 全科护理在糖尿病患者规范化管理中的效果[J]. 智慧健康,2021,7(18):130-132.
- [2] 王海燕. 基层全科护理在糖尿病患者社区管理中应用效果[J]. 婚育与健康,2021(12):78.
- [3] 黄晓影. 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]. 养生保健指南,2021(3):202.
- [4] 赵彩燕. 全科护理模式对早期糖尿病肾病患者血糖水平、免疫功能指标的影响[J]. 中国保健营养,2021,31(4):132.
- [5] 吴春燕. 全科团队服务对社区2型糖尿病家庭护理的实际效果分析[J]. 中国医药指南,2024,22(9):12-14.