

基于微信的远程护理管理模式对妊娠期糖尿病的干预研究

杨淑娟

首都医科大学附属北京安贞医院南充医院·南充市中心医院 四川 南充 637000

摘要：目的：研究基于微信的远程护理管理模式对妊娠期糖尿病的临床护理效果。方法：选择我院在2023年1月至2024年12月期间收治的200例妊娠期糖尿病患者，按照随机数字表法分组，对照组（ $n=100$ ）采取常规护理，观察组（ $n=100$ ）采取基于微信的远程护理管理模式，比较两组患者护理前后糖代谢水平；护理前后焦虑、抑郁评分；护理前后自我管理能力评分。结果：护理后，观察组患者糖代谢指标均优于对照组（ $P<0.05$ ）；护理后，观察组焦虑评分、抑郁评分低于对照组（ $P<0.05$ ）；护理后，观察组患者的自我管理能力评分高于对照组（ $P<0.05$ ）。结论：妊娠期糖尿病患者通过基于微信的远程护理管理模式进行护理，可降低血糖，改善不良情绪，提升患者的自我管理能力，效果良好。

关键词：基于微信的远程护理管理模式；妊娠期糖尿病；糖代谢；自我管理能力

妊娠期糖尿病属于现代临床中妊娠期间发生率最高的一种妊娠期并发症。根据我国的研究数据可以发现：妊娠期糖尿病的发生率最高可达5%，若患者的自身特殊，比如：高龄产妇、超重产妇，则会增加妊娠期糖尿病的发生率至20%。妊娠期糖尿病的发生和多种因素具有密切联系，常见因素包括：妊娠、日常饮食、体质量、生活习惯、免疫能力，会对妊娠期糖尿病的发生造成极大程度的影响。临床中通常认为：高龄属于妊娠期糖尿病的重要发生因素，目前，临床中一般会通过在妊娠分娩后根治妊娠期糖尿病，就需要患者在妊娠过程中保持良好生活、饮食、作息、卫生等，进而控制血糖，避免接触风险。目前，临床中通过常规健康教育，无法使患者得到良好的护理服务，患者的护理需求也并未得以满足，需要采取更有效措施进行持续性教育以及生活干预，进而改善患者的病程进展。本文旨在分析基于微信的远程护理管理模式的应用对妊娠期糖尿病的影响作用，现做出如下研究。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择我院在2023年1月至2024年12月期间收治的200例妊娠期糖尿病患者，按照随机数字表法分组，对照组（ $n=100$ ）采取常规护理，年龄25-39岁，平均年龄（ 32.46 ± 3.16 ）岁，孕前BMI为（ 26.32 ± 2.65 ） kg/m^2 ，平均孕次为（ 2.03 ± 0.46 ）次，观察组（ $n=100$ ）采取基于微信的远程护理管理模式，年龄25-40岁，平均年龄

（ 32.96 ± 3.08 ）岁，孕前BMI为（ 26.16 ± 2.61 ） kg/m^2 ，平均孕次为（ 2.06 ± 0.49 ）次，两组一般资料对比（ $P>0.05$ ）。

纳入标准：①确诊为妊娠期糖尿病；②单胎妊娠；③在入院前两周并未服用任何降糖药物；④临床资料完整；

排除标准：①伴发妊娠期其他并发症；②认知异常，沟通障碍；③伴精神性疾病；④伴恶性肿瘤。

1.2 方法

对照组：应用常规护理：经过诊断后患者确诊后，需要严格按照医嘱对患者做关于妊娠期糖尿病的健康教育内容，并将患者的机体目前状态以及后续生活和治疗过程中所需要实施的操作告知患者，同时，需要将以后的日常饮食、生活、作息等特征告知患者，便于其对患病期间的饮食方案进行调整。

观察组：应用基于微信平台的远程护理管理：（1）患者接受健康教育以后，添加患者及其家属的微信号，并将其拉入至微信群中，同时，需要指导患者及其家属关注妊娠期糖尿病的微信公众号；（2）在公众号中设置快捷按钮，通过一键直达，获取妊娠期糖尿病的健康教育内容，便于患者能够快捷性观看。在微信公众号中纳入饮食血糖计算一、疾病信息记录结果，并且将操作手册推送给患者，便于患者能够快速掌握。将院内自制的健康饮食方式、妊娠期糖尿病的相关知识、血糖控制方法定期推送至微信公众号中；（3）在微信公众号中提醒患者需要按时用餐并按照医嘱进行用药，用餐后需要保

作者简介：杨淑娟，1981.11，女，汉，陕西宝鸡，本科，主管护师，研究方向：妇产科护理及护理管理。

持适当的活动,强化控制胰岛素,并且引导患者之间进行互相沟通,还可以将血糖控制心得分享至微信群中;

(4) 基于微信对患者实施护理干预:指导患者将自身每天的体质量、血糖监测结果填写至记录表中,成功填写完毕后,由工作人员从患者的实际情况以及隐私爱好出发,规划患者的饮食方案,并将饮食方案公布在微信群中,另外,每周对患者做一次答疑解惑,对于患者的疑惑需要耐心解答,使患者的信服度提升,便于提升患者的依从性;

(5) 定期将院内自制的精简生活质量量、心理情绪评估量表推送给患者,由患者自行填写,便于工作人员对患者的实际情况进行准确了解,结合了解结果实施对应的健康教育;(6) 定期心理干预:在正式实施干预之前需要对患者的个人情绪进行了解,若患者的心理问题相对轻微,表现比较镇静,只需要实施简单安抚,并对患者的感受进行了解,不断开导患者,通过语言等形式刺激患者,转移患者的注意力;若患者的不良情绪相对严重,则需要及时进行安抚并鼓励,强化沟通,改善患者情绪^[1]。

1.3 观察指标

①护理前后糖代谢水平:血糖通过血糖监测仪检测,糖化血红蛋白通过全自动生化分析仪检测;

②护理前后焦虑、抑郁评分:通过焦虑自评量表和抑郁自评量表进行评估,前者分界值为50分,后者分界值为53分,分值越高,焦虑、抑郁程度越严重;

③护理前后自我管理能力和评分:通过院内自制的自我管理量表进行评估,每一项分值均为0-20分,分值越高,自我管理能力强^[2]。

1.4 统计学处理

采用SPSS25.0统计学软件,其中均数+标准差($\bar{x} \pm s$)用来表示计量资料,通过计算 t 值进行验算,率(%)用来表示计数资料,通过计算 χ^2 进行验算。

2 结果

2.1 护理前后糖代谢水平对比

护理后,观察组患者糖代谢指标均优于对照组($P < 0.05$),见表1;

表1 护理前后糖代谢水平对比($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	HbA1C (%)		FBG (mg/L)		2h-PBG (mmol/L)	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	100	8.35±0.86	4.87±0.25	13.35±1.46	4.52±0.69	8.46±0.76	4.75±0.65
对照组	100	8.39±0.88	6.20±0.38	13.37±1.52	8.31±0.60	8.52±0.79	5.50±0.47
t	-	0.325	29.240	0.095	44.449	0.547	9.350
P	-	0.746	0.000	0.925	0.000	0.585	0.000

2.2 护理前后焦虑、抑郁评分对比

<0.05),见表2;

护理后,观察组焦虑评分、抑郁评分低于对照组(P

表2 护理前后焦虑、抑郁评分对比($\bar{x} \pm s$)(分)

组别	例数	焦虑评分		抑郁评分	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	100	26.85±4.69	11.32±2.01	27.68±4.16	10.25±2.03
对照组	100	27.03±4.35	18.26±3.73	27.19±4.03	15.38±2.65
t	-	0.281	16.379	0.846	15.368
P	-	0.779	0.000	0.399	0.000

2.3 护理前后自我管理能力和评分对比

组($P < 0.05$),见表3。

护理后,观察组患者的自我管理能力和评分高于对照

表3 护理前后自我管理能力和评分对比($\bar{x} \pm s$)(分)

组别	例数	疾病		情绪		日常生活		治疗依从性	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	100	10.35±1.16	16.64±2.76	9.65±1.06	15.75±2.27	8.49±0.98	15.58±1.90	10.53±1.81	16.81±2.26
对照组	100	10.50±1.25	12.53±2.53	9.46±1.01	12.24±2.20	8.53±0.85	12.81±1.10	10.98±1.95	14.77±1.76
t	-	0.880	10.977	1.298	11.104	0.308	12.617	1.691	7.122
P	-	0.380	0.000	0.196	0.000	0.758	0.000	0.092	0.000

3 讨论

妊娠期糖尿病作为一种多因素影响的代谢性疾病,其发病机制涉及复杂的生理、遗传和环境因素交互作用。临床观察表明,基础血糖水平偏高、体重超标以及高龄妊娠等因素均会显著增加该病的发病风险,且这些危险因素常呈现共病状态。流行病学调查数据显示,高龄孕妇群体中妊娠期糖尿病的发病率约为10%,且随着孕产妇年龄的增长呈现上升趋势。这一现象可能与年龄相关的胰岛β细胞功能减退及胰岛素受体敏感性下降有关,导致糖代谢调节能力减弱,从而更易诱发妊娠期糖尿病。现阶段临床对于该疾病的治疗仍以妊娠终止后的干预为主,因此在妊娠期间维持良好的血糖控制水平尤为重要。基于此,针对高龄妊娠期糖尿病患者开展系统化的健康教育,对于改善疾病预后具有重要的临床意义^[3]。

本研究发现:观察组糖代谢指标、焦虑评分、抑郁评分均优于对照组,原因在于:依托微信平台构建的持续性健康教育体系,相较于传统宣教模式具有显著优势。该模式通过移动互联网媒介,使妊娠期糖尿病患者能够定期接收医疗机构推送的专业指导信息,这种常态化的健康干预特别适合需要长期生活方式调整的妊娠期糖尿病管理,有效避免了患者因记忆衰减导致的重要信息遗漏问题。微信平台的互动特性还实现了对患者的持续性行为引导。当众多患者聚集在微信群组中时,会产生群体认同效应,这种心理机制能够显著增强患者对健康知识的接受度和信任感,从而改善治疗依从性。随着患者在群组交流中逐步建立对妊娠期糖尿病的基础认

知,配合系统推送的高龄妊娠相关专业知识,可以循序渐进地深化患者对自身健康状况的理解^[4]。这种认知水平的提升有助于增强患者的自我管理能力,进而优化血糖控制效果。研究还表明:观察组自我管理能力评分高于对照组,其原因在于:依托微信平台开展的持续性健康教育,能够有效提升妊娠期糖尿病患者在日常生活中的饮食管理依从性。该模式通过定期收集患者的问卷反馈数据,实现了个体化饮食与生活方式建议的动态调整,从而优化干预策略并强化患者的自我管理效能。微信平台的持续性特征确保了健康教育的不间断进行,配合定期推送的高龄妊娠期糖尿病专题知识,使患者能够持续加深对自身健康状况的认知。

综上所述,妊娠期糖尿病患者通过基于微信的持续性健康管理,可降低血糖,提升其自我管理能力和效果良好。

参考文献

- [1]沈丽萍,张峰.妊娠糖尿病——孕妇的“甜蜜负担”[J].人人健康,2025,(07):49. DOI:10.20252/j.cnki.rjrk.2025.07.031.
- [2]李霏.孕妇罹患糖尿病的相关危险因素及其预防措施分析[J].山西医药杂志,2025,54(06):432-435.
- [3]袁锋锋,钱丽华.聚焦解决模式健康教育在妊娠糖尿病患者抗阻运动中的应用效果[J].妇儿健康导刊,2024,3(19):183-186.
- [4]刘伟华.认知行为护理在妊娠期糖尿病患者中的应用效果[J].中国民康医学,2025,37(07):187-190.