

# 老年糖尿病患者的皮肤护理方法及效果

李俊芳

上海市静安区石门二路街道卫生服务中心 上海 200041

**摘要:**目的:探讨老年糖尿病患者的皮肤护理方法及效果。方法:随机选取2018年6月至2020年6月上海长海医院分院老年糖尿病患者60例,随机分为常规护理组( $n=30$ )和常规护理基础上皮肤护理组(皮肤护理组, $n=30$ )两组,统计分析两组患者的皮肤损伤情况、自我护理知识评分、护理满意度评分。结果:皮肤护理组患者的皮肤瘙痒、水疱病、化脓感染、糖尿病足发生率分别为3.3%(1/30)、3.3%(1/30)、0、6.7%(2/30)均显著低于常规护理组26.7%(8/30)、13.3%(4/30)、10.0%(3/30)、23.3%(7/30)( $P<0.05$ ),自我护理知识评分( $96.3\pm 10.1$ )分显著高于常规护理组( $65.9\pm 13.3$ )分( $P<0.05$ ),护理满意度评分( $98.3\pm 11.2$ )分显著高于常规护理组( $87.9\pm 12.4$ )分( $P<0.05$ )。结论:老年糖尿病患者的皮肤护理效果好。

**关键词:**老年糖尿病患者;皮肤护理;方法;效果

## 引言

由于老年患者机体处于衰退状态,合并多种基础性疾病,在极大程度上降低了老年糖尿病患者的抵抗力,极易引发感染。基于此,有必要将老年糖尿病患者的皮肤护理工作做好。本文研究探讨老年糖尿病患者的皮肤护理方法及效果。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

随机选取2018年6月至2020年6月我院老年糖尿病患者60例,随机分为常规护理组( $n=30$ )和常规护理基础上皮肤护理组(皮肤护理组, $n=30$ )两组。皮肤护理组患者中男性17例,女性13例,年龄(61~79)岁,平均( $67.4\pm 14.7$ )岁。在疾病程度方面,11例为轻度,14例为中度,5例为重度,在文化程度方面,8例为小学及以下,18例为中学或中专,4例为大专及以上;常规护理组患者中男性16例,女性14例,年龄(62~79)岁,平均( $68.2\pm 14.2$ )岁,在疾病程度方面,轻度10例,中度13例,重度7例,在文化程度方面,小学及以下7例,中学或中专17例,大专及以上6例。两组患者的一般资料比较差异均不显著( $P>0.05$ ),具有可比性。

### 1.2 纳入和排除标准

纳入标准:①年龄均在60岁以上;②均符合糖尿病的诊断标准;③均知情同意。

排除标准:①有皮肤并发症发生;②缺乏清晰的意

识;③有精神病史。

### 1.3 护理方法:

常规护理组30例患者给予常规护理干预,主要包括入院指导、运动疗法护理、饮食疗法、心理护理、用药指导及出院指导等。皮肤护理组30例患者在常规护理干预的基础上给予皮肤护理干预,具体干预措施包括:

(1)评估皮肤状态:护理人员要准确评估每位患者的实际皮肤状况,了解患者是否有皮肤溃疡史和神经病变现象,应重点护理有皮肤溃疡史或出现皮肤感觉、痛觉及触觉消退或消失的患者。

(2)维持皮肤清洁:护理人员要为患者讲解维持皮肤清洁的重要性,叮嘱其每天用温水擦洗,保证皮肤清洁,防止皮肤黏膜受损;若患者活动困难,护理人员要辅助其床上擦浴,皮肤清洁后干燥者,应擦拭适量羊毛脂<sup>[1]</sup>。

(3)避免外伤:护理人员在清理患者床位时,要注意床铺上是否有杂物和碎屑等,以免其损伤皮肤黏膜;告知患者要穿着柔软、宽松及透气性佳的棉质衣物,不穿紧身衣物;为患者床位添加防护栏,以免其意外坠床,活动时应当控制适度的活动强度与力度,防止发生摔伤和滑倒等危险;冬天用电热毯和热水袋时,要加强病房巡视,防止患者烫伤和冻伤。

(4)足部护理:护理人员要重视患者糖尿病足的预防,定期检查患者足部,询问患者足部是否有麻木、感觉减退及刺痛感,观察足部皮肤温度和颜色的变化及足背动脉搏动情况;维持足部清洁卫生,以免出现感染;修剪指甲时不应修剪过短,以免足部皮肤受损。

(5)健康宣教:为患者讲解护理皮肤的相关知识,让患者掌握护理皮肤的基本方法,嘱咐患者若皮肤发生

**通讯作者:**李俊芳,女,汉,1984.3,本科,上海市静安区石门二路街道卫生服务中心,护士,主管护师,研究方向:老年人糖尿病皮肤护理,邮箱:benpeak@126.com

感染和皮损时要马上处理，以免加剧病情<sup>[2]</sup>。

#### 1.4 观察指标

观察两组患者的皮肤损伤情况。同时，对两组患者的自我护理知识评分进行评定，总分（0 ~ 100）分，0分、100分分别表示自我护理知识未掌握、掌握。此外，对两组患者的护理满意度进行问卷调查，总分（0 ~ 100）分，0分、100分分别表示不满意、满意。

#### 1.5 统计学分析

采用 SPSS 21.0 软件进行数据分析，计量资料用  $(\bar{x}+s)$  表示，采用  $t$  检验；计数资料用率表示，采用  $\chi^2$  检验，检验水准  $\alpha = 0.05$ 。

### 2 结果

2.1 一般资料比较 两组患者的一般资料比较差异均不显著 ( $P > 0.05$ )，见表 1。

表1 两组患者的一般资料比较

项目	分类	皮肤护理组	常规护理组	$t/\chi^2$	$P$
性别	男性	17 (56.7)	16 (53.3)	1.32	0.325
	女性	13 (43.3)	14 (46.7)		
年龄 (岁)		67.4±14.7	68.2±14.2	1.886	0.354
疾病程度	轻度	11 (36.7)	10 (33.3)	0.86	0.304
	中度	14 (46.7)	13 (43.3)		
	重度	5 (16.7)	7 (23.3)		
文化程度	小学及以下	8 (26.7)	7 (23.3)	0.76	0.431
	中学或中专	18 (60.0)	17 (56.7)		
	大专及以上	4 (13.3)	6 (20.0)		

#### 2.2 皮肤损伤情况比较

皮肤护理组患者的皮肤瘙痒、水疱病、化脓感染、糖尿病足发生率分别为3.3% (1/30)、3.3%

(1/30)、0、6.7% (2/30) 均显著低于常规护理组 26.7% (8/30)、13.3% (4/30)、10.0% (3/30)、23.3% (7/30) ( $P < 0.05$ )，见表 2。

表 2 两组患者的皮肤损伤情况比较 (n, %)

组别	皮肤瘙痒	水疱病	化脓感染	糖尿病足
皮肤护理组	1 (3.3)	1 (3.3)	0 (0)	2 (6.7)
常规护理组	8 (26.7)	4 (13.3)	3 (10.0)	7 (23.3)
$\chi^2$	14.45	12.83	11.14	13.34
$P$	0.032	0.041	0.041	0.038

#### 2.3 自我护理知识评分、护理满意度评分比较

皮肤护理组患者的自我护理知识评分 (96.3±10.1) 分显著高于常规护理组 (65.9±13.3) 分 ( $P < 0.05$ )，护理满意度评分 (98.3±11.2) 分显著高于常规护理组 (87.9±12.4) 分 ( $P < 0.05$ )，见表 3。

表 3 两组患者的自我护理知识评分、护理满意度评分比较 ( $\bar{x}+s$ )

组别	自我护理知识评分 (分)	护理满意度评分 (分)
皮肤护理组	96.3±10.1	98.3±11.2
常规护理组	65.9±13.3	87.9±12.4
$t$	6.965	4.541
$p$	0.020	0.032

### 3 讨论

老年糖尿病患者因为年龄偏大、皮肤老化及身体各项功能降低等原因，极易发生皮肤病变，严重时可能发

生皮下组织感染与坏死等症状。皮肤属于人体的第一道防御屏障，对保证人体健康具有重要意义，但是因为年龄的不断增加，人体各组织器官功能会出现程度不一的退行性变，皮肤的微生态调节系统也会相应发生变化，对患者的生活质量造成严重影响<sup>[3]</sup>。所以急需为老年糖尿病患者实施相应护理干预措施，来减少皮肤损伤的发生。本次研究通过对我院观察组患者实施皮肤护理干预，取得较为满意的护理效果，通过为患者实施系统化皮肤护理干预，重视保护患者皮肤、血液循环以及预防感染等，针对患者具体病情实施针对性皮肤护理，明显减少了患者皮肤损伤的发生率，护理效果显著<sup>[4]</sup>。

老年糖尿病患者由于皮肤组织老化，因此会出现各种的皮肤疾病，严重的甚至会造成皮肤组织的感染，不利于患者的临床治疗，影响了患者的生活质量。糖尿病属于内分泌疾病，由于胰岛素分泌不足造成的蛋白质

和脂肪代谢出现紊乱,如果患者的血糖不能得到有效控制,就会造成神经组织的病变,从而造成皮肤疾病。皮肤是人体在外的重要防御系统,能够有效的保证患者的免疫力,但是老年患者的皮肤老化,弹性不足,防御能力也会下降,因此极其容易发生皮肤疾病,需要采取有效的护理,保证皮肤的安全,促进糖尿病患者的治疗。

皮肤的基础护理包括清洁、保湿和防晒三步。清洁就是我们经常说的洗脸,使用适合自己的洗面奶或者香皂,理想的清洁状态是洗得既干净又不紧绷。如果出现过于干燥,说明用的洁面产品不太合适。如果洗完之后出现油乎乎的情况,说明用的产品太油腻,因此选择一款适合自己的清洁产品非常重要。第二步是保湿,皮肤在缺水的情况下,需要很好地保湿,这样才能保持皮肤处在一个健康的状态下。防晒,就是我们通常所说的涂防晒霜或者是打伞,戴太阳镜等。皮肤是需要防晒的,因为过强紫外线不仅会伤害皮肤,造成皮肤的炎症,它还会促使我们的皮肤衰老,即光老化,因此爱美的女性

如果是想抗衰老也就首先要注意防晒。相关医学研究表明,基础护理联合皮肤护理能够促进老年糖尿病患者皮肤损害程度的减轻、护理满意度的提升。本研究结果和上述相关医学研究结果一致。

#### 结束语:

综上所述,加强老年糖尿病患者的皮肤护理干预具有显著护理效果,可以显著减少患者皮肤损伤的发生率,提高患者的护理满意度,值得在临床上大力推广应用。

#### 参考文献:

- [1] 张妍,杜琳.老年糖尿病患者的皮肤护理分析[J].养生保健指南,2017,(30):126.
- [2] 杨青.老年糖尿病患者皮肤护理措施分析[J].中外女性健康研究,2017,(14):117-118.
- [3] 张建萍.老年糖尿病患者的皮肤护理[J].实用临床护理学电子杂志,2017,(34):48,51.
- [4] 吕银婵.老年糖尿病患者的皮肤护理[J].实用临床护理学电子杂志,2017,(15):31,33.