

慢性病管理护理在社区糖尿病患者中的作用研究

李蓉蓉

渭南市第二医院 陕西 渭南 714000

摘要:目的:探究慢性病管理护理在社区糖尿病患者中的作用情况。方法:选择2017年1月—2020年1月选定的糖尿病患者100例为研究对象。将其分为两组,每组50例。对照组受试者前来就诊之后,为其开展常规化健康指导。以此为基础,观察组受试者接受慢性病管理护理干预,分析结果。结果:相较于对照组观察组受试者干预后生活质量得分明显更高,护理有效率明显更高, $P < 0.05$ 。结论:针对于社区2型糖尿病患者来讲,为其开展慢性病管理护理,能够取得满意成效。此法有助于提升患者护理有效率以及生活质量,可行性强。

关键词:慢性病管理;社区糖尿病;有效率;生活质量;效果;作用分析

引言

2型糖尿病为一类临床常见病、多发病。迄今为止,临床还没有研制出彻底治愈2型糖尿病的方法。所以说,患者一旦确诊为此类疾病之后,需要长期接受控糖治疗。利用这种方法确保身体机能正常运转,减少相关并发症发生概率。中老年人作为罹患该疾病的好发群体。由于受到四周环境因素以及患者自身因素的影响,很多患者在院外治疗疾病依从性并不好。疗效不显著。所以说,有必要为患者开展行之有效的慢性病管理护理,以达到促进疾病转归的效果。

结合实际情况,文章全面探究慢性病管理护理法在社区2型糖尿病患者中的应用价值,现将具体结果报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2017年1月—2020年1月选定的糖尿病患者100例为研究对象。经诊断,患者符合卫计委最新颁布的关于此类疾病临床诊断标准。

排除对象:肝肾功能不全者、精神疾患、免疫系统缺陷者、传染病者、晚期癌症者、拒绝参加试验调查者。

现按照护理方法不同,将其随机平均分为对照组、观察组,每组50例。

对照组内,男性患者31例,女性患者19例。平均年龄为 (65.38 ± 2.77) 岁,平均病程为 (12.36 ± 1.75) 年。

观察组内男性患者29例,女性患者21例。平均年龄为 (65.39 ± 2.78) 岁,平均病程为 (12.45 ± 1.74) 年。经对比,两组受试者基线资料差异无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 方法

对对照组患者采取常规护理措施,即:社区医护人

员对患者的各项信息予以登记,并通过各种方式对患者进行定期随访,比如打电话或上门,询问患者是否遵医嘱定时、定量服用药物;对患者所提出的疑问予以耐心解答;告知患者及其家属在日常生活中应注意的事项等。对观察组患者予以社区慢性病管理措施,主要内容如下。

1.2.1 成立糖尿病管理档案:为该组患者成立完整的档案,档案内详细记录患者的各项基本信息,比如姓名、性别、年龄、联系方式、病史等。糖尿病管理档案要求按照统一的格式,对该组患者的各项信息进行采集,并进行有效整理,同时安排专人对患者的档案进行管理。管理人员需依据实际情况,对档案进行及时的更新,不可出现空档或死档。为保障患者的隐私不受侵害,不可随意将患者的档案外借。

1.2.2 健康教育:社区护理人员应当充分结合患者的实际情况,如性格、文化水平以及病情等,评估其对疾病的认识程度,并对患者开展针对性的健康教育,以达到更好的宣教效果。社区护理人员可定期举办健康讲座,或发放宣传手册,以向患者及其家属介绍有关糖尿病的知识,如发病原因、发病机制、危害、治疗方法、血糖监测以及其他注意事项等,从而提升患者及其家属对此病的认识,养成健康的生活习惯,最终达到有效控制疾病的目的^[1]。

1.2.3 心理护理:社区护理人员应多与患者交流、互动,了解其心理状况,并针对其心理状况进行相应的心理疏导。如可向患者介绍一些病情得到显著改善的病例,以帮助患者树立战胜疾病的信心,并积极主动配合治疗与护理。可通过转移注意力的方式,如引导患者阅读、听音乐、与人聊天等,缓解其焦虑的情绪,从而以更好的心态面对疾病。除此之外,应叮嘱患者家属多关心、多陪伴患

者,使患者切实感受到来自亲人的关爱,并有勇气去面对疾病,以积极乐观的心态面对今后的生活^[2]。

1.2.4 用药指导:糖尿病患者需长期用药,以控制其血糖。社区护理人员可指导患者合理服用降糖药物,叮嘱其定时、定量用药。由于糖尿病患者多为老年人,且通常会伴有其他慢性疾病,如冠心病、高血压等。鉴于此,护理人员可依据患者的实际情况,为其制定一个合理的用药时间表,叮嘱其在每天的某个时间点用药。为避免患者少服、错服药物,可为患者准备一个1周用药的盒子,把每天用药的情况写在盒子上,并依据用药时间,为其设定好闹钟,从而提醒患者定时用药^[3]。

1.2.5 饮食指导:为控制糖尿病前期患者的病情,需通过有效方式缓解胰岛素β细胞负担,并促使胰岛素的亲和性得以改善,而合理控制患者每日食物的摄入量,就是一种极为有效的手段。护理人员可结合患者的身高、体质量以及活动量等,对其每日所需热量加以计算,并依据计算结果为患者制定饮食方案,优化其饮食结构。社区护理人员可每隔1~2周,为患者进行体检,并结合体检结果,对其饮食方案进行适度调整,从而达到更好的效果^[4]。

1.2.6 运动指导:社区护理人员可鼓励患者多参与有氧运动,患者可结合自身的喜爱,选择相应的运动项目,比如慢跑、打羽毛球、打太极、体操、八段锦等;建议每周运动3~5次,每次运动40 min,并保证每周运动时间在3 h以上。

1.3 观察指标

1) 分析两组受试者干预后生活质量比较情况。本试验利用SF-36量表,对患者干预后生活质量情况进行全面分析。具体分为认知、角色、躯体以及社会功能四个维度,分数越高,表明患者生活质量越好。

2) 分析两组受试者治疗效果对比详情。具体可被分为显效、有效、无效3个项目。具体内容为:临床显效:患者经干预之后,血糖稳定,且干预期间内不存在并发症。有效:患者经干预之后血糖基本稳定。无效:未达到上述治疗标准者为无效。

1.4 统计学分析

本试验利用SPSS 20.0专业统计软件,对护理有效率数据开展 χ^2 检验,生活质量对比情况开展 t 检验。当 $P < 0.05$ 时,差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组受试者干预后生活质量比较情况

相较于对照组,观察组受试者干预之后社会功能、躯体功能、角色功能以及认知功能得分明显增高, $P <$

0.05(表1)。

表1 两组受试者干预后生活质量比较情况(分, $\bar{x} \pm s$)

项目类别	对照组($n=50$)	观察组($n=50$)	t 值	P 值
社会功能	68.5 ± 6.9	82.6 ± 5.7*	4.115	< 0.05
躯体功能	66.9 ± 4.8	82.3 ± 5.9*	5.396	< 0.05
角色功能	69.3 ± 5.7	83.3 ± 6.7*	4.261	< 0.05
认知功能	65.3 ± 4.8	82.5 ± 5.7*	6.997	< 0.05

注:和对照组相比,* $P < 0.05$

2.2 两组受试者治疗效果比较情况

对照组护理有效率为76.00%,观察组为96.00%。两组相比, $P < 0.05$ (表2)。

表2 两组受试者治疗效果比较情况[例(%)]

项目类别	对照组($n=50$)	观察组($n=50$)	χ^2 值	P 值
显效	18(36.00)	30(60.00)		
有效	20(40.00)	18(36.00)		
无效	12(24.00)	2(4.00)		
总有效率	38(76.00)	48(96.00)*	15.254	< 0.05

注:和对照组相比,* $P < 0.05$

3 讨论

糖尿病是现今临床上一种发病率较高的慢性疾病,其临床特征表现为高血糖。通常可将糖尿病分成三个阶段,即高危人群、糖尿病前期、糖尿病。其中,糖尿病前期又被叫做糖调节受损,其是处在正常糖代谢和糖尿病之间的一种异常状况。诸多研究指出:每年大约有5~15%的糖尿病前期患者病情加剧,并最终演变为糖尿病。糖尿病可对人体各个器官(如神经、血管、肝脏、肾脏等)造成损伤,并引起功能障碍,最终引发严重并发症,威胁患者的身体健康与生存质量。因此,加强对糖尿病前期患者的护理与管理,有效控制其血糖,避免或减少糖尿病的发生,是当前临床上所必须重视的一个课题^[5]。

目前我国老年糖尿病患者居多,患者病程较长,需长期接受药物治疗,由于自身及环境因素影响,很多患者依从性不佳,进而影响血糖控制效果,不利于病情恢复,因此临床日渐重视护理干预探究,其中慢性病管理应用价值较高,且二者联合开展更利于提升患者依从性,利于患者疾病控制,可改善其血糖波动情况^[6]。

本组试验研究结果证实:相较于对照组观察组受试者干预后生活质量得分明显更高,护理有效率明显更高, $P < 0.05$ 。这也在一定程度上证实了针对于2型糖尿病患者而言,为其开展慢性病管理护理,有助于加强其对于疾病理解度,强化自我保健概念,继而实现控制疾病。

结束语:

综上所述,对糖尿病患者采取社区慢性病管理,可以获得令人满意的护理效果,不但能有效改善患者的各项糖代谢指标,并且能提升患者对糖尿病知识的掌握度,从而更有助于病情的控制,是一种值得在临床上广泛推广的护理方式。

参考文献:

[1]李芙梅.健康教育与慢性病管理护理在社区老年高血压中的应用效果[J].临床医药文献电子杂志,2019,6(20):115+118.
[2]王日香,戴冬霞,王启,等.基于慢性病管理的社区护理对冠心病患者服药依从性及自我效能的影响[J].慢性病

学杂志,2018,19(5):558-561.

[3]任志英.社区慢性病规范化管理对糖尿病患者的影响[J].中国社区医师,2018,34(17):170+172.

[4]尹陈娜.探讨健康教育与慢性病管理护理在社区老年糖尿病患者中的作用[J/CD].全科口腔医学电子杂志,2019,6(10):112-113.

[5]彭香荣.健康教育与慢性病管理护理在社区老年糖尿病患者中的作用分析[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(23):24-26.

[6]王翠捷,廖国杭,罗振,等.临床药师参与社区慢性病管理对2型糖尿病患者用药依从性的影响[J].中国药物经济学,2017,12(04):153-155.