

老年糖尿病患者实施社区护理干预的效果

刘庆芬

广州市白云区鹤龙街社区卫生服务中心 广东省 广州市 510425

摘要:目的: 剖析糖尿病患者社区护理存在的不足及解决方案, 推动社区护理身心健康发展。方法: 将本医院2021年2月至2022年5月接诊的200例糖尿病患者任意分成2组, 每一组100例。对照组接纳常规护理, 观察组接纳社区护理干预。比较2组干预实际效果。结果: 干预后, 观察组生活品质得分显著好于对照组($P < 0.05$); 观察组血糖能力和饭后2h血糖水平显著小于对照组($P < 0.05$)。干预后, 观察组血糖能力和餐后血糖水平显著小于对照组($P < 0.05$)。结论: 对于糖尿病患者社区护理存在的不足, 查找原因, 制定解决方法, 提升糖尿病患者的社区护理水准。

关键词: 糖尿病; 社区护理; 常规护理; 对比研究; 血糖水平

引言

糖尿病是世界常见的疾病, 是威胁人体健康的三大疾病之一。其产生与胰岛素的分泌问题和胰岛素效用效用不足紧密相关, 但是具体发病机理科学研究尚不太清楚。医学上, 患者的特点就是血糖异常高、贪吃、肥胖症、消瘦等。如未长期性干预, 其内脏器官机构长期性受血糖高危害, 易引起多种多样内脏器官机构慢性损伤, 从而造成糖尿病足病、肾功能损伤、动脉硬化等几种比较严重病发症。最终患者丧生于各种病发症。现阶段没法根除这个疾病。临床观察通常是管理患者血糖值, 减缓疾病进展, 降低病发症。但是由于病情时间长, 绝大多数患者不接受长期住院, 所以对这种患者开展社区护理、稳定血糖至关重要。为进一步观察社区护理在糖尿病护理中的运用实际效果, 挑选200名患者进行科学研究, 实际报告如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

将本医院2021年2月至2022年5月接诊的200例糖尿病患者任意分成2组, 每一组100例。对照组接纳常规护理, 观察组接纳社区护理干预。比较2组干预实际效果。男110人, 女90人; 年纪35~76岁, 均值(53.16±2.45)岁; 病情2~11年, 均值(4.85±2.86)年。纳入标准: 全部患者均确诊为糖尿病患者; 全部患者神志清醒, 能紧密配合科学研究。排除标准: 清除脑血管意外、肝功能比较严重不足者; 精神疾病、某些疾病和临床资料不够的患者。

1.2 方法

常规护理方式为对照组患者给予优质护理服务, 开展患者病况定期检查基本具体指导。

观察组患者护理方式为社区护理干预, 详细如下。

1.2.1 心理干预

糖尿病患者病情很长, 患者病发后需长期吃药。在这过程中, 患者会在意自己的病况, 感觉给家里人增添了经济压力, 造成害怕、缺失、孤单等消极情绪。因而, 医护人员必须对患者开展心理指导, 感情抚慰。根据面对面沟通和交流, 正确引导患者积极主动保持稳定心理状态, 使患者意识到对病症的高效治疗和操纵至关重要, 相互配合医治, 执行医嘱安全用药, 病况就可以得到操纵。根据详细介绍功效比较好的病案, 能够勾起患者对预防的自信。与此同时, 医护人员一定要做好患者家属的心理护理, 告之他们能够更好地医治患者的病症和家属的大力支持与关怀的紧密文章内容, 激励亲属给与患者足够的适用, 让患者获得心理上的舒适感, 提高患者治疗依从性。

1.2.2 健康教育

危害糖尿病患者疾病控制的重要因素之一是他们对于病症欠缺专业知识, 欠缺足够的了解。这时, 医护人员应根据患者的危重度、重度与家庭情况开展有针对性的健康教育知识, 告之患者合理膳食、适量运动良好的日常生活个人行为对疾病治疗与控制的必要性。与此同时, 需向患者表明糖尿病的危害、血糖控制方法与医生叮嘱吃药的积极意义, 使患者把握有关常见问题、病发症防范措施、血糖监测方式。在这儿, 护理人员也可以利用网络平台对患者开展持续不断的健康教育知识。护理人员设立平衡膳食、合理糖尿病防治专业知识详细介绍网址, 设立掌握病症、日常日常生活、生活保健知识微信的公众号, 按时在微信的公众号公布病症、饮食搭配、健身运动文章专业知识, 创建患者群, 让患者可以在群内沟通和交流, 丰富患者的了解、认识疾病的途径, 让患者对疾病的相关知识有更好的掌握。

1.2.3 饮食干预

有效管理糖摄入量对糖尿病患者至关重要。因此,护理人员要详细介绍糖份丰富的食物,把握食材糖份的测定法,有效管理糖份摄入。此外,患者的菜谱成份需要调整,摄入少糖、少盐、低脂肪的食物,多吃些新鲜水果,少吃点危害病况与治疗的食材。

1.2.4 运动与休息指导

对糖尿病患者而言,适量的运动和适度的歇息是不可缺少的,要给予有关具体指导。首先,要告之患者,适量的运动能提高肌肉组织等外周组织对胰岛素的敏感,降低药品不良反应的产生,使体重控制在一定范围之内,根据患者的实际情况帮助其选择太极拳、散步等锻炼方式,有效管理运动强度。一般健身时间保持在30min至1个小时中间,随身带糖块和曲奇饼干,防止血糖低等有关不适,吃糖果和曲奇饼干能够缓解。与此同时告之患者要确保充沛的歇息和睡眠质量,防止歇息受阻对疾病控制产生的影响。

1.2.5 血糖检测干预

医护人员具体指导患者有效血糖监测的必要性,具体指导患者及其家属把握测试方法与方式,告之患者每日测血糖一次,如果不能,最少每3-5天测一次,并记录每一次血糖测量结论。务必为了更好地剖析血糖控制实际效果给出的数据,进而为防止血糖低和血糖控制不太理想制定更精准的治疗方式。

1.2.6 用药干预

安全用药对糖尿病患者至关重要,医护人员应催促亲属在正确时间、正确使用量服食降糖药物。假如血糖控制不太好,应相互配合甘精胰岛素,严格执行医嘱,防止患者随便更改状况。与此同时,打胰岛素患者也应当精确把握打针部位、方法与使用量,严格遵守无菌操作原则,防止感染。

1.2.7 进行家庭走访

对患者亲属开展健康教育知识,告之患者对糖尿病的认知监护能力,给与患者更温暖的关爱,协助患者得到较好的家庭支持。使患者亲属在家庭生活与患者院内外治疗依从性层面充分发挥监督作用。建立健康档案,便捷患者纪录每日饮食搭配、健身运动、服药、血糖检测数据信息。告知亲属搞好患者运动中的安全防范。医护人员电话随访患者,改正患者不合理的行为和习惯,回应患者难题。

1.3 观察指标

①评定2组患者护理后的生活品质,包含社会意识形态、心态作用、人体作用和功效作用。每一个评分是100

分。评分越高,生活品质就越好。②2组患者血糖指标水准,包含血糖和饭后2h血糖值。2组患者对疾病知识的参与率分成出色、一般和较弱,参与率=(优+一般)/总病例数为100%。

1.4 统计学方法

数据信息用SSPS 22.0软件展开分析。数据信息用[n(%)]表明,选用 χ^2 检测。观测数据用($\bar{x} \pm s$)表明,用t检验表明; $P < 0.05$ 具备统计意义。

2 结果

2.1 两组患者生活质量评分比较

观察组干预后生活质量各项评分均显著优于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$)。见表1。

表1 两组患者生活质量评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	n	社会功能	情绪功能	躯体功能	角色功能
观察组	100	90.38±4.11	89.67±5.09	88.76±5.87	92.19±4.82
对照组	100	75.60±3.05	73.11±4.89	73.58±4.62	79.85±3.09

2.2 两组患者血糖水平比较

观察组干预后空腹血糖值及餐后2 h血糖水平均明显低于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$)。见表2。

表2 两组患者血糖水平比较 ($\bar{x} \pm s$, mmol/L)

组别	n	空腹血糖	餐后2 h血糖
观察组	100	6.80±1.33	7.60±0.55
对照组	100	8.05±0.90	8.50±0.87

2.3 两组患者疾病知识认知率比较

观察组疾病知识认知率显著高于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$)。见表3。

表3 两组患者疾病知识认知率比较[n(%)]

组别	n	优	一般	差	认知率
观察组	100	54(54.00)	43(43.00)	3(3.00)	97(97.00)
对照组	100	44(44.00)	45(45.00)	11(11.00)	89(89.00)

3 讨论

随着人们生活水平提高,糖尿病等代谢性疾病发生率正逐年升高。调查显示,我国20岁以上的成年人糖尿病发生率已高达9.7%,严重威胁人们的身体健康。目前,糖尿病的治疗重点在于控制患者血糖水平、纠正不良生活习惯和减少并发症发生率,因医疗资源有限,社区护理干预成为当下糖尿病患者的护理趋势。

糖尿病患者临床上比较常见。其原因是胰岛素缺乏造成人体脂肪、糖、蛋白代谢障碍,造成水、电解质溶液新陈代谢失调。糖尿病患者病情长,可导致各种内脏器官病症,加剧患者病况,威胁患者身体健康和人身安全。管理病况和血糖值首先要患者的治疗依从性。因而,应剖析糖尿病患者的治疗依从性和生活品质护理方式。

如今在糖尿病的治疗中,胰岛素等降糖药物的临床治疗能起到一定的降血脂功效。但长期用胰岛素的患者易发生胰岛素抵抗,降血脂实际效果降低,胰岛素用量提升,增强了患者的经济压力。面对这种情况,在临床治疗过程中,糖尿病患者不但服用药物降血糖,并且将饮食搭配调整和健身运动调整紧密结合降血糖。因而,对糖尿病患者的临床医学护理给出了新的需求。因为糖尿病患者病情长,许多患者不接受长期住院缓解诊疗压力,怎样在院内外日常生活中照顾好自己是维持血糖控制功效的重要。

社区糖尿病患者护理存在的困难:社区欠缺技术专业护理人员。对于糖尿病患者,目前社区护理的护理核心理念不足细腻,社区技术专业护理人员能力不够。在具体护理环节中,绝大多数护理人员来源于一般护理技术专业,90%以上护理人员具备中专文凭。欠缺高质量、高学历的护理专业性人才,护理人员入岗前并没有受到过专业能力和全面的知识教育,专业技能专业知识无法满足护理工作需求,严重影响社区护理工作品质。社区护理体系管理不健全。社区护理发展比较晚,政策法规、法律和安全操作规程不完善,严重影响社区护理的顺利进行。此外,在社区护理环节中,欠缺规章制度适用,护理任务和工作职责不具体,牵制了社区护理的进一步发展。患者对社区护理欠缺信赖。由于患者信赖医师,而对护理人员欠缺信赖,觉得护理人员工作仅仅注射药物、装运药品等。因而,危害患者治疗依从性,严重危害恢复。

临床医学基本护理中,仅给与院中护理指导无法达到患者的护理要求,要进一步改善。社区护理是近几年发生的一种新型护理方式,已用于糖尿病患者的护理。在社区护理中,心理状态护理、健康教育知识、饮食搭配指导、健身运动指导主要是方式。心理状态护理能坚定不移患者医治自信心,以乐观的心态应对本身生病客观事实,有益于患者紧密配合社区护理,保证社区护理工作中有序进行。根据健康教育知识,协助患者深入了

解糖尿病患者基本知识,包含发病原因、发病机理、日常生活普遍风险源及治疗药物的作用体制等。充分保证患者按照其治疗依从性服药,规避随便拆换药物种类、随便调整药物剂量的情况。除开医治,饮食和运动是什么对糖尿病患者改善作用影响较大的两方面。根据饮食搭配指导,协助患者建立良好的饮食结构,正确的选择保健产品,避免因为饮食搭配欠佳造成病情恶化。健身运动指导能帮助患者科学锻炼,稳定血糖,确保运动安全。在这个社会护理中,根据采访发觉患者院内外自身护理存在的问题,给与指导,在访谈过程中搞好患者家属的宣传教育工作。检测水平有利于患者去医院外开展血糖控制,并予以患者有针对性的饮食搭配指导与运动指导,进一步协助患者稳定血糖能力和身体机能。

在社区护理层面,给与指导,在走访和随诊环节中,搞好患者家属的主题教育。检测水平有益于院内外血糖值控制。对患者开展有针对性的饮食搭配指导与运动指导,进一步协助患者稳定血糖和身体机能。总体来说,其运用效果显著好于基本护理。本科学研究干涉后观察组生活品质得分显著好于对照组,差别有统计意义($P < 0.05$)。观察组血糖能力和饭后2h血糖水平显著少于对照组($P < 0.05$)。干涉后,观察组血糖能力和餐后血糖水平显著少于对照组($P < 0.05$)。

4 结束语

总的来说,运用社区护理为糖尿病患者给予护理服务项目,可有效提升其治疗依从性、血糖控制能力和生活品质,非常值得临床医学推广应用。

参考文献

- [1]吴静.社区护理干预在2型糖尿病患者中的应用效果[J].糖尿病新世界,2020,23(4):124-125.
- [2]周雪芬.老年糖尿病患者社区护理干预的效果分析[J].实用临床护理学电子杂志,2020,5(11):139-139.
- [3]刘晓纯,钟克丹,郭海涛.社区护理干预对糖尿病高危人群的有效性研究[J].糖尿病新世界,2020,23(14):90-91,94.