

## 饮食护理干预对 2 型糖尿病病人的影响分析

许锦清

容县人民医院 广西玉林

**【摘要】目的** 重点研讨饮食护理干预对 2 型糖尿病病人的影响价值, 旨愿能将所研究理论应用至实践中去, 为领域发展提供有效支持。**方法** 实验展开形式为对照模式, 研究期限拟定为 2022 年 10 月至 2023 年 10 月, 样本选取自上述时间段院内收治的 100 例 2 型糖尿病患者, 按照数字编号法进行小组安排, 1--100 随机编号, 取单双号均分为两组, 并将不同护理方案实行于两组之间, 单号组 (n=50): 接受常规护理计划; 双号组 (n=50): 实施常规护理+饮食护理计划, 而后对相关数据进行收集、整理, 统计、分析、比对。采用 t 检测 (正态计量数据); 采用  $\chi^2$  检验 (计数资料); 计算均数以  $(\bar{x} \pm s)$  代替。**结果** 干预结束后, 两组所获疗效差异显著, 双号组采取方案策略更具可实施性, 患者在血糖水平、并发症发生率、护理满意度方面表现, 均显优于单号组 (P 值 < 0.05), 具备可比优势, 值得探讨。**结论** 在 2 型糖尿病病人临床护理方案的横向选择中, 建议优先采纳常规护理+饮食干预计划, 不仅能有效降低患者血糖水平、并发症发生概率, 还可极大程度增进护患关系和谐, 赢得患者对护理工作的满意程度提高, 值得肯定与推崇。

**【关键词】** 饮食护理; 2 型糖尿病; 病人影响

**【收稿日期】** 2024 年 1 月 15 日 **【出刊日期】** 2024 年 2 月 23 日 **【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20240098

### Analysis of the influence of diet nursing intervention on type 2 diabetes patients

Jinqing Xu

Rongxian People's Hospital Yulin, Guangxi Zhuang

**【Abstract】 Objective:** To focus on the impact value of dietary care intervention on type 2 diabetes patients, and to apply the research theory to practice and provide effective support for the development of the field. **Methods:** The study period is from October 2022 to October 2023. Group arrangement, 1-100 random number, single and double numbers are divided into two groups. The single group (n=50): receive routine care plan; double group (n=50): implement routine care + dietary care plan, and then collect, organize, statistics, analyze, and compare relevant data. Use t test (normal measurement data); use  $\chi^2$  test (count data); calculate means with  $(\bar{x} \pm s)$  instead. **Results:** After the intervention, the efficacy of the two groups varied significantly, and the regimen strategy of the double group was more feasible. The patients' performance in blood glucose level, complication rate, and nursing satisfaction were both excellent in the single group (P value < 0.05), with comparable advantages, which is worth exploring. **Conclusion:** in type 2 diabetes patients clinical care of lateral selection, advice to adopt routine care + diet intervention plan, not only can effectively reduce the patients with blood sugar level, complications probability, also can greatly enhance the harmonious relationship between nurses and patients, win the satisfaction of nursing work, worthy of affirmation and praise.

**【Keywords】** Dietary care; type 2 diabetes mellitus; patient influence

进入 21 世纪后, 人们生活条件得到了极大改善, 收入水平也得到了显著增长, 而丰富、多元、富足的生活条件却促进了各类疾病的发生与发展<sup>[1]</sup>。2 型糖尿病便是其中之一, 该病属于临床常见慢性疾病, 是一种终身性代谢疾病, 是由多种致病机理引发的, 主要以血糖显著上升为临床特点, 由于多发于成年, 又被称为成人

发病型糖尿病<sup>[2]</sup>。研究指出: 2 型糖尿病病因复杂, 凡不能明确诊断为其他类型糖尿病者, 均可暂时归为 2 型糖尿病, 其症状表现以“三多一少”著称, 即多饮、多食、多尿, 消瘦或短期内体重减轻为主, 其最大隐患便是发生各种并发症, 对患者身体健康及生活质量危害、影响严重<sup>[3]</sup>。时下, 对于 2 型糖尿病的治疗, 临床通常

采用运动锻炼、健康教育等方式进行干预,但收效并不理想,而服用降糖药物开展治疗,虽具有一定效果,但却存在血糖水平起伏大现象,进而影响血糖控制效果<sup>[4]</sup>。经过专家学者的不懈探究,得出一项积极治疗干预思路,在病情的控制中,科学合理的调节患者饮食是控制病情发展最有利的举措,故此,本文拟定《饮食护理干预对 2 型糖尿病病人的影响分析》为题,针对 100 例符合标准的 2 型糖尿病患者展开深入考察,期待能为临床提供有价值参考意见,更好的辅助患者对抗疾病,赢得健康。具体内容汇报如下:

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

实验展开形式为对照模式,研究期限拟定为 2022 年 10 月至 2023 年 10 月,样本选取自上述时间段院内收治的 100 例 2 型糖尿病患者,按照数字编号法进行小组安排,1--100 随机编号,取单双号均分为两组,每组划入 (n=50);期间对患者基础资料的分类与归纳均引用相关软件予以处理,未见差异性 (P>0.05),单号组:男女占比:28:22;年龄分布情况:43--78 岁,均值处于 (60.19±2.37) 岁;双号组:男女占比:27:23;年龄分布情况:44--79 岁,均值处于 (61.33±3.08) 岁。纳排标准如下:符合 2 型糖尿病诊断标准者纳入;资料齐全者纳入;均对本次实验无任何异议者纳入,并在知情同意书中签字;存在严重肝肾功能损伤者排除;存在恶性肿瘤者排除;存在严重精神疾病者排除。

### 1.2 方法

1.2.1 单号组:常规干预策略实行于本组患者中,具体内容涵盖:常规疾病知识宣教,同时为患者提供降糖指导、用药指导、运动指导及自我调理等护理服务<sup>[5]</sup>。

1.2.2 双号组:在上述基础上,实施饮食护理干预,具体内容涵盖:(1)严格控制饮食热量:a:接收到患者后,首先对患者姓名、性别、年龄、体质量、兴趣爱好、生活习惯等进行详细了解,而后结合患者实际状况、个体特征为其制定饮食热量摄取方案<sup>[6]</sup>。b:日常饮食需在患者休息状态下进行,对于理想体质量: 25--30kcal/kg 为每日能量摄入标准;对于轻体力劳动者: 30--

35kcal/kg 为每日能量摄入标准;对于中度体力劳动者: 35--40kcal/kg 为每日能量摄入标准;对于重体力劳动者: 40kcal/kg 以上为每日能量摄入标准。上述方案护理人员需结合患者实际状况予以适当调整,如针对体重过轻、偏瘦患者,可在标准水平的基础上增加摄入量;针对体重较大,肥胖患者可在标准基础上减少摄入量,掌握因人而异、因地制宜原则,机制调整<sup>[7-8]</sup>。c:脂肪总热量:每日应低于 25%;d:蛋白质总热量应低于 15%;e:碳水总热量应低于 65%。同样提示:整个的干预过程,护理人员需结合患者实际状况进行适当调整<sup>[9]</sup>。(2)科学食谱的制定:护理人员需以患者个人资料为依据,为其制定科学合理,个体化的饮食计划。a:针对阴虚证患者:叮嘱患者多加摄入黑木耳、葛根、白菜、银耳、枸杞、百合、知母等;b:对于阳虚证患者:叮嘱其多加摄入黄鳝、豇豆、辣椒、核桃仁等食物;c:对于气虚证患者:叮嘱其多食用香菇、黄米、小米、山药、蘑菇、鸡肉等<sup>[10-11]</sup>。(3)不良饮食习惯的纠正:告知患者合理的饮食习惯、生活方式对 2 型糖尿病具备积极影响作用,叮嘱其严格遵照“少食多餐”原则,将每日的饮食数量及次数控制良好,同时保证饮食卫生及质量,不得食用过期或变质的食品,保障食品新鲜和卫生。另外,需重视饮食的多样性,合理搭配具备降糖、降脂作用的食材,定期开展血压测量,结合血糖水平进行饮食调整<sup>[12]</sup>。

### 1.3 观察指标

分析观察两组在血糖水平、并发症发生率、护理满意度方面的差异表现。

### 1.4 统计学方法

数据资料均运用 SPSS26.0 系统实行专业分析,当中计量数据计均数±标准差,两组差别比照运用 t、 $\chi^2$  检测,计数数据运用百分率 (%) 代替,若两组对照结果表明 P<0.05,则说明实验价值显现。

## 2 结果

借助图表数据发现,不同干预策略均对患者作用积极,然双号组患者在各项指标数值的体现上则更优异 (P<0.05),见表 1:

表 1 两组患者血糖水平比对 ( $\bar{x}\pm s$ , n)

组别	例数	FBG	2hPG	HbA1c	FINS
单号组	50	7.94±1.37	10.94±1.28	6.76±1.38	10.85±2.66
双号组	50	6.58±1.29	8.95±1.46	5.48±1.12	13.16±2.89
t 值		4.993	7.079	4.942	4.055
p 值		0.000	0.000	0.000	0.000

表 2 两组患者并发症发生率比对 (n、%)

组别	例数	低血糖	脏器功能损伤	皮疹	总发生率
单号组	50	5 (10.0)	3 (6.00)	3 (6.00)	12 (24.0)
双号组	50	1 (2.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	1 (2.00)
$\chi^2$ 值		2.848	3.098	4.177	10.803
p 值		0.092	0.077	0.042	0.001

表 3 两组患者护理满意度比对 (n、%)

组别	例数	满意	较满意	不满意	满意度
单号组	50	22 (44.00)	19 (38.00)	9 (18.00)	41 (82.0)
双号组	50	27 (54.00)	23 (46.00)	0 (0.00)	50 (100.0)
$\chi^2$ 值		0.681	0.695	8.745	8.745
p 值		0.408	0.404	0.003	0.003

### 3 讨论

随着人口老龄化问题的严重,糖尿病、高血压类慢性疾病的发病率逐年递增。糖尿病本身不足以危及生命,但其具备病程长,并发症多类特征,因此对于民众身心健康、生活质量的危害是极为严重的,病变可累及皮肤、肌肉、神经等处,从而发生糖尿病足等症状,严重者需要实施截肢处理,危重情况还会导致酮症酸中毒或脑血管意外,因此需积极开展治疗,时时进行预防和控制<sup>[13]</sup>。研究指出:碳水化合物在不同食物中对胰岛素的浓度及血糖的影响差异较大,所以,在糖尿病患者的临床治疗中,饮食干预十分关键<sup>[4]</sup>。故此,本文以对照模式,针对 100 例 2 型糖尿病患者展开分析研讨,重点分析饮食护理干预在临床护理中的影响意义。结局呈现:双号组患者以 100.00% : 82.00% 满意度显优单号组,以 2.00% : 24.00% 的并发症发生率显低单号组。分析原因:饮食护理是临床常见干预策略,重点强调对糖尿病患者日常饮食实施干预控制,科学合理的减少高糖类、高热量、高脂肪等食物的摄入<sup>[15]</sup>。结合患者个体特征为其制定日常饮食计划,叮嘱其保持“少食多餐”原则,严格控制热量的摄入,忌食过咸、辛辣食物,禁止暴饮暴食,每日餐饭控制在七分饱为宜,减轻胃肠负担,禁饮咖啡、浓茶等,以此改善体质量,再配合适量运动、对症药物,从而达到提高患者血糖控制效果的目的<sup>[16]</sup>。

综合上述可得结论:饮食干预策略的应用实施,对 2 型糖尿病患者影响意义重大,不仅能够提升临床治疗效果,延缓病情进展速度,有效控制血糖,改善患者生活质量,还极具安全性,不良反应鲜少,值得广为推崇。

### 参考文献

- [1] 郑闪宁.饮食护理干预对 2 型糖尿病患者血糖水平及并发症的影响分析[J].内蒙古医学杂志. 2022,54(03)查看该刊数据库收录来源: 344-345.
- [2] 赵敬.针对性饮食护理干预对 2 型糖尿病患者肠道微生态失衡的影响分析[J].医学理论与实践. 2021,34(07)查看该刊数据库收录来源: 1238-1240.
- [3] 程文芸.个体化营养膳食指导对 2 型糖尿病病人自我管理及血糖控制效果的影响[J].全科护理. 2021,19(12)查看该刊数据库收录来源: 1660-1662.
- [4] 杨明兰.个性化饮食指导对 2 型糖尿病病人血糖的影响[J].实用妇科内分泌电子杂志. 2019,6(08)查看该刊数据库收录来源: 125-126.
- [5] 宋春苗, 刘伟平, 康格平.基于 IMPACT 模式的护理管理结合低升糖指数膳食管理对 2 型糖尿病患者饮食行为及自护能力的影响[J].临床医学研究与实践. 2023,8(36)查看该刊数据库收录来源: 130-133.
- [6] 康格平, 陈静, 刘伟平.以自我管理为导向的护理模式结合正念饮食察觉训练对 2 型糖尿病患者自我管理能力及血糖控制的影响[J].临床医学研究与实践. 2023,8(36)查看该刊数据库收录来源: 146-149.
- [7] 刘伟平, 宋春苗, 康格平.基于自我效能理论的护理干预结合饮食疗法对 2 型糖尿病患者血糖控制、自我管理能力及疾病自我感受负担的影响[J].临床医学研究与实践. 2023,8(35)查看该刊数据库收录来源: 133-136.
- [8] 候焕焕, 白洁, 李洁.饮食指导护理对 2 型糖尿病患者血糖水平及自我管理能力的管理[J].临床医学研究与实

- 践. 2023,8(30)查看该刊数据库收录来源: 126-129.
- [9] 雒建丽, 范锦源.个性化综合饮食护理对 2 型糖尿病患者  
的效果及 HbA1c 水平影响[J].名医. 2023(12)查看该  
刊数据库收录来源: 120-122.
- [10] 苏幼明, 陈莹莹, 吴晓玲.健康信念模式联合标准化饮食  
护理在 2 型糖尿病肥胖患者中的应用[J].中西医结合护  
理(中英文). 2023,9(09)查看该刊数据库收录来源: 94-96.
- [11] 王宏丽, 万首燕.耳穴埋籽联合辨证饮食指导护理对糖  
尿病合并高血压患者糖脂代谢、生活质量的影响[J].中  
西医结合心血管病电子杂志. 2022,10(26)查看该刊数据  
库收录来源: 138-140-125.
- [12] 郭志茹, 李青青, 夏爱娟.全程护理干预结合家属参与式  
饮食运动指导对妊娠期糖尿病患者血糖控制及母婴结  
局影响[J].糖尿病新世界. 2023,26(17)查看该刊数据库  
收录来源: 138-140-144.
- [13] 杜丽芳, 宋志华, 黄玉芬.健康教育结合饮食护理改善妊  
娠期糖尿病孕妇妊娠结局的分析[J].糖尿病新世界.  
2023,26(16)查看该刊数据库收录来源: 139-143.
- [14] 叶婉茹, 许玉娟, 史春艳.探讨健康教育及饮食指导在老  
年糖尿病患者护理中的应用效果[J].糖尿病新世界.  
2023,26(15)查看该刊数据库收录来源: 143-146.
- [15] 雒建丽, 范锦源.个性化综合饮食护理对 2 型糖尿病患  
者的效果及 HbA1c 水平影响[J].名医. 2023(12)查看该  
刊数据库收录来源: 120-122.
- [16] 滕海鸣.饮食连续护理应用于 2 型糖尿病伴肥胖患者中  
的效果分析[J].中外医疗. 2023,42(17)查看该刊数据库  
收录来源: 175-179.

**版权声明:** ©2024 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。  
<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**