

健康教育在老年糖尿病患者护理中的实施效果分析

李国云

河北省唐山市曹妃甸区南堡开发区医院 河北唐山

【摘要】目的 分析健康教育在老年糖尿病患者护理中的实施效果。**方法** 选择2023年7月至2024年7月期间，公共卫生冠新系统管理的80例老年糖尿病患者作为研究对象，依照随机化原则分为参考组和实验组，每组均包含40例，参考组接受常规护理，实验组在此基础上接受健康教育。对比两组的遵医行为及血糖水平。**结果** 实验组的各项遵医行为评分均显著高于参考组 ($P<0.05$)；干预前，两组的血糖指标无明显差异 ($P>0.05$)，干预后，实验组的血糖水平显著优于参考组 ($P<0.05$)。**结论** 健康教育应用于老年糖尿病患者的护理中，成效显著，能够显著增强患者的医嘱遵从性，并有效管理血糖水平，值得临床推广。

【关键词】 健康教育；老年糖尿病；遵医行为；血糖水平

【收稿日期】 2024年11月15日

【出刊日期】 2024年12月30日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20240473

Analysis on the effect of health education in nursing care of elderly patients with diabetes

Guoyun Li

Nanbao Development Zone Hospital, Caofeidian District, Tangshan, Hebei

【Abstract】 Objective To analyze the effect of health education in the nursing of elderly patients with diabetes. **Methods** From July 2023 to July 2024, 80 elderly patients with diabetes admitted to our hospital were selected as research subjects. According to the principle of randomization, they were divided into a reference group and an experimental group. Each group included 40 cases. The reference group received routine care, and the experimental group received health education on this basis. Compare the compliance behavior and blood glucose levels between the two groups. **Results** The scores of various compliance behaviors in the experimental group were significantly higher than those in the reference group ($P<0.05$); Before intervention, there was no significant difference in blood glucose levels between the two groups ($P>0.05$). After intervention, the blood glucose levels in the experimental group were significantly better than those in the reference group ($P<0.05$). **Conclusion** The application of health education in the nursing of elderly patients with diabetes has achieved remarkable results, can significantly enhance patients' compliance with medical advice, and effectively manage blood sugar levels, which is worthy of clinical promotion.

【Keywords】 Health education; Senile diabetes; Medical compliance behavior; Blood sugar levels

糖尿病是一种普遍的慢性代谢失调疾病，特征在于高血糖状态，且常伴随多种并发症，对患者的生活质量构成严重威胁^[1]。老年群体作为糖尿病的主要发病对象，往往因自我管理能力和遵医行为较差，导致血糖调控不理想^[2]。因此，对老年糖尿病患者进行健康教育，提高其健康意识和自我管理能力，对于控制血糖、预防并发症具有重要意义。

本文旨在分析健康教育在老年糖尿病患者护理中的实施效果，以为优化护理方案提供科学依据，现报道如下。

1 对象和方法

1.1 对象

本研究选择2023年7月至2024年7月我院公共卫生冠新系统管理的80例老年糖尿病患者作为研究对象，依照随机化原则分为参考组和实验组，每组40例。参考组中，男性22例，女性18例，年龄62~78岁，平均年龄(69.52±4.83)岁；病程3~15年，平均病程(8.52±3.24)年。实验组中，男性23例，女性17例，年龄61~79岁，平均年龄(60.61±4.74)岁；病程2~16年，平均病程(8.61±3.31)年。两组资料差异不大

($P>0.05$)。

1.2 方法

参考组接受常规护理,包括病情监测、饮食指导、药物治疗等。实验组在常规护理的基础上接受健康教育,具体方法如下:

(1) 成立健康教育小组:由经验丰富的护士、营养师、社区医师组成健康教育小组,负责制定健康教育计划、实施健康教育、评估教育效果。

(2) 制定个性化健康教育计划:根据患者的年龄、文化程度、病情等因素,制定个性化的健康教育计划。计划内容包括糖尿病基础知识、饮食管理、运动锻炼、药物治疗、血糖监测、并发症预防等方面。

(3) 开展健康教育活动:定期举办专题讲座,邀请内分泌科专业医师或营养师讲解糖尿病预防保健的相关知识,同时利用视频资料展示成功案例,增加教育的说服力和吸引力。设计图文并茂的健康手册,涵盖饮食指南、运动计划模板、药物服用记录表等实用工具,便于患者随时查阅和自我管理。利用冠新系统或专业APP推送定制化教育内容,如每日饮食建议、运动小贴士、血糖管理日记等,使健康教育融入患者的日常生活。此外,组织患者参与小组讨论或经验分享会,鼓励其交流心得体会,相互激励,形成积极向上的抗病氛围。针对患者普遍关心的热点问题,如药物种类及副作用、均衡饮食、有氧运动等,定期邀请专家进行线上或线下答疑,消除患者疑虑,增强其治疗信心。

(4) 建立健康档案:为了系统追踪患者的健康状况与教育成效,为患者建立了详尽的健康档案。档案内容不仅涵盖患者的基本信息,如年龄、性别、联系方式

等,还详细记录其病情进展、治疗历史、药物使用情况以及每次健康教育的具体内容。通过定期随访,如电话访问、家访或线上咨询,密切关注患者的病情变化,评估其健康教育的接受程度与实践效果。

(5) 家庭支持:积极与患者家属建立联系,通过举办家属教育会、发放宣传资料等形式,增强家属对糖尿病危害与治疗方法的认知。鼓励家属在日常生活中给予患者更多的情感支持与实际行动上的帮助,如共同制定健康饮食计划、陪伴患者进行适量运动等。家庭的支持与理解,对于患者树立战胜疾病的信心、坚持长期治疗具有不可替代的作用。

1.3 观察指标

(1) 遵医行为:采用电话回访形式评估患者的遵医行为,包括饮食调节、锻炼情况、药物服用、监测血糖四个方面。

(2) 血糖水平:干预前后分别测定患者的空腹血糖(FPG)、餐后2小时血糖(2hPG)、糖化血红蛋白(HbA1c)水平,评估血糖控制情况。

1.4 统计学分析

研究数据经SPSS23.0处理,采用 t 对连续变量进行统计,以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, $P<0.05$ 表示差异显著。

2 结果

2.1 对比两组的遵医行为

实验组的各项遵医行为评分均显著高于参考组($P<0.05$),详见表1:

2.2 对比两组干预前后的血糖水平

干预前,两组的血糖指标无明显差异($P>0.05$),干预后实验组的血糖水平显著更低($P<0.05$),详见表2:

表1 两组的遵医行为比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	饮食调节	锻炼情况	药物服用	监测血糖
实验组	40	16.73±1.43	17.69±1.08	17.09±2.11	18.23±1.52
参考组	40	15.62±1.42	16.88±1.10	14.99±2.75	16.52±1.64
t	-	3.484	3.323	3.832	4.837
P	-	0.001	0.001	0.001	0.001

表2 两组干预前后的血糖水平比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	FPG (mmol/L)		2hPG (mmol/L)		HbA1c (%)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
实验组	40	12.53±1.63	6.15±1.71	13.20±2.13	7.52±1.72	7.03±0.15	5.56±0.97
参考组	40	12.51±1.62	8.14±1.76	13.23±2.12	9.77±1.68	7.00±0.12	6.15±1.13
t	-	0.055	5.129	0.063	5.919	0.988	2.506
P	-	0.956	0.001	0.950	0.001	0.326	0.014

3 讨论

糖尿病是一种慢性的代谢异常疾病，其核心表现为血糖水平持续升高。这种长期的血糖升高状况，会大大增加患者罹患各种并发症的风险，包括但不限于心血管疾病、视网膜功能受损以及神经系统病变等，进而深刻影响患者的日常生活质量^[3]。老年糖尿病患者由于身体机能下降、认知功能减退，往往面临更大的管理挑战。若不进行适当的护理和干预，患者可能会出现血糖控制不佳、并发症频发等问题，进而增加住院率和死亡率^[4]。

在常规护理中，医护人员主要关注患者的病情变化、提供饮食指导和药物治疗，这些措施在一定程度上能够帮助患者控制血糖，但存在局限性^[5]。常规护理往往忽视了患者的个体差异和心理需求，缺乏对患者自我管理能力的培养，导致患者在日常生活中难以有效执行医嘱，遵医行为较差^[6]。针对这一现状，健康教育作为一种重要的护理手段，逐渐受到广泛关注。健康教育旨在通过一系列系统的教育和培训活动，深入提高患者对糖尿病这一慢性代谢性疾病的全面认识。它不仅关注患者对疾病基本知识的了解，更强调通过个性化健康教育计划的制定与实施，帮助患者掌握科学的自我管理技巧。专业的健康教育小组，确保了教育内容的准确性和实用性；开展专题讲座、小组讨论和经验分享会等活动，增强患者的参与感和互动性；同时，建立详尽的健康档案，以便持续追踪患者的健康状况与教育成效^[7]。此外，加强家庭支持也是健康教育不可或缺的一环，它有助于患者在日常生活中得到更多的情感与实际行动上的帮助^[8]。本研究结果显示，实验组的各项遵医行为评分均显著高于参考组，且血糖水平也得到了显著改善。这充分说明健康教育在老年糖尿病患者护理中的实施效果良好，能够显著提升患者的遵医行为，有效控制血糖。

综上所述，健康教育作为一种有效的护理手段，在老年糖尿病患者护理中发挥着重要作用，值得进一步

推广和应用。未来，还需进一步探索和完善健康教育的实施方式和方法，为老年糖尿病患者提供更加优质、高效的护理服务。

参考文献

- [1] 张琳,杨宁宁.健康教育护理路径对老年糖尿病患者的干预效果[J].中国城乡企业卫生,2022,37(08):11-13.
- [2] 付宗李.全程健康教育在老年高血压糖尿病患者护理中的效果[J].中西医结合心血管病电子杂志,2023,11(14):57-59+56.
- [3] 钱俊美.老年糖尿病患者护理管理中加强健康教育对遵医行为及护理满意度的改善作用探讨[J].名医,2022, (15): 114-116.
- [4] 邱燕云,陈晓梅,蒋颖慧.多维度健康教育管理对老年糖尿病患者知信行及血糖控制效果的影响[J].临床医学工程,2022,29(08):1161-1162.
- [5] 顾晓静,林陶平,黄柳英.老年高血压糖尿病患者护理中全程健康教育模式的应用方法与效果观察[J].心血管病防治知识,2022,12(22):57-59.
- [6] 谢临香.系统性健康教育对老年2型糖尿病患者的效果[J].中国城乡企业卫生,2024,39(08):64-66.
- [7] 朱良辰.系统化健康宣教干预在老年糖尿病患者护理中的应用效果[J].微量元素与健康研究,2022,39(01):90-91.
- [8] 刘妮娜,辛海滨.社区健康教育在老年糖尿病护理中的应用价值分析[J].糖尿病新世界,2023,26(19):138-141.

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