

饮食营养护理结合健康宣教对 2 型糖尿病患者的影响

王鑫, 吕长浩*, 杨海*

中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院干部病房 云南昆明

【摘要】目的 研究在 2 型糖尿病患者护理中应用饮食营养护理结合健康宣教起到的临床效果。**方法** 本次实验开始于 2021 年 10 月, 结束于 2022 年 10 月, 选取本院收治的 64 例 2 型糖尿病患者为观察对象, 将这 64 例患者随机分为对照组和观察组, 前者应用常规护理干预, 后者应用饮食营养护理结合健康宣教护理, 通过对两组患者基本资料分析来了解不同护理方式起到的护理效果。**结果** 综合多项研究表明, 观察组患者的生活质量评分高于对照组, 患者遵医行为高于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 在 2 型糖尿病患者护理中应用饮食营养以及健康宣教护理能够改善患者不良心理状态, 也能从其机体免疫力提升中降低多种并发症发生。

【关键词】 饮食营养护理; 健康宣教; 2 型糖尿病; 效果研究

【收稿日期】 2023 年 7 月 2 日 **【出刊日期】** 2023 年 8 月 10 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijmd.20230108

Effects of dietary nutrition nursing combined with health education on patients with type 2 diabetes

Xin Wang, Changhao Lv, Hai Yang**

The 920th Hospital of the PLA Joint Logistic Support Force, Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To study the clinical effect of dietary nutrition nursing combined with health education in the nursing of patients with type 2 diabetes. **Methods** The experiment began in October 2021 and ended in October 2022. 64 patients with type 2 diabetes admitted to our hospital were selected as observation objects, and the 64 patients were randomly divided into control group and observation group, the former with routine nursing intervention, the latter with diet nutrition nursing combined with health education and nursing. Through the analysis of the basic data of the two groups of patients, understand the nursing effect of different nursing methods. **Results** Multiple studies showed that the quality of life score and compliance behavior of patients in observation group were higher than those in control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The application of diet nutrition and health education nursing in the nursing of patients with type 2 diabetes can improve the adverse psychological state of patients, but also reduce the occurrence of various complications from the improvement of body immunity.

【Keywords】 Diet nutrition nursing; Health education; Type 2 diabetes mellitus; Effect study

前言

社会经济不断发展, 患有 2 型糖尿病的人数越来越多, 该疾病不但具有发病率高的特点, 也没有完全治愈的方式, 所以大部分患者患有该疾病时会产生多种不良情绪, 在不良情绪影响下其治疗依从性也会逐渐降低。2 型糖尿病病情变化快, 如果患者没有做好自身疾病的控制, 会由于其他并发症出现而威胁自身生命安全。基于此, 为了保障 2 型糖尿病患者生活质量, 应该从护理中提升其治疗依从性。以往对 2 型糖尿病患者实施的常规护理干预重

点放在了疾病护理中, 无法改善患者心理情绪, 所以存在一定的不足。而饮食营养以及健康宣教护理方式的应用, 不但能够让患者从合理饮食中实现血糖的控制, 也能从患者不良情绪消除中提升其治疗依从性, 因此值得在临床实践中应用。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本次研究随机选取 2021 年 10 月至 2022 年 10 月在本院收治 2 型糖尿病患者 64 例, 对照组和观察组各 32 例。对照组中的男性患者以及女性患者分别

*通讯作者: 吕长浩, 杨海

为 16 例、16 例, 患者年龄 36~78 岁, 平均年龄 (55.4 ± 2.3) 岁。观察组中的男性患者和女性患者分别为 15 例、17 例, 患者年龄 37~80 岁, 平均年龄在 (56.5 ± 4.6) 岁。两组患者通过检查均符合 2 型糖尿病疾病诊断标准, 患者自愿签署知情同意书, 也并无精神方面的疾病, 患者基本资料差异并无统计学意义 ($P > 0.05$), 本次实验具有可比性。

1.2 方法

对照组患者应用常规护理方式, 主要护理内容就是患者治疗中密切观察患者生命指标, 并做好患者血糖监测工作, 也要告知患者多种药物的使用方式以及注意禁忌。观察组患者应用饮食营养以及健康宣教护理方式, 主要护理内容有以下几点:

(1) 饮食营养

有相关的研究表明, 2 型糖尿病的发生与患者遗传因素、生活环境以及饮食习惯等有着较大的联系, 如果患者日常生活中饮食具有不合理性就会导致血糖不断升高。基于此, 为了实现 2 型糖尿病患者生活质量的保障, 首先应该做好患者的饮食营养护理。不同的患者身体状况以及疾病程度不同, 如果让患者使用统一的膳食食谱, 会导致部分患者饮食摄入量过多, 部分患者饮食摄入量不足。基于此, 护理人员应该根据患者的身体情况并结合相关的公式计算出患者每天需要摄入的每种营养元素剂量, 之后再制定膳食食谱。这样不但能够保障患者每天摄入的营养满足自身需求, 也能避免饮食不合理导致的血糖大幅度提升。其次, 在患者饮食中也可以适当地添加薏米、白术以及山药等中药材, 这些中药材具有祛湿、健脾的效果, 所以应用中也能起到控制疾病的辅助作用。如果患者血糖指数较高, 可以让患者多食用洋葱、胡萝卜以及黑木耳等具有较好降糖功效的食物, 当每日的糖分摄入得到严格控制时, 也能实现疾病的有效缓解。

(2) 健康宣教

在任何疾病治疗中, 心理因素起到的作用都是极大的。如果患者治疗过程中情绪较为消极会引起多种并发症的出现, 而当患者保持积极、向上的情绪时, 自身的机体免疫力会逐渐地提升, 以此能够提高疾病控制效果。针对这种情况, 在护理工作实施中, 护理人员首先应该了解患者疾病情况、家庭情况以及身体情况, 之后再与患者展开有针对性地交流, 交流中应该向患者讲解 2 型糖尿病疾病发展

规律以及控制方式, 由于患 2 型糖尿病的都是些中老年人, 所以为了提升知识宣教质量, 可以在讲解中使用图片和视频来进行辅助, 以此能够让患者直观地了解疾病控制的重要性, 也能从其认知性提升中提高其治疗依从性。

2 型糖尿病需要通过药物来进行控制, 一些患者认为药物的过量服用会对自身产生负面影响, 所以经常出现漏服药物、不服药物的情况。基于此, 护理人员应该充分向患者说明不同药物起到的作用和不按时服用药物对自身疾病控制带来的影响, 之后要在药盒上标记药物使用的剂量, 以此防止患者不合理用药行为出现。除此之外, 护理人员也可以为患者分发一些健康手册, 让患者在闲暇时间通过观看手册来提升自身的疾病认知性^[1-3]。

(3) 功能锻炼

功能锻炼是提升身体素质的重要途径之一, 因此在 2 型糖尿病患者护理中也应该根据患者身体情况为其制定功能锻炼方案。可以让患者在闲暇时间适当地散步, 或者做一些太极拳和八段锦运动, 锻炼完成后护理人员应该指导患者正确地进行肌肉放松, 以此避免意外状况发生。

1.3 观察指标

(1) 以两组患者护理后的生活质量评分为观察指标, 研究指标有生理状况、心理状况以及躯体状况等几种, 评分越高说明护理方式起到的效果越好。

(2) 以两组患者护理后治疗依从性为观察指标, 研究指标有科学用药、自我监测、合理饮食等几种, 评分越高说明护理方式起到的效果越好。

1.4 统计学处理

本次研究主要采用 SPSS20.0 作为统计学处理工具, 实验中的主要内容有计数资料和计量资料两种, 例数 (n) 和百分数 (%) 表示实验中的计数资料, 采用 χ^2 检验, “均数 ± 标准差” 表示计量资料, 通过 “t” 检验, 如果实验最后得出的数据 “ $P < 0.05$ ” 则说明差异存在统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理后生活质量评分对比

应用饮食营养结合健康宣教的观察组患者护理后生理状况、心理状况以及躯体状况等评分均高于对照组患者 ($P < 0.05$), 详情见表 1。

2.2 两组患者护理后治疗依从性对比

应用饮食营养结合健康宣教的观察组患者科学

用药、自我监测以及合理饮食等评分均高于对照组患者 ($P < 0.05$), 详情见表 2。

3 讨论

当前社会发展中, 随着人们饮食结构的改变, 患有糖尿病疾病的人数越来越多, 进而使得糖尿病已经成为威胁人类生命健康的三大疾病之一。在临床实践中可以根据患者空腹血糖以及疾病情况将疾

病分为 1 型糖尿病和 2 型糖尿病, 其中的 2 型糖尿病与患者遗传因素、生活习惯等有关, 患者患有该疾病之后体内会由于胰岛素缺乏而引起多种不良症状出现。

由于 2 型糖尿病疾病无法治愈, 所以为了降低该疾病对患者身体以及生活带来的影响, 就必须从护理中做好疾病控制^[4-6]。

表 1 两组患者护理后生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	生理状况	心理状况	躯体状况
对照组	32	69.15 ± 2.31	65.34 ± 3.97	70.16 ± 2.98
观察组	32	80.13 ± 59.14	85.15 ± 2.37	89.39 ± 3.17
t 值		10.987	10.245	10.584
P 值				<0.05

表 2 两组患者护理后治疗依从性对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	科学用药	自我监测	合理饮食
对照组	32	5.36 ± 2.14	4.16 ± 0.14	5.31 ± 1.98
观察组	32	16.34 ± 2.91	18.14 ± 2.13	17.34 ± 1.75
t 值		10.971	10.037	10.021
P 值		<0.05	<0.05	<0.05

以往 2 型糖尿病患者实施的常规护理工作虽然能够改善患者身体不适感, 但并不能提升患者治疗依从性, 因此在出院之后没有监督的情况下就会导致疾病再度严重。而饮食营养护理的应用能够通过合理控制患者饮食来使病人的血糖、血脂接近正常的范围, 能够较大程度地降低并发症发生。健康宣教护理方式的应用能够让患者清晰地了解疾病控制方式、药物使用方式、控制重要性等, 当患者对自身疾病有着正确了解时, 就不会产生恐惧心理, 也能树立起他们战胜疾病的信心^[7-11]。由于 2 型糖尿病是一种慢性疾病, 当患者能够做到合理饮食、科学用药时就能从疾病的有效控制中实现自身生活的改变。

综上所述, 在 2 型糖尿病患者护理中应用饮食营养以及健康宣教方式能够从患者治疗依从性提升中实现血糖的有效控制, 也能从护理质量保障中提升患者生活质量, 值得在临床实践中推广。

参考文献

[1] 缪小勤. 饮食护理结合健康宣教对糖尿病患者营养知识

认知、遵医行为及血糖的影响[J]. 糖尿病新世界, 2021, 24(11):91-94.

[2] 黄洁. 健康宣教结合饮食护理对社区 2 型糖尿病患者的影响研究[J]. 名医, 2019(08):193.

[3] 杨秀华. 健康宣教结合饮食护理对社区 2 型糖尿病患者的影响[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6(04): 150.

[4] 王云. 饮食营养护理结合健康宣教对社区 2 型糖尿病患者的影响及满意度分析[J]. 2020.

[5] 王桂芝. 浅析饮食营养护理结合健康宣教对社区 2 型糖尿病患者的影响[J]. 2020.

[6] 王秋菊. 饮食护理结合健康宣教在社区 2 型糖尿病患者中的应用效果[J]. 中国科技期刊数据库 医药, 2022(2):4.

[7] 向萍. 饮食护理结合健康宣教在社区 2 型糖尿病患者中的应用效果[J]. 饮食保健 2020 年 52 期, 269 页, 2021.

[8] 杨阳. 饮食护理结合健康宣教在社区 2 型糖尿病患者中的应用[J]. 医学信息, 2019, 32(S2):2.

[9] 王庆芬, 宣凤华, 张蕾. 糖尿病护理中饮食护理结合健康

宣教对 2 型糖尿病患者的影响分析[J].糖尿病天地, 2019, 16(005):275-276.

[10] 张颖.健康教育结合饮食护理对 2 型糖尿病患者的影响[J].实用妇科内分泌杂志(电子版), 2020(009):007.

[11] 孔玉贤,王福花,杨春霞.饮食护理结合健康宣教对糖尿病患者营养知识认知,遵医行为及血糖的影响[J].国际护

理学杂志, 2019, 38(9):3.

版权声明: ©2023 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