

基于电子平台的延伸服务对超重、肥胖患儿进行个性化干预后 减重效果的研究

时春华, 李圆圆

太仓市第一人民医院 江苏太仓

【摘要】目的 论基于电子平台的延伸服务的个性化干预在超重、肥胖患儿中的应用。**方法** 随机选择在我院医治的儿科内分泌专科就诊及儿科病房住院患儿中符合超重以上标准的儿童病例 100 例, 按时间先后顺序分组, 其中 50 例采取常规护理(对照组), 另 50 例实施基于电子平台的延伸服务的个性化干预(干预组), 经观察对比, 得出结论。**结果** 对于各项数据的对比来说, 干预组护理方法的各项数据更加有优势, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。护理之后干预组患者干预后体成分各指标, 干预后其他体成分指标明显优于对照组, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。**结论** 使用本研究方法进行护理, 不仅对内脏减脂、减肥、腰臀围有很好的效果, 而且这种方法安全、简单、易于实施, 值得临床推广应用。

【关键词】 个性化干预; 肥胖; 超重

【收稿日期】 2022 年 9 月 16 日 **【出刊日期】** 2023 年 1 月 31 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20230036

Study on the effect of weight loss after personalized intervention of overweight and obese children based on electronic platform extension service

Chunhua Shi, Yuanyuan Li

The First People's Hospital of Taicang City, Taicang Jiangsu

【Abstract】 Objective: To discuss the application of personalized intervention of extended service based on electronic platform in overweight and obese children. **Methods:** 100 cases of children who met the criteria of overweight or above in pediatric endocrinology specialty and pediatric ward treated in our hospital were randomly selected and grouped in chronological order, of which 50 cases were treated with routine nursing (control group) and the other 50 cases were treated with personalized intervention based on extended service based on electronic platform (intervention group). After observation and comparison, a conclusion was drawn. **Results:** for the comparison of various data, the data of nursing methods in the intervention group were more advantageous, and the difference was statistically significant ($P < 0.05$). After nursing, the indexes of body composition and other body composition indexes in the intervention group were significantly better than those in the control group ($P < 0.05$). **Conclusion:** using this research method for nursing, not only has a good effect on visceral fat reduction, weight loss and waist hip circumference, but also this method is safe, simple and easy to implement, which is worthy of clinical application.

【Keywords】 Personalized Intervention; Obesity; Overweight

儿童和青少年超重和肥胖现已成为影响人类健康的严重问题。儿童期肥胖不仅影响其正常生长发育, 而且与成年期多种疾病的发生发展密切相关^[1-2]。本研究采用基于电子平台的延伸服务的个性化干预, 分析在超重、肥胖患儿中的应用及影响, 旨在提高临床效果, 经观察后临床效果满意, 报告如下。

1 资料及方法

1.1 一般资料

我们随机选取我院 2020 年 8 月-2021 年 8 月收治的儿科内分泌专科就诊及儿科病房住院患儿中符合超重以上标准的儿童病例 100 例。用时间先后顺序分组, 分为对照组: 年龄 4-14 岁, 平均为 (6.16±1.86) 岁,

共 50 例; 干预组: 年龄 4~14 岁, 平均为 (6.60±1.66) 岁, 共 50 例。

纳入标准: ①4-14 岁儿童; ②身高标准体重法判定为超重, 依据中国营养学会标准判定; ③可以获得很好的家庭支持; ④自愿参加这项研究。

排除标准: ①无法合作的精神或智力障碍人士; ②严重的内外科并发症和并发症; ③不愿继续这项研究的孩子; ④有明显原因的肥胖儿童。基本资料差异无统计学意义 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组: 给予常规护理。①创建患者的医疗卫生记录, 包含个人的基本信息, 询问超重或肥胖史、积极治疗原发性疾病、初步评估能量摄入和消耗情况及心肺功能、了解患者减重目的、意愿、紧迫性、进餐规律性、作息规律性、个人自律性、个人可自由支配时间等相关信息、了解患者一般情况。是否合并 2 型糖尿病及其慢性并发症 (视网膜病变等)、高血压、心血管疾病、代谢相关脂肪性肝病、慢性肾脏病、多囊卵巢综合征、不孕不育、睡眠呼吸暂停综合征、骨关节炎、高尿酸血症及痛风、肝硬化、胆囊疾病、甲状腺疾病、结直肠癌等疾病。; ②将患者的化验数据 (包括血压、血常规、尿常规、血糖 (空腹及餐后)、糖化血红蛋白、糖耐量试验、胰岛素释放试验、C 肽释放试验、血脂: 甘油、胆固醇、低密度脂蛋白胆固醇和高密度脂蛋白胆固醇、肝功能、肾功能 (血尿酸), 以及肝脏 B 超等。必要时加测促甲状腺激素、甲状腺功能、皮质醇、性激素、维生素、微量元素、脂肪酸 ($\omega-6$ 与 $\omega-3$ 脂肪酸比例) 及炎症指标、超重或肥胖相关基因、肠道菌群、骨代谢指标及骨密度等) 纳入健康管理档案, 对患者过去的运动、生活方式、体育锻炼程度进行评估; ③制定适合于不同患者的卫生教育指南。定期进行相关的保健知识和保健知识的预防和介入; ④指导患者增加适当的锻炼。根据自己的体质, 可以选择跳绳等高消耗体力的运动。制定一周的饮食计划。运动形式记录在健康档案中: 根据患者反映的问题, 制定相应的纠正目标。改进患者的日常生活和作息: 分析患者在康复期间的日常饮食。定期的电话访问, 为患者提供相应的服务要求。每月测量患者的体重、及体脂率, 了解患者有没有执行指导计划, 并根据患者的情况进行评估, 制定相应的健康管理计划。

干预组: 在对照组的基础上实施基于电子平台的延伸服务的个性化干预, 方法同下:

①建立健康体重管理团队。管理团队由儿科内分泌专家、经验丰富的儿科护士、营养、糖尿病专科小组成员的组成。关注个体病例的长期照护, 利用电子平台开展个性化营养饮食计划, 在适当结合运动指导的基础上制定和实施健康教育指导方案。在干预之前, 管理团队的所有成员都接受了统一的培训, 并对团队成员进行了系统的培训, 内容包括了解超重和肥胖的相关知识, 了解减肥的相关知识。培训后进行考核, 确保团队成员能够以正确的减肥计划执行咨询服务。

②培训群里的所有成员。每个视频都有具体的话题, 比如肥胖判断、肥胖现状、肥胖对身体造成的持续伤害、如何减肥、减肥误区、健康饮食、健康心理等。提前预告视频内容, 在群内定时播放视频, 主要负责人在视频播放时在线, 并在视频播放后接收有关每个人观看的反馈, 鼓励每个人提出问题, 培训者回答一些常见问题。

③个体线上咨询。视个人实际情况而定列出一个阶段的减肥计划, 该计划包括饮食调整 (每餐饮食的类型和数量) 和适合孩子的运动类型和数量, 鼓励孩子和家长跟进实施, 并在每个阶段给予反馈, 然后, 根据各个阶段的反馈结果进行调整, 达到健康减肥的目的。在此过程中不仅要注意调整身体状况, 更要注意调整精神状态, 获得减肥的信心, 在达到效果及时给予鼓励, 及时了解他们的心理变化, 建立自信心。

④家庭社会支持。参与研究的儿童的主要家庭成员必须一起参与, 鼓励父母建立健康的生活方式, 共同改变生活方式, 儿童的自我管理能力低下, 家长必须参与实施和确保最大限度的保障措施, 然后让孩子感受到父母对本研究的重视, 主动配合。父母可以通知他们的邻居和朋友他们的孩子正在减肥, 不要笑或诱惑患儿, 尤其是小伙伴的支持和鼓励, 可以给孩子精神上的支持。

1.3 效果标准

观察两组干预后体成分各指标情况。包括体重、BMI、腰围、臀围、腰臀比、体脂肪、体脂百分数、腹部脂肪比率。

观察两组干预后其他体成分指标情况。包括水分含量、蛋白质、无机盐、肌肉重量。

1.4 统计学方法

相关数据统计使用 SPSS24.0 软件分析数据, 以 t 检验干预后体成分各指标、其他体成分指标等计量资料。 $P<0.05$ 为有统计学意义。

2 结果

2.1 两组干预后体成分各指标对比

两组 50 例患者, 护理后, 两组数据有明显差异, 对照组体重、BMI 为 (88.78±18.50) kg、(31.49±4.39) kg/m², 干预组体重、BMI 为 (80.30±16.40) kg、(28.29±4.87) kg/m², 数据差异有统计学意义 ($t=2.425$, $P=0.017$; $t=3.451$, $P=0.000$, $P<0.05$)。对照组腰围为 (101.59±12.55) cm, 干预组腰围为 (94.91±12.78) cm, 数据差异有统计学意义 ($t=2.637$, $P=0.009$, $P<0.05$)。

对照组臀围、体脂肪为 (107.19±9.22) cm、(29.73±8.79) kg, 干预组臀围、体脂肪为 (102.56±8.55) cm、(23.72±8.63) kg, 数据差异有统计学意义 ($t=2.603$, $P=0.010$; $t=3.449$, $P=0.000$, $P<0.05$)。对照组体脂百分数为 (33.54±5.21), 干预组体脂百分数为 (29.68±6.50), 数据差异有统计学意义 ($t=3.276$, $P=0.001$, $P<0.05$)。

2.2 两组干预后其他体成分指标对比

两组 50 例患者, 护理后, 两组数据有明显差异, 对照组水分含量、蛋白质为 (42.72±8.71) kg、(11.91±2.96) kg, 干预组水分含量、蛋白质为 (41.29±8.10) kg、(11.41±2.98) kg, 数据差异无统计学意义 ($t=0.850$, $P=0.397$; $t=0.841$, $P=0.402$, $P>0.05$)。对照组无机盐、肌肉重量为 (3.26±0.66) kg、(53.78±11.42) kg, 干预组无机盐、肌肉重量为 (3.37±0.31) kg、(52.21±11.44) kg, 数据差异无统计学意义 ($t=1.066$, $P=0.288$; $t=0.686$, $P=0.493$, $P>0.05$)。

3 讨论

肥胖会损害生理、生物化学、能量代谢和神经体温调节, 这对于人们的健康是非常不利的。盖奇等研究人员发现, 通常, 肥胖死亡率显著高于正常情况 (约 1 至 2 次)。近年来随着居民生活水平的提高, 肥胖指标由于缺乏饮食和体育锻炼而急剧增加, 儿童发展最快。肥胖对儿童产生了严重的影响, 它不仅会刺激精神压力, 还会影响儿童的正常生长发育。

儿童青少年肥胖的病因尚不完全清楚, 大多数学者认为肥胖是遗传和环境因素共同作用的结果。因此, 需要对儿童和父母进行儿童肥胖风险的健康教育和有效干预, 包括生活方式、饮食、运动、心理干预等方面, 还有对减肥的误区等^[3-5]。非常有必要根据个体差

异建立个体档案并采取个体化措施 (饮食、运动, 电子平台教学方法已应用于临床和延伸护理的多个领域, 尤其是术后教育等, 到目前为止, 已经取得了一些经验和成果^[6-7])。本研究使用不同的护理方式对比数据, 得出结论。结果显示, 干预组患者干预后体成分各指标、干预后其他体成分指标明显优于对照组, 两组间数据对比有显著差异 ($P<0.05$), 表明干预组使用基于电子平台的延伸服务的个性化干预的效果优于对照组。

总之, 使用本研究方法进行护理, 不仅对内脏减脂、减肥、腰臀围有很好的效果, 而且这种方法安全、简单、易于实施, 因此它具有重要的推广价值和临床应用价值。

参考文献

- [1] 刘芳,傅庆媛,徐金刚.微信平台进行健康指导对超重肥胖患者减重成效研究[J].世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊),2020,020(090):356-357.
- [2] 陈红洁,高键.个体化营养干预对内脏脂肪型肥胖患者减重效果的研究[J].中国现代医生,2020,058(008):91-94.
- [3] 万海林,郑敏华,郭云萍,冯海英.NICE 减重管理模式对超重及肥胖人群体重及相关指标的管理效果[J].中华全科医学,2022,020(004):643-647.
- [4] 李爱华,王晓静,董欢.间歇性断食联合多元化管理模式对超重及肥胖人群减重效果的研究[J].北京医学,2021,043(003):203-206,210.
- [5] 李宇婷,陈志,万亨,李晨钟,符霞军,沈洁.个体化营养指导对单纯性肥胖患者减重及体重维持效果的初步研究[J].中华糖尿病杂志,2020,012(007):486-490.
- [6] 赖亚南,焦亚婷.基于微信平台的延伸性护理干预在类风湿性关节炎患者中的应用效果分析[J].黑龙江医学,2021,045(020):2174-2176.
- [7] 高丽丽.医患微信平台在类风湿性关节炎患者延伸护理中的应用效果分析[J].中国药物与临床,2020,020(023):4034-4036.

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