

## 循证护理对老年 2 型糖尿病患者血糖指标的效果

章 琴

铜陵市第五人民医院 安徽铜陵

**【摘要】目的** 研究对老年 2 型糖尿病患者实施循证护理方案, 观察老年 2 型糖尿病患者血糖指标护理效果。**方法** 按照研究排除纳入要求选取本院 2020 年 1 月-2021 年 1 月期间收治的老年 2 型糖尿病患者 100 例作为研究对象, 根据护理模式的差异分为对照组 (50 例患者实施常规护理), 研究组 (50 例患者在常规护理的基础上实施循证护理干预)。比较两组老年 2 型糖尿病患者空腹血糖 (FPG)、餐后 2h 血糖 (2hPG) 及糖化血红蛋白 (HbA1c) 改善情况。并分析两组患者经不同模式护理后的生活质量情况。**结果** 对照组与研究组两组患者护理后的 FPG、2hPG 及 HbA1c 水平相比两组患者护理前均明显降低, 其中观察组患者护理后的改善情况显著优于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。观察组患者生活质量平均得分明显高于对照组生活质量平均分, 差距明显具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。**结论** 对老年 2 型糖尿病患者采用循证护理模式的护理效果显著, 能够有效改善 2 型老年糖尿病患者的血糖水平, 并使其血糖水平得到长期的有效控制。这不仅提高了患者的生命安全, 减少了质量缺陷、提高了护理水平, 具有较强的应用价值, 值得临床推广和进一步研究。

**【关键词】** 循证护理; 老年 2 型糖尿病患者; 血糖指标

### Effect of evidence-based nursing on blood glucose indexes in elderly patients with type 2 diabetes mellitus

Qin Zhang

Tongling Fifth People's Hospital, Tongling, Anhui

**【Abstract】Objective** To study the implementation of evidence-based nursing program for elderly patients with type 2 diabetes and observe the nursing effect of blood glucose indicators in elderly patients with type 2 diabetes. **Methods** in accordance with the requirements for excluding into selection in our hospital during January 2020-January 2021 elderly patients with type 2 diabetes treated 100 cases as the research object, according to the differences of the nursing mode is divided into control group (50 patients implement routine nursing), group (50 cases on the basis of conventional nursing implementation of evidence-based nursing intervention). The improvement of fasting blood glucose (FPG), 2 h postprandial blood glucose (2hPG) and glycosylated hemoglobin (HbA1c) in elderly type 2 diabetic patients was compared between the two groups. The quality of life of two groups of patients after different nursing mode was analyzed. **Results** The levels of FPG, 2hPG and HbA1c in the control group and the research group after nursing were significantly lower than those before nursing, and the improvement of observation group after nursing was significantly better than that in the control group, with statistical significance ( $P < 0.05$ ). The average score of quality of life in the observation group was significantly higher than that in the control group, with statistically significant difference ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Evidence-based nursing mode has significant nursing effect on elderly patients with type 2 diabetes, which can effectively improve the blood glucose level of elderly patients with type 2 diabetes and effectively control their blood glucose level for a long time. This not only improves the patient's life safety, reduces the quality defect, improves the nursing level, has a strong application value, worthy of clinical promotion and further research.

**【Keywords】** Evidence-based nursing; Elderly patients with type 2 diabetes; Blood sugar

随着我国老龄化的不断加剧,老年 2 型糖尿病的患者数量也急速上升。老年 2 型糖尿病属于一种临床中比较常见的糖尿病类型,尤其身材肥胖的老年人更容易患病,多数患者起病隐匿,初期症状不明显,出现并发症后做检查才会发现病情。这种疾病会严重影响着人体的血糖浓度,稍有不慎就会损坏其他的细胞组织甚至人体神经,造成不可挽回的结果<sup>[1]</sup>。因此本次研究针对我院治疗的 100 名老年 2 型糖尿病患者,探讨循证护理对老年 2 型糖尿病患者血糖指标的效果,现总结如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

选取 2020 年 1 月-2021 年 1 月在我院治疗的老年 2 型糖尿病患者 100 例,随机分为两组,分别是对照组和观察组,每组各 50 例,对照组男 25 例,女 25 例;年龄 70~82 岁,平均年龄(76.31±2.01)岁;观察组男 30 例,女 20 例;年龄 70~80 岁,平均年龄(75.22±4.76)岁。患者和家属均签字同意,已经经过医院伦理会批准。两组在一般资料比较中,结果均无统计学差异, $P>0.05$ ,具有可比性。

### 1.2 方法

对照组患者实施常规护理,研究组患者在常规护理的基础上实施循证护理,具体如下:

#### (1) 饮食指导

限制食盐、糖的摄入,每日食盐摄入量 $<5\text{g}$ 为宜,每日主食可供选择的有高粱米、玉米渣、荞麦面、燕麦片、各种挂面、通心粉、大米、小米,尽量少吃肉类;禁吸烟、饮酒,忌辛辣食物。

#### (2) 生活习惯

养成良好的生活习惯,起居有规律,保证充足睡眠,不能操劳、过度兴奋、激动,注意劳逸结合,做适当的健身运动,要培养宽容的态度,不要輕易发怒,要克服对立情绪,宽以待人。健康教育让老年糖尿病患者了解糖尿病知识,调整、合理管理心态,既不要紧张害怕,也不要过度放松。

#### (3) 运动治疗

体育锻炼也是治疗糖尿病的一项重要措施,但一定要适量,因人而异。每天都要有一定量的运动,餐后半小时后即可开始运动,但不宜过量,体育锻炼不能从事剧烈的运动,标准以微汗即可。

#### (4) 心理护理

让患者了解糖尿病的发生、发展、预后及防治,强调饮食、药物及运动疗法治疗的重要性的和高血压的一般知识教育,向患者说明负性心理对高血压、糖尿病不利影响,以及正性心理对调动机体免疫力的作用,采用心理疏导和正面鼓励的方法,调动患者的正性心理,耐心解答他们提出的问题,使其在心理上认同治疗、配合治疗,早日康复。

### (5) 血糖监测

老年患者可以自测,也可以在医院监测,监测血糖可以评价血糖降糖目标,同时可以帮助医生调整治疗方案。

### 1.3 观察指标

(1) 观察两组患者护理后的血糖控制达标率。空腹血糖正常值 3.9-6.0mmol/L,餐后 2 小时血糖(2h PG) $<7.7\text{mmol/L}$ ,糖化血红蛋白(HbA1c)一般要求在 6%-6.5%左右。

(2) 患者生活质量评定采取以躯体功能、心理状态、生活水平以及社会活动为主的生活质量综合评定表,患者的生活质量水平与评分成正比,评分越高说明患者的生活质量越好。

### 1.4 统计学方法

采用 SPSS 21.0 统计学软件进行数据分析。计数资料采用(%)表示,进行 $\chi^2$ 检验, $P<0.05$ 为差异具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 比较分析两组患者护理后的血糖指标。

本次研究发现,对照组护理前 HbA1c 水平为(11.22±3.60),观察组护理前 HbA1c 水平为(11.31±2.95);( $t=0.114$ , $P=0.909$ )。对照组护理前 2hPG 为(15.19±3.38),观察组护理前 2hPG 为(15.97±3.52);( $t=0.946$ , $P=0.348$ )。对照组护理前 FPG 水平为(12.73±3.62);观察组护理前 FPG 为(12.81±3.69);( $t=0.092$ , $P=0.927$ )。对照组护理后 HbA1c 水平为(8.36±1.34),观察组护理后 HbA1c 水平为(7.73±1.12);( $t=2.134$ , $P=0.036$ )。对照组护理后 2hPG 为(9.75±2.13),观察组护理后 2hPG 为(7.51±1.83);( $t=4.719$ , $P=0.000$ )。对照组护理后 FPG 水平为(7.90±2.21);观察组护理后 FPG 为(6.41±1.68);( $t=3.175$ , $P=0.002$ )。由实验结果可知,两组患者护理后的 FPG、2hPG 及 HbA1c 水平相比护理前均明显降低,其中观察组患

者护理后的改善情况显著优于对照组，差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

## 2.2 比较分析两组患者护理后的生活质量。

本次研究发现，对照组躯体功能评分为 ( $25.28 \pm 4.63$ )，观察组躯体功能评分为 ( $38.37 \pm 0.13$ )；( $t=9.873, P=0.000$ )。对照组心理状态评分为 ( $44.39 \pm 7.62$ )，观察组心理状态评分为 ( $52.79 \pm 4.12$ )，( $t=11.366, P=0.000$ )。对照组生活水平评分为 ( $33.69 \pm 1.97$ )，观察组生活水平评分为 ( $47.39 \pm 5.66$ )；( $t=5.697, P=0.000$ )。对照组社会功能评分为 ( $52.15 \pm 2.64$ )，观察组社会功能评分为 ( $63.17 \pm 0.23$ )；( $t=10.305, P=0.000$ )。由实验结果可知，观察组患者生活质量平均得分明显高于对照组生活质量平均分，差距明显具有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。

## 3 讨论

老年 2 型糖尿病往往有以下特点：第一，由于年龄比较大，发现糖尿病比较晚，血糖水平往往比较高。第二，对药物治疗的依从性比较差，有的时候会经常断药或者是私自停药。第三，胰腺功能衰减的较快，往往发现的时候，胰岛功能就已经很差了，这个时候在用药选择上应该要注意。第四，低血糖风险比较高，老年人对降糖药物的耐受性比较差，所以说低血糖的风险比较高，第五，容易合并其他基础疾病，比如合并肝病、肾病、心脏病或者是脑血管病<sup>[2]</sup>。

糖尿病患者通常发生在中老年，并且很多患者没有糖尿病病史，容易被大家所忽略，而病情发展到脱水阶段之后，有的患者还可能会出现偏瘫、昏迷等症状表现，有时候甚至会被误诊为脑血管系统疾病，并发症多死亡率高。2 型糖尿病一旦形成给患者的生命健康，会带来比较大的伤害，特别是当不被大家所重视的情况下，还可能会导致死亡发生。因此，对于 2 型糖尿病，大家务必要提高足够的认识，并早期在专业医生的指导下，选择合理有效的办法进行治疗。循证护理是通过科学验证过的最佳证据，来帮助护士做出临床决策，以达到促进病人

健康的目的<sup>[3]</sup>。本次研究选取 100 例在我院进行治疗的老年 2 型糖尿病患者，通过分析得出观察组患者护理后的血糖控制达标率均优于对照组患者，差异具有统计学意义 ( $p < 0.05$ )。

综上所述，循证护理对老年 2 型糖尿病患者的护理效果显著，能够很好的控制血糖指标，具有较强的应用价值，值得临床推广和进一步研究。

## 参考文献

- [1] 万利,张莉.循证护理对于老年 2 型糖尿病患者血糖水平稳定的控制作用[J].中国保健营养,2020,30(04):177-178.
- [2] 张晓宇.循证护理与常规护理对老年 2 型糖尿病患者的临床护理效果对比[J].全科口腔医学电子杂志,2022,17(05):685-686.
- [3] 甘菊萍.循证护理与常规护理对老年 2 型糖尿病患者的不同护理效果及满意度分析[J].现代养生,2021,23(19):42-75.

收稿日期：2022 年 7 月 12 日

出刊日期：2022 年 8 月 25 日

引用本文：章琴，循证护理对老年 2 型糖尿病患者血糖指标的效果[J]. 国际医药研究前沿, 2022, 6(3): 105-107

DOI: 10.12208/j.imrf.20220120

检索信息：RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

版权声明：©2022 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