

心理干预联合饮食护理对老年糖尿病外周神经病变患者的临床护理分析

杨莉, 王佳, 谭莹

宁夏医科大学总医院 老年与特需医学科 宁夏银川

【摘要】目的 探讨心理干预与饮食护理联合对老年糖尿病外周神经病变患者的临床护理效果。**方法** 筛选 100 例在我院接受治疗的老年糖尿病外周神经病变患者, 并随机分成两组: 对照组和研究组, 每组 50 例。对照组实施常规护理, 研究组则采用心理干预与饮食护理相结合的综合护理模式。对比和分析两组心理状态评分以及血糖水平。**结果** 研究组的 SAS (焦虑自评量表) 和 SDS (抑郁自评量表) 评分均显著较低, 且差异具有统计学意义 ($P<0.05$); 研究组的三项血糖指标也均低于对照组, 差异同样具有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 在针对老年糖尿病外周神经病变患者的护理中, 结合心理干预与饮食护理的综合方法不仅能有效优化其心理状态, 还能在血糖控制方面取得显著成效。

【关键词】 心理干预; 饮食护理; 老年糖尿病; 外周神经病变

【收稿日期】 2024 年 6 月 10 日 **【出刊日期】** 2024 年 7 月 15 日 **【DOI】** 10.12208/j.ijnr.20240158

Clinical nursing analysis of psychological intervention combined with diet nursing for elderly patients with diabetes peripheral neuropathy

Li Yang, Jia Wang, Ying Tan

Ningxia Medical University General Hospital Geriatrics and Special Needs Medicine Department Ningxia Yinchuan

【Abstract】 Objective To explore the clinical nursing effect of combined psychological intervention and dietary care in elderly patients with diabetic peripheral neuropathy. **Methods** 100 elderly patients with diabetic peripheral neuropathy treated in our hospital were selected and randomly divided into two groups: reference group (50 patients) and study group (50 patients). The reference group implemented routine nursing, and the research group adopted the comprehensive nursing model combining psychological intervention and dietary nursing. Comparison and analysis of psychological status scores and blood glucose levels in both groups. **Results** The SAS (anxiety self-rating Scale) and SDS (Depression self-rating Scale) were significantly lower and statistically significant ($P<0.05$); fasting blood glucose, 2 hours postprandial blood glucose and glycohemoglobin were also lower than the reference group; the difference was also statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** In the nursing of elderly patients with peripheral neuropathy, the comprehensive method of combining psychological intervention and dietary nursing can not only effectively optimize their psychological state, but also achieve remarkable results in blood glucose control.

【Keywords】 Psychological intervention; Dietary care; Senile diabetes; Peripheral neuropathy

随着老龄化趋势的加剧, 老年糖尿病及其并发症的患病率持续上升。其中, 糖尿病外周神经病变对患者生活质量构成了严重威胁^[1]。

因此, 临床护理亟需采取有效措施, 以减轻患者痛苦并提升生活质量。本研究通过心理干预联合饮食护理的方式, 对老年糖尿病外周神经病变患者进行临床护理, 旨在分析其在患者心理状态及血糖水平方面的应用效果。

1 对象和方法

1.1 对象

筛选 2023 年 3 月~2024 年 3 月在我院接受治疗的 100 例老年糖尿病外周神经病变患者, 并随机分成两组: 对照组 (50 例) 和研究组 (50 例)。对照组男性 29 例, 女性 21 例; 年龄 61~83 (71.85±4.15 岁); 病程 7~20 (12.41±0.43) 年。研究组男性 27 例, 女性 23 例; 年龄 62~85 (72.32±4.19) 岁; 病程 8~20 (12.39±0.45)

年。两组患者在一般资料上未见显著差异($P>0.05$), 本研究已获得我院伦理委员会的正式批准, 同时, 所有入组患者及其家属知情并同意参与此次研究。

1.2 方法

对对照组实施常规护理。包括患者的日常起居照顾、药物管理(如口服降糖药和胰岛素的使用指导)以及基本的医疗护理操作等。

研究组实施心理干预与饮食护理相结合的综合护理策略。

(1) 心理干预。①健康教育: 向患者及其家属普及及糖尿病相关知识, 包括病因、治疗、并发症的预防等。纠正患者对于糖尿病的错误观念, 让患者认识到治疗糖尿病的必要性。②情绪支持: 护理人员密切关注患者的情绪变化, 尤其是针对其因长期治疗、病情反复而产生的悲观消极、焦虑恐惧等负面情绪。鼓励患者表达内心的感受, 帮助患者建立积极的心理防御机制。鼓励患者家属积极参与其中, 为患者提供家庭支持和关爱, 增强患者的情感依托。③心理疏导: 针对患者的焦虑、恐惧等心理问题, 进行有针对性的心理疏导, 如放松训练、认知重建等。④沟通交流: 医护人员积极与患者沟通交流, 了解患者的需求和期望。尊重患者的意愿, 提高患者满意度。⑤行为干预: 嘱咐患者规律作息、规律作息, 养成良好的生活习惯。鼓励患者积极参与社交活动, 减轻孤独感, 提高生活质量。(2) 饮食护理。①饮食护理方案制定: 根据老年糖尿病患者的具体情况, 为每位患者制定个性化的饮食计划。重点控制总热量摄入, 确保摄入的热量与日常消耗保持平衡, 以满足患者的营养需求同时避免热量过剩。鼓励患者多食用富含膳食纤维的食物, 以降低血糖。限制高糖、高脂肪、高盐食

物的摄入, 如糖果、糕点、油炸食品等。鼓励患者适当摄入优质蛋白质, 以补充身体所需营养。②饮食指导与监督: 向患者及其家属普及糖尿病饮食知识, 包括食物的营养成分、热量计算、饮食搭配等, 提高患者的饮食管理能力。要求患者记录每日的饮食情况, 包括食物种类、摄入量、进食时间等, 以便医护人员评估患者的饮食执行情况, 并根据需要进行调整。③饮食护理效果评估: 通过定期测量患者的血糖水平、体重等指标, 评估饮食护理的效果。如果患者的血糖水平控制不佳或体重下降过快, 医护人员会及时调整饮食计划, 确保患者的营养需求和血糖控制达到最佳状态。

1.3 观察指标

在评估患者心理状态时, 采用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS)作为工具; 同时, 对患者的空腹血糖、餐后2小时血糖水平以及糖化血红蛋白进行监测。

1.4 统计学分析

收集到的数据, 使用 SPSS 22.0 软件进行统计分析。计量资料以 t 检验和 " $\bar{x} \pm s$ " 表示, 若 $P<0.05$, 则视为数据间存在统计学差异, 具有显著意义。

2 结果

2.1 比较两组患者心理状态

研究组的 SAS 和 SDS 评分均显著低于对照组, 这一差异在统计学上具有显著意义($P<0.05$), 具体数据如表 1 所示。

2.2 比较两组患者血糖水平

研究组的空腹血糖、餐后2小时血糖以及糖化血红蛋白水平均显著低于对照组, 这一差异在统计学上同样具有显著意义($P<0.05$), 详细数据见表 2。

表 1 两组患者的心理状态对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	SAS 评分	SDS 评分
研究组	50	44.35 ± 2.79	44.81 ± 1.43
对照组	50	56.83 ± 1.83	55.84 ± 1.41
t	-	26.448	38.837
P	-	0.001	0.001

表 2 两组患者的血糖水平对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2 小时血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)
研究组	50	6.02 ± 0.70	8.41 ± 1.03	6.10 ± 1.23
对照组	50	6.46 ± 0.89	9.82 ± 1.43	8.39 ± 1.83
t	-	2.748	5.657	7.344
P	-	0.007	0.001	0.001

3 讨论

老年糖尿病外周神经病变是糖尿病中常见且危害严重的并发症,其典型症状包括四肢末梢的疼痛、麻木及感觉异常,这些症状显著降低了患者的生活质量^[2]。随着病程的推进,外周神经病变的发生率也随之攀升,对老年糖尿病患者构成巨大挑战。若未能及时采取恰当的护理措施,患者的症状可能会加剧,生活质量进一步恶化,甚至可能引发糖尿病足、截肢等严重后果,给患者及其家庭带来沉重的经济和心理负担^[3]。

传统的常规护理方法对于老年糖尿病外周神经病变患者的治疗效果往往有限,这主要是因为传统的护理方法主要侧重于生理指标的监测和药物治疗,而未能全面满足患者的心理及饮食需求^[4]。事实上,患者的心理状态和饮食习惯对疾病的治疗和康复具有不可忽视的影响。心理干预在非药物治疗中占据重要地位,通过关注患者的心理状态,提供情绪支持、心理疏导等服务,从而减轻患者的抑郁、焦虑等负面情绪,提高其治疗信心和依从性^[5]。而饮食护理则针对患者的饮食需求,提供个性化的饮食计划,帮助患者建立健康的饮食习惯,控制血糖水平,从而减轻外周神经病变的症状^[6]。本研究结果显示,研究组在心理状态及血糖水平中均展现出了优于对照组的表现($P<0.05$)。这充分证明了心理干预在老年糖尿病外周神经病变患者的康复过程中具有关键作用,它不仅能激发患者的积极情绪,还有助于促进身体的整体恢复^[7]。经过饮食护理的干预,患者的饮食习惯得到了合理的调整,进而使其血糖水平得到了有效的管理和控制。饮食管理不仅有助于减轻外周神经病变的症状,还能够降低其他并发症的风险,提高患者的生活质量^[8]。这种联合护理模式不仅提高了患者的治疗效果和生活质量,同时也为患者减轻了经济压力,展现了其在临床实践中极高的应用价值和实用性^[9]。

综上所述,心理干预联合饮食护理作为一种创新的护理策略,在老年糖尿病外周神经病变患者的临床护理中表现出了显著的优势,因此,强烈推荐在临床实践中广泛采用这种联合护理模式,以提供更为优质、全面的护理服务。

参考文献

- [1] 陆小宁.饮食营养护理与健康教育联合对糖尿病患者遵医行为及心理状态干预价值[J].糖尿病新世界,2022,25(01):102-105.
- [2] 高丽佳.多样性护理模式在糖尿病护理中的有效性分析[J].中国冶金工业医学杂志,2024,41(03):271-272.
- [3] 蔡小珍.高血压合并糖尿病患者体检给予健康教育联合心理护理的临床价值[J].中国医药指南,2024,22(13):72-74.
- [4] 顾盟盟,王文娟,郝佼芝.一体化饮食护理模式对慢性心力衰竭合并 2 型糖尿病患者的影响[J].齐鲁护理杂志,2024,30(09):48-51.
- [5] 高丽佳.多样性护理模式在糖尿病护理中的有效性分析[J].中国冶金工业医学杂志,2024,41(03):271-272.
- [6] 胡姣姣,方媛,雷烨,等.以自我管理为导向的 5A 护理模式结合体验式饮食教育对老年糖尿病肾病患者自我护理行为及康复情况的影响[J].临床医学研究与实践,2024,9(15):149-152.
- [7] 邱虹.糖尿病伴高血压患者的日常饮食管理护理作用[J].中国医药指南,2024,22(11):147-149.
- [8] 田佩鑫.饮食护理在糖尿病合并冠心病患者康复护理中的应用[J].中华养生保健,2024,42(07):157-159+163.
- [9] 陈银峰,胡玥.ABC 情绪护理结合饮食护理在糖尿病并高血压患者中的应用价值研究[J].心血管病防治知识,2023,13(21):41-44.

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