

## 针对性护理干预对内分泌失调型肥胖患者预后的影响分析

季佳佳

绍兴市中心医院医共体柯桥分院 综合病区 浙江绍兴

**【摘要】目的** 为提高内分泌失调型肥胖患者的治疗依从性,改善生活质量,对针对性护理干预的应用效果作进一步探究,为临床提供参考依据。**方法** 以2022年1月-2023年1月为研究时间,并择取期间内在我院诊治的内分泌失调型肥胖患者中的100例作为临床研究目标,依照患者治疗时间顺序予以分组,实施常规护理干预的对照组(50例)、实施针对性护理干预的观察组(50例),根据研究数据对比临床护理效果(从患者治疗依从性、生活质量评分、护理满意度展开数据研究)。**结果** 统计研究表明,两组患者在采取不同的护理方法后,通过针对性护理干预的观察组患者治疗依从性、生活质量评分、护理满意度明显高于对照组,组间数据差异明显, $P < 0.05$ ,说明存在对比意义。**结论** 分析表明,针对性护理干预对内分泌失调型肥胖患者的治疗依从性有显著提升作用,改善患者生活质量,提高患者满意度,应用价值良好,对此护理方案建议推广应用。

**【关键词】** 针对性护理; 内分泌失调; 肥胖; 预后

**【收稿日期】** 2023年2月15日 **【出刊日期】** 2023年4月10日 DOI: 10.12208/j.jmmn.202300076

### Analysis of the effect of targeted nursing intervention on the prognosis of obese patients with endocrine disorders

Ji Jia Ji

General Ward, Keqiao Branch, Shaoxing Central Hospital, Shaoxing, Zhejiang, China

**【Abstract】 Objective** To improve the treatment compliance and quality of life of obese patients with endocrine disorders, further explore the application effect of targeted nursing intervention, and provide reference for clinical practice. **Methods** Taking January 2022 to January 2023 as the study time, and selecting 100 patients with endocrine dysfunctional obesity diagnosed and treated in our hospital during the period as the clinical research target, the patients were divided into two groups according to the treatment time sequence, the control group (50 cases) with routine nursing intervention and the observation group (50 cases) with targeted nursing intervention, Compare the clinical nursing effect according to the research data (carry out data research from patients' treatment compliance, quality of life score, and nursing satisfaction). **Results** The statistical study showed that the treatment compliance, quality of life score and nursing satisfaction of patients in the observation group were significantly higher than those in the control group through targeted nursing intervention after the two groups adopted different nursing methods. The data difference between the two groups was significant ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The analysis shows that targeted nursing intervention can significantly improve the treatment compliance of obese patients with endocrine disorders, improve the quality of life of patients, and improve the satisfaction of patients. The nursing effect is significant and the application value is good. It is recommended to promote the application of this nursing plan.

**【Key words】** Targeted nursing; Endocrine disorders; Obesity; prognosis

内分泌系统分泌各种激素,与神经系统一起调节人体代谢和生理功能<sup>[1]</sup>。正常各种激素是保持平衡的,由于各种原因打破这种平衡,导致内分泌失调,引起相应的临床表现,肥胖就是常见的一种<sup>[2-3]</sup>。由内分泌失调导致的肥胖最根本的治疗方法就是调理内分泌,

使其恢复正常,内分泌失调型肥胖患者在治疗期间要养成良好的规律的生活和饮食习惯,不可经常熬夜,保证充足的休息睡眠时间,适当进行运动锻炼,增强身体免疫能力,控制饮食,多吃新鲜蔬菜水果、高蛋白类的食物,要低热量、低脂肪饮食,多喝水,补充

身体所需的水分,这是一个漫长的治疗过程,在此过程中有效护理干预对提升患者治疗依从性,促进预后是非常有必要的。本文对100例内分泌失调型肥胖患者采用针对性护理干预与常规护理干预对照研究,对护理干预后患者的治疗依从性、生活质量评分、护理满意度作进一步对比分析,具体内容如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

研究筛选出共100例内分泌失调型肥胖患者为研究对象,都于2022年1月-2023年1月期间进入本院治疗,按接受治疗顺序平均分为对照组和观察组(每组各50例)。观察组患者男27例,女23例;患者年龄(19-50)岁,均值(23.76±3.83)岁;重度肥胖13(52.00%)、中度肥胖6(24.00%)、轻度肥胖6(24.00%);对照组患者男26例,女24例;患者年龄(20-51)岁,均值(24.58±3.61)岁;重度肥胖11(44.00%)、中度肥胖8(32.00%)、轻度肥胖6(24.00%)两组数据比较, $p>0.05$ ,具有可比性。所有入选患者都已明确知道研究过程并签署了知情同意书。排除标准:先天疾病;严重心脑血管疾病;肝肾等器官功能不足;严重精神障碍;语言障碍;妊娠及哺乳期妇女;不愿配合研究工作。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 对照组采用常规护理干预。

为患者普及疾病的诱发因素,指导患者正确自我管理,养成良好饮食习惯,多吃新鲜蔬果、高蛋白类食物,多喝水,补充身体所需水分。改掉不良生活习惯,注意多休息,保证充足睡眠,合理运动锻炼,增强体质<sup>[4]</sup>。

#### 1.2.2 观察组采用针对性护理干预。具体如下:

(1) 心理护理。患者因受疾病导致的肥胖困扰,生活质量下降,加上担心预后效果,心理压力,心理落差大,极易出现恐惧、焦虑、抑郁等心理问题,护理人员要对患者积极进行深入沟通交流,给予患者鼓励、倾听、安慰等心理疏导,调整患者心理状态,改善患者负性心理问题,增强治疗信心,提高治疗依从性。

(2) 健康教育。详细为患者及其家属讲解自身疾病的相关知识,发病原因、症状、治疗与护理方法以及其他相关注意事项,可以通过面对面讲解、播放宣传动画、发放知识手册,或组织患者参加知识宣传讲座,耐心回答患者提出的问题,直到患者可以完全理解,使患者充分了解自身疾病的相关知识及自我管理的方法,提高患者自我管理的能力,以及提高患者治

疗依从性。

(3) 饮食护理。内分泌失调引起的肥胖,一般是脂肪合成异常造成的,应严格控制患者的饮食,让患者了解饮食护理对疾病治疗的重要性,讲解饮食原则和相关注意事项<sup>[5-6]</sup>。为患者制定个性化饮食方案,控制进食量,遵循低热量、低脂肪的饮食原则,还要确保蛋白质的摄入,注意营养均衡。日常生活中应该合理饮食,可多食用红薯、玉米、高粱、西红柿、黄瓜、胡萝卜、瘦肉、南瓜、土豆等食物,既可以增强饱腹感,又有利于患者体重的控制,改善肥胖问题,多食用豆制品,可以调节激素水平,缓解内分泌失调引起的各种问题。多吃新鲜的低糖水果、蔬菜和其他富含粗纤维的食物,有助于胃肠蠕动,利于排泄畅通,避免发生便秘。不吃脂肪、甜食和油腻食物,减少热量和脂肪的摄入,以免造成脂肪堆积,长时间的健康饮食,可以改善患者身体内分泌状况。

(4) 运动锻炼。内分泌失调肥胖发生后,在日常生活中要适当进行有氧运动锻炼,并且要坚持,可以起到很好的减肥效果。如跳绳、游泳、散步、跑步、瑜伽、爬山等都是很好的运动,能加快体内血液循环,提高机体的新陈代谢,消耗体内脂肪,从一定程度上改善内分泌失调造成的肥胖,还可增强身体免疫能力。运动还能有改善患者的睡眠质量、减轻患者的精神压力等,对调整内分泌失调有良好的效果。但是在运动过程中需要注意保护好膝关节,以免因运动不当导致膝关节受损。

(5) 药物指导。如果饮食与运动干预都没有办法缓解因内分泌失调引起的肥胖,就需要在医生的指导下采取相应的调理内分泌的药物进行治疗。护理人员要指导患者正确用药,为患者讲解所用药物的作用疗效,各种药物的正确服用时间、服用剂量、服药禁忌证,两种药物间隔时间及相关注意事项等。

(6) 生活护理。建议患者养成良好的生活作息习惯,避免长期熬夜导致激素水平紊乱,引起内分泌失调,应养成良好的生活作息,做到早睡早起,保证充足睡眠时间以及良好的睡眠质量,促进激素水平恢复,辅助改善内分泌失调发胖的问题<sup>[7]</sup>。不良情绪中也可能引起内分泌失调,导致肥胖,应注意调节患者情绪,可通过听音乐等方式放松心情,缓解不良情绪。

### 1.3 观察指标

在本次研究的过程中,整合分析两组不同护理方案的效果,对两组患者的治疗依从性、生活质量评分、护理满意度进行对比,以此作为研究价值体现依据。

### 1.4 统计学方法

调研中所有数据资料均运用 SPSS23.0 系统实行专业分析, 当中计数数据运用 ( $\bar{\chi} \pm s, \%$ ) 代替, 两组差别比照运用  $t, \chi^2$  检测。若两组比照结果  $P < 0.05$ , 则

说明实验价值显现。

## 2 结果

### 2.1 两组患者生活质量比较 见表 1

表 1 两组患者生活质量比较 ( $\bar{\chi} \pm s$ , 分)

组别	例数	躯体功能	心理功能	社会功能	物质生活状态
观察组	50	88.16±5.21	86.25±5.17	86.36±5.75	69.87±4.79
对照组	50	71.50±3.13	72.43±3.69	71.53±3.20	57.32±3.37

### 2.2 两组患者治疗依从性比较

观察组 48 (96.00%), 对照组 37 (74.00%), 观察组明显更高,  $P < 0.05$ , 说明存在对比意义。

### 2.3 两组患者护理满意度比较

观察组 49 (98.00%), 对照组 40 (80.00%), 观察组明显更高,  $P < 0.05$ , 说明存在对比意义。

## 3 讨论

近年来, 随着社会经济的快速发展, 人们生活水平不断提高, 不良的生活方式、较大的生活压力等对人们的健康危害很大, 内分泌失调型肥胖患者的人数呈逐渐上升的趋势, 各种并发症也不断增加, 给人们的身体健康和生活质量带来较大的影响。内分泌系统中很多激素可以调节糖脂肪代谢循环, 内分泌系统受神经系统统一支配, 神经系统失控会导致内分泌功能紊乱, 脂肪合成增多, 出现肥胖相关症状<sup>[8]</sup>。内分泌失调型肥胖患者大多数存在不良的生活饮食习惯, 长期熬夜, 不规律的作息, 暴饮暴食, 生活压力过大等, 加上日常缺少运动, 生活质量较差, 影响了身体健康。针对性护理干预被广泛应用在临床护理中, 针对患者实际情况制定科学、有针对性的护理方案, 对促进患者康复, 提高生活质量有重要意义<sup>[9-10]</sup>。对内分泌失调型肥胖患者实施针对性护理干预, 通过给予患者有效的心理护理、健康教育、饮食护理、运动锻炼、药物指导、生活护理这些方面的针对患者自身的实际情况开展针对性护理干预指导, 纠正患者对自身疾病的错误认知, 积极主动配合治疗, 促进患者身体激素水平恢复, 改善内分泌失调发胖的问题, 提高患者依从性, 从而改善生活质量, 帮助患者恢复健康。

综上所述, 伴随着护理水平的不断发展与进步, 针对性护理干预对内分泌失调型肥胖患者的护理效果显著, 明显提升了患者的治疗依从性, 促进患者预后, 护理满意度更高, 充分展示了针对性护理干预的优缺点, 从本质上有效提高患者的生活质量, 对此建议推

广此项护理方案。

## 参考文献

- [1] 吕文, 杨雪玉, 张艳. 整体护理用于内分泌失调型肥胖患者的有效性分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (49) : 74.
- [2] 李浩. 综合护理干预对内分泌失调型肥胖患者减肥效果的影响探讨[J]. 家庭医药. 就医选药, 2020 (4) : 263.
- [3] 段慧英, 赵英. 整体护理用于内分泌失调型肥胖患者的临床效果及意义[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6 (11) : 122-123.
- [4] 杨开, 郭利华, 刘雅倩. 观察整体护理在内分泌失调型肥胖病人中的应用效果[J]. 饮食保健, 2020, 7 (3) : 124.
- [5] 李艳芳. 循证护理对内分泌失调型肥胖症患者情绪、治疗效果及体重指数的影响[J]. 健康女性, 2021 (13) : 294.
- [6] 王书茵, 杨媛媛, 王娜. 分析整体护理对内分泌失调型肥胖患者的临床意义及应用效果[J]. 医学食疗与健康, 2019 (13) : 133-134.
- [7] 马文婧, 岳凯. 内分泌失调型肥胖患者实施整体护理的效果和意义[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2020, 20 (88) : 320-321.
- [8] 谭玉燕, 关晖勇, 陈万般, 等. 整体护理在内分泌失调型肥胖患者减肥中的应用效果[J]. 中国当代医药, 2022, 29 (5) : 181-184.
- [9] 宋金玲, 杜健. 探讨整体护理在内分泌失调型肥胖患者护理中的应用价值[J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7 (A0) : 78.
- [10] 徐茜, 王蓉, 陈倩, 等. 人性化护理对内分泌失调型肥胖症患者体重的影响[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2021, 21 (16) : 365-366.

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。

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS