

## 疾控中心健康教育在慢性病防控工作中的应用

陈娟

天祝县疾病预防控制中心 甘肃武威

**【摘要】** 目的 探究疾控中心慢性病患者在接受护理时选择健康教育护理干预的效果,本文中以糖尿病为例,探讨分析慢性病患者的防控方法。方法 选择该院2019年4月至2020年6月作为研究时段录入该时段内数据库资料登记有效且资料完整的90名疾控中心慢性病患者作为研究对象,将患者进行随机两组均分,单组内设置45名疾控中心慢性病患者并按要求开展随机对照实验。对照组内患者采用常规护理方案,实验组内患者在入院后由护理人员给予患者个性化护理。结果 在本次实验结果中发现,实验组患者的各项血糖指标相较于对照组来说明显更优,数据进行对比分析,差异显著( $P < 0.05$ )。在本次研究结果中,两组患者均有不同程度的不良反应发生状况,实验组患者的发生率为6.67%,低于对照组的17.78%,两组数据对比分析差异显著且具有统计学意义( $P < 0.05$ )。结论 通过对疾控中心慢性病患者进行有效的健康教育护理干预,能够有助于控制患者的血糖值,并在一定程度上降低患者的糖尿病并发症发生率,可应用价值良好,值得进行进一步的推广。

**【关键词】** 健康教育护理干预; 慢性病; 自我管理; 血糖

### Application of CDC health education in chronic disease prevention and control

Juan Chen

Tianzhu County Center for Disease Control and Prevention, Wuwei, Gansu

**【Abstract】 Objective** To explore the effect of health education and nursing intervention for patients with chronic diseases in the Centers for Disease Control and Prevention when receiving nursing care. This paper takes diabetes as an example to discuss and analyze the prevention and control methods for patients with chronic diseases. **Methods** Select the hospital from April 2019 to June 2020 as the research period and enter 90 chronic disease patients with valid and complete data in the database of the CDC as the research objects, and the patients were randomly divided into two groups. 45 CDC patients with chronic diseases were set up in the group and randomised controlled experiments were carried out as required. The patients in the control group were given routine nursing programs, and the patients in the experimental group were given individualized care by the nursing staff after admission. **Results** In the results of this experiment, it was found that the blood glucose indicators of the experimental group were significantly better than those of the control group, and the data were compared and analyzed, and the difference was significant ( $P < 0.05$ ). In the results of this study, the two groups of patients have different degrees of adverse reactions. The incidence rate of patients in the experimental group is 6.67%, which is lower than 17.78% in the control group. The difference between the two groups is significant and statistically significant. ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Effective health education and nursing intervention for patients with chronic diseases in the CDC can help control the blood sugar level of patients, and reduce the incidence of diabetic complications in patients to a certain extent. It has good application value and is worthy of further research. promotion.

**【Keywords】** health education nursing intervention; chronic diseases; self-management; blood sugar

糖尿病在临床上较为常见,这种疾病的发生与多种因素密切相关<sup>[1]</sup>,疾控中心慢性病是临床上常见的糖尿病并发症<sup>[2-3]</sup>。在近年来英国的一项前瞻性糖尿病研究结果中显示做好患者的有效血糖控制,能够有效延缓疾控中心慢性病微量白蛋白期以及临床尿蛋白期的

进展,在外界因素的影响下,糖尿病患者的临床症状发生与发展可能会有一定的差异,而为了保障患者的康复,医务人员往往需要根据患者的病情做出进一步的护理方案优化<sup>[4]</sup>。在近年来的临床研究中发现,这种病症主要以老年人发病群体,所以医务人员在开展

老年人群的糖尿病慢性并发症的治疗时, 需要做好患者的多样性护理<sup>[5]</sup>, 这样才能使老年患者的病情得到快速痊愈。问题里面。对于患者的病情指导以及后续治疗工作的开展来说有十分良好的促进作用<sup>[6]</sup>。疾控中心健康教育项目是一种现代化的理论体系, 这一体系传承了 DTP 标准化和结构化较强的特点, 而这一体系针对中国人的特点, 根据患者的个体状况为患者设置了对应的课程。这一健康教育活动, 通过经过培训的教员为患者应用标准化的教案, 标准化的开展教学活动, 极大的提高了患者的教育及管理质量。健康教育模式是针对患者的治疗和心理需求, 考虑患者的文化背景和教育程度, 筛选重要健康教育内容, 有计划有等级的结构化模式教育。是以患者为中心, 以团队为基础, 以结构化课程为基础, 标准化的慢病管理模式。本次研究, 选择该院 2019 年 4 月至 2020 年 6 月作为研究时段录入该时段内数据库资料登记有效且资料完整的 90 名疾控中心慢性病患者作为研究对象, 探究疾控中心慢性病患者在接受护理时选择健康教育护理干预的效果分析其临床可用价值, 现将方法与结果整理如下。

## 1 一般资料

### 1.1 一般资料

将我院中收入的 90 例疾控中心慢性病患者的基本资料录入 Excel 表格中, 有系统对患者基本资料进行随机分组, 单组内随机挑选 45 名患者, 系统随机对患者命名为对照组与实验组。

对照组中患者的男女性别比为 23:22, 患者的年龄区间值为 55-82 岁, 患者年龄均值为  $(67.4 \pm 3.1)$  岁; 实验组中患者的男女性别比为 24:21, 患者的年龄区间值为 53-83 岁, 患者年龄均值为  $(66.7 \pm 4.0)$  岁。

患者住院后个体资料登记有效, 并将患者基本资料交由临床医疗统计学研究人员进行数据分析( $P > 0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组患者在进入门诊后选择常规护理方案, 实验组患者则选择健康教育护理干预。

在确认患者的基本资料后, 护理人员需要针对患者的学历、受教育程度、个体状况进行综合分析; 在确认患者的状况后, 护理人员需要进入社区开展健康宣教式健康教育, 通过讲座或者答疑的方式向患者讲解与糖尿病疾病的相关知识, 一方面使患者了解这种病症, 另一方面还需要告知患者在临床上这种病症的特点, 根据患者的年龄以及不同病症表现, 选择多样化的宣传与讲解方案, 可以将关于糖尿病疾病的常见

护理知识总结成册并发放给患者, 患者通过自主阅读的方式既可了解关于糖尿病的相关病情, 使患者能够更直观的了解高血糖的症状。具体检测血糖期间, 主要依据其病情控制监测频度。对于袖珍血糖计而言, 如可以正确操作, 则可对血糖水平进行准确反映, 但是如期间呈现出操作不合理情况, 例如针对需要将血液抹去血糖计, 呈现出计时不准确或者血量不足等情况后, 最终会呈现出结果误差现象。对此需要具有专门血糖监测教员, 对血糖仪正确使用进行指导。

护理人员需要定期在医院内举办相应的健康知识讲座, 通过讲座以及指导的方式, 让患者及患者家属了解关于高血糖病的各种保健知识, 合理的健康教育能够有助于防治各种高血糖病不良事件的发生。除此之外, 患者与其他患者之间应当建立病友群体互相交流康复经验, 这样一方面能够使患者的康复信心得到加强, 另一方面还能使患者的社会适应能力得到提升, 降低各种不良因素对患者造成的刺激。部分临床研究显示, 对于肥胖患者进行有效的体重控制, 有助于患者的血糖值控制在正常的水平, 所以医务人员提倡高血糖患者在日常生活中对体重变化的监测, 这也是对血糖进行有效控制的一种主要方式。通常情况来说, 减轻 5%~10% 左右的体重数值, 就有助于改善患者的血糖控制质量, 同时还能减少各种并发症的发生。

护理人员需要与患者和患者家属积极沟通, 做好患者的正面引导, 并要求患者掌握自身的血糖状况, 使患者充分了解血糖控制的重要性, 可以在家庭内部成立患者的血糖监管系统, 要求家属作为管理人员对患者进行管理, 并且对其中的各种问题作出相应的记录, 通过微信的方式汇报给护理人员, 定期对患者血糖进行监测, 以保证患者的治疗效果。在日常生活中, 护理人员需要通过微信或 QQ 等方式指导患者进行有效的运动锻炼。在对患者进行失眠控制时, 为了保障患者的睡眠质量, 指导患者每晚睡以前可以采用 35~45℃ 的温水泡脚。泡脚时需要尽量保证水面能够浸没患者的脚踝, 而在患者足部浸泡大约 10 分钟左右后, 采用柔软的毛巾将其擦干, 可以由患者自身或者患者家属对脚底涌泉穴进行按压, 按压时间通常设置在 5~10 分钟左右即可。在进行患者的失眠护理时, 还可以将耳穴压豆护理方式应用于其中, 选择患者耳廓上心、脑点、交感以及内分泌等主穴位将王不留行籽贴压于患者的耳穴上患者每日可按压 3~4 次, 按压时间控制在 2~3 分钟左右即可。

### 1.3 评价标准

在完成患者的护理后，对患者的糖尿病并发症进行全方位评价，确认两组患者对于护理工作的满意状况。

#### 1.4 数据分析

本次研究统计工作的开展选择软件 spss21.00 for Windows，由医务人员针对数据应用 T 值和卡方值进行检验，判断 P 值，P 值 < 0.05 则说明实验结果具有统计学意义，可进行参考。

## 2 结果

### 2.1 两组患者的血糖值对比

表 1 两组患者各项血糖指标对比

组别	时间	FBG (mmol/L)	2hPG (mmol/L)	HbA1c (%)
对照组 (n=45)	治疗前	7.41±1.68	13.62±2.74	7.82±1.14
	治疗后	6.99±1.51	9.82±1.68	6.63±1.75
实验组 (n=45)	治疗前	7.52±1.44	12.99±2.81	8.74±2.05
	治疗后	5.52±1.23	7.69±1.85	5.59±1.23

表 2 两组患者的并发症发生率对比

组别	神经功能病变	心脑血管风险	总发生率
实验组 (n=45)	1	2	6.67%
对照组 (n=45)	4	2	17.78%
$\chi^2$			9.3654
P			0.0000

## 3 讨论

随着近年来社会经济以及人们生活水平的不断提升<sup>[6]</sup>，人们对于自身健康的关注度有了明显的提升，而在开展医院的门诊护理时，医务人员所面临的挑战也更为艰巨。糖尿病不管是 2 型还是 1 型，都是无法治愈的，通常主要以控制病情发展以及防患危重的并发症为医治目标<sup>[7]</sup>。1 型糖尿病务必一生都需要注射胰岛素来对血糖进行调节，疾控中心慢性病如没有到确诊的地步，则能用日常的膳食以及合理的运动等措施促使血糖恢复正常状况。如已经患疾控中心慢性病的患者，此时生活形式则不会使病情发生变化，需要长时间服用药品进行控制血糖<sup>[8]</sup>。疾控中心慢性病患者在发病后的早期症状主要表现为肾功能障碍以及患者血压和尿蛋白等含量，脂肪明显增加，此时患者的血管可能会在一定程度上受到损伤，在对疾控中心慢性病患者进行康复治疗时，对于患者进行有效的综合护理是现代临床研究中的一个重点内容，并受到了现代医务人员的高度重视。在发病早期主要表现为肾小球滤过率明显增高，并且患者的肾脏功能会出现损伤，患者

在本次研究结果中显示两组患者在治疗前后血糖值均得到一定的改善，而实验组患者的血糖值指标相较于对照组来说明显更优，数据均对分析差异显著 (P < 0.05)。

### 2.2 两组患者的并发症发生率对比

在本次研究结果中，两组患者均有不同程度的不良反应发生状况，实验组患者的发生率为 6.67%，低于对照组的 17.78%，两组数据对比分析差异显著且具有统计学意义 (P < 0.05)。

的肾脏有明显的增大特点，而当患者的血糖值得到及时有效的控制后，这种改变就能够恢复至正常状态。对患者血糖进行控制能够有助于减少糖基化终产物的生成，同时减少糖基化产物，对患者肾脏功能产生的损伤。

健康教育模式为我国糖尿病管理模式提供了新的思路，课程中语言通俗易懂，工具形象直观，可依从性强，患者参与度高，不仅实现了糖尿病患者长期、优质、高效的管理，还提高了医患信任度。在与患者进行沟通时，能够快速了解患者的心之所想并给予患者有效的护理，这对于提高患者的护理质量来说极为重要<sup>[15]</sup>。快速康复护理在应用过程中能够有助于改善患者的临床症状，通过主动与患者进行沟通，能够使护理人员了解患者最真实的想法以及对护理工作的需求。同时快速康复护理，能够有助于为患者提供良好的娱乐活动和学习机会，患者也能够通过这类护理方式消除自身的恐惧和不安，而家属此时给予患者有效的支持和护理鼓励为其做好思想工作，能够改善患者对于疾病的认知度，使患者对于护理工作的配合度得

到提升。在本次研究结果中发现,相较于对照组来说,实验组患者的护理改善状况良好,患者的并发症发生率有明显差异,对照组为 17.78%,而实验组的为 6.67%。究其原因是由于在对患者进行护理时通过有效的护理干预使患者的治疗依从性得到提升,则能够使患者在接受治疗时更加配合的进行自我管理和用药。

总而言之,通过对疾控中心慢性病患者进行有效的健康教育护理干预,能够有助于控制患者的血糖值,并在一定程度上降低患者的糖尿病并发症发生率,可应用价值良好,值得进行进一步的推广。

### 参考文献

- [1] 王彦华,房萍,周丽丽,刘子勤. 个体化全程护理干预对糖尿病儿童血糖控制及生活质量的影响[J]. 中国社区医师, 2021,37(34):135-136.
- [2] 袁静. 糖尿病患者实施专科护理小组模式在控制血糖水平的临床价值分析[J]. 中国社区医师,2021,37(34):162-163.
- [3] 朱丽丽,王雨,袁春贺. 基于微信平台的健康教育在妊娠并发症中的研究进展[J]. 现代职业教育,2021,(50):98-99.
- [4] 孙继红,柳雪,杨美慧,王学海,徐树雷. 健康管理与健康教育在高血压和高血糖人群中的干预效果[J]. 承德医学院学报,2021,38(06):536-538.

- [5] 李梦宇. 优质护理对老年糖尿病合并高血压患者焦虑情绪及治疗依从性的影响[J]. 中国冶金工业医学杂志,2021,38(06):721.
- [6] 王梦妍,王蕾,陈英耀,方红,夏庆华,Russell L Rothman,徐望红. 健康素养和运动干预对社区 2 型糖尿病患者医疗不信任的影响研究[J]. 中国全科医学,,:1-8.
- [7] 陆慧. 提能力、促规范、建体系,新疆多角度加强基层糖尿病医防融合管理[J]. 中国社区医师,2021,37(33):5-6.
- [8] 黄旦珠,邓清丽,郑玉妹,陈小芳. 家庭氛围以及责任制健康教育护理对糖尿病患儿饮食控制的影响[J]. 中国社区医师,2021,37(33):181-182+186.

**收稿日期:** 2022 年 8 月 8 日

**出刊日期:** 2022 年 10 月 10 日

**引用本文:** 陈娟, 疾控中心健康教育在慢性病防控工作中的应用[J]. 当代护理, 2022, 3(8) :190-193.  
DOI: 10.12208/j.cn.20220380

**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**