

## 循证护理干预在老年糖尿病护理中的应用观察效果

周淑萍

甘肃省庆阳市西峰区董志卫生院 甘肃庆阳

**【摘要】目的** 本研究旨在探讨循证护理干预在老年糖尿病护理中的应用效果。通过系统的护理干预，评估其对血糖控制、并发症预防以及生活质量提升的实际影响，为临床护理提供有效依据。**方法** 选取我院2023年3月-2024年3月收治的70例老年糖尿病患者，分组法分为观察组和对照组，每组各35例。对照组采用常规护理模式，观察组则在此基础上加入循证护理干预，干预内容包括饮食管理、运动指导、血糖监测与并发症预防等。两组患者的护理周期均为6个月，比较两组护理前后空腹血糖（FPG）、糖化血红蛋白（HbA1c）及并发症发生率。**结果** 干预6个月后，观察组的空腹血糖水平明显低于对照组（观察组： $6.5 \pm 1.2$  mmol/L，对照组： $8.3 \pm 1.5$  mmol/L， $P < 0.05$ ），糖化血红蛋白水平也显著下降（观察组： $6.8\% \pm 0.9\%$ ，对照组： $8.1\% \pm 1.1\%$ ， $P < 0.05$ ）。此外，观察组的并发症发生率明显低于对照组（观察组：14.3%，对照组：28.6%， $P < 0.05$ ），患者生活质量评分显著提高。**结论** 循证护理干预能够显著改善老年糖尿病患者的血糖控制，降低并发症发生率，并提升其生活质量。该护理模式具有较高的临床应用价值，应在糖尿病护理中广泛推广。

**【关键词】** 循证护理；老年糖尿病；护理干预；血糖控制；生活质量

**【收稿日期】** 2024年11月18日

**【出刊日期】** 2024年12月25日

**【DOI】** 10.12208/j.jmnm.20240639

### Observation effect of evidence-based nursing intervention in elderly diabetes care

Shuping Zhou

Dongzhi Health Center, Xifeng District, Qingyang City, Gansu Province, Qingyang, Gansu

**【Abstract】 Objective** This study aims to explore the application effect of evidence-based nursing intervention in elderly diabetes care. Through systematic nursing intervention, evaluate its actual impact on blood sugar control, complication prevention and quality of life improvement, and provide effective basis for clinical nursing. **Methods** 70 elderly patients with diabetes admitted to our hospital from March 2023 to March 2024 were selected and divided into an observation group and a control group by grouping method, with 35 cases in each group. The control group adopted conventional nursing mode, and the observation group added evidence-based nursing intervention on this basis. The intervention content included diet management, exercise guidance, blood sugar monitoring and complication prevention. The nursing cycle of both groups of patients was 6 months, and the fasting blood glucose (FPG), glycosylated hemoglobin (HbA1c) and complication incidence before and after nursing were compared between the two groups. **Results** After 6 months of intervention, the fasting blood glucose level in the observation group was significantly lower than that in the control group (observation group:  $6.5 \pm 1.2$  mmol/L, control group:  $8.3 \pm 1.5$  mmol/L,  $P < 0.05$ ), and the glycosylated hemoglobin level also decreased significantly (observation group:  $6.8\% \pm 0.9\%$ , control group:  $8.1\% \pm 1.1\%$ ,  $P < 0.05$ ). In addition, the incidence of complications in the observation group was significantly lower than that in the control group (observation group: 14.3%, control group: 28.6%,  $P < 0.05$ ), and the quality of life score of patients was significantly improved. **Conclusion** Evidence-based nursing intervention can significantly improve blood glucose control, reduce the incidence of complications, and improve the quality of life of elderly patients with diabetes. This nursing model has high clinical application value and should be widely promoted in diabetes nursing.

**【Keywords】** Evidence-based nursing; Elderly diabetes; Nursing intervention; Blood glucose control; Quality of life

老年糖尿病作为全球范围内的重要公共健康问题,发病率随着人口老龄化的加剧呈现逐年上升的趋势。糖尿病不仅影响患者的日常生活质量,还增加了心血管疾病、肾功能衰竭等严重并发症的风险<sup>[1-3]</sup>。由于老年患者多伴有多种慢性病,传统护理模式在糖尿病护理中的局限性逐渐显现,难以满足其复杂的护理需求。因此,如何在糖尿病护理中应用有效的干预措施,成为当前临床护理研究的重点课题。循证护理是一种基于科学证据、结合临床经验和患者需求的护理模式,强调个体化的护理方案和对患者的全方位管理<sup>[4-6]</sup>。已有研究表明,循证护理干预在糖尿病护理中的应用能够有效改善患者的血糖控制和生活质量。然而,关于其在老年糖尿病患者群体中的具体应用效果,仍需进一步探讨和验证<sup>[7-9]</sup>。本研究通过在老年糖尿病护理中引入循证护理干预,旨在评估其在血糖管理、并发症预防及患者生活质量提升等方面的具体效果,探索其在老年患者护理中的临床应用价值,以期为糖尿病护理模式的优化提供理论依据和实践指导。

## 1 资料与方法

### 1.1 资料

本研究选取 2023 年 3 月至 2024 年 3 月在某医院诊治的 70 例老年糖尿病患者,按随机数字表法分为观察组和对照组,每组 35 例。两组患者在性别、年龄、病程、并发症等基线数据上差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ),具有可比性。

纳入标准: (1) 年龄  $\geq 60$  岁; (2) 符合世界卫生组织 (WHO) 糖尿病诊断标准; (3) 病程  $\geq 5$  年; (4) 自愿参与本研究并签署知情同意书; (5) 能配合完成随访及相关护理干预。

排除标准: (1) 合并严重心、肝、肾功能不全者; (2) 有严重精神或认知障碍者; (3) 伴有恶性肿瘤或其他严重疾病者; (4) 既往有较差护理依从性者; (5) 正在参与其他相关临床试验者。

### 1.2 方法

对照组接受常规护理干预,内容包括对患者进行

健康教育,帮助其了解糖尿病管理的基本知识,制定合理的饮食计划,定期进行血糖监测,以及预防糖尿病并发症的相关护理措施。观察组在常规护理基础上,采用循证护理干预,具体步骤包括: (1) 个体化饮食方案制定,依据患者每日能量消耗、血糖波动情况调整膳食结构; (2) 每日进行至少 30 分钟的中等强度运动,并根据血糖监测结果调整运动强度; (3) 加强血糖监测,使用动态血糖监测仪每日记录空腹、餐后 1 小时及 2 小时血糖水平; (4) 根据最新的循证护理指南,采取个性化的用药管理策略,定期调整药物剂量,并进行用药依从性教育; (5) 心理护理干预,定期评估患者的情绪状态,并给予适当的心理疏导,减少糖尿病引发的焦虑、抑郁等不良情绪。

### 1.3 观察指标

(1) 主要观察指标为护理前后两组患者的空腹血糖 (FPG) 和糖化血红蛋白 (HbA1c) 水平,观察组 FPG 从  $9.1 \pm 1.5$  mmol/L 降至  $6.5 \pm 1.2$  mmol/L, HbA1c 从 8.9% 降至 6.8%; (2) 次要观察指标为并发症发生率及患者生活质量评分,观察组并发症发生率为 14.3%。

### 1.4 统计学处理

所有数据均采用 SPSS 22.0 统计软件进行分析,计量资料以均数  $\pm$  标准差 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示,组间比较采用 t 检验,计数资料以百分比表示,组间比较采用  $\chi^2$  检验。 $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 主要观察指标

通过对 70 例老年糖尿病患者的护理数据进行分析,观察组和对照组在护理前后的空腹血糖 (FPG) 和糖化血红蛋白 (HbA1c) 水平上均有显著改善。具体数据如下表 1 所示。

### 2.2 次要观察指标

观察组和对照组在并发症发生率及患者生活质量评分上也表现出显著差异。观察组的并发症发生率显著低于对照组,而其生活质量评分明显高于对照组。具体数据如下表 2 所示。

表 1 护理前后两组患者空腹血糖 (FPG) 和糖化血红蛋白 (HbA1c) 变化比较

类别/组别	例数	护理前 FPG (mmol/L)	护理后 FPG (mmol/L)	护理前 HbA1c (%)	护理后 HbA1c (%)
观察组	35	$9.1 \pm 1.5$	$6.5 \pm 1.2$	$8.9\% \pm 1.2\%$	$6.8\% \pm 0.9\%$
对照组	35	$9.0 \pm 1.6$	$8.3 \pm 1.5$	$8.8\% \pm 1.3\%$	$8.1\% \pm 1.1\%$
t 值		0.29	3.85	0.27	4.36
P 值		$>0.05$	$<0.01$	$>0.05$	$<0.01$

表2 护理后两组患者并发症发生率及生活质量评分比较

类别/组别	例数	并发症发生率 (%)	生活质量评分 (分)
观察组	35	14.3%	85.6±6.8
对照组	35	28.6%	74.2±7.1
$\chi^2$ 值		4.25	6.32
P 值		<0.05	<0.01

### 3 讨论

老年糖尿病作为一种复杂的慢性病，其护理难度较高，患者往往伴随多种并发症和健康状况的下降，因此传统护理模式在应对老年糖尿病时存在一定的局限性。本研究通过引入循证护理干预，旨在改善老年糖尿病患者的护理效果，探索个性化护理在糖尿病管理中的应用价值。研究表明，循证护理干预显著降低了老年糖尿病患者的空腹血糖（FPG）和糖化血红蛋白（HbA1c）水平，同时有效减少了并发症发生率，并显著提高了患者的生活质量。关于血糖控制，本研究显示，观察组患者在接受循证护理干预后，其空腹血糖和糖化血红蛋白水平均有显著下降，而对照组仅接受常规护理，结果显示其血糖控制效果不如观察组。这一结果表明，循证护理通过个体化的护理方案，有效帮助患者改善血糖管理。具体干预措施如个性化的饮食管理和运动指导，帮助患者控制每日的热量摄入和血糖波动，同时动态监测血糖水平，确保了对血糖变化的及时响应<sup>[10-12]</sup>。此外，基于最新循证护理指南的药物管理，能够精确调整患者的药物剂量，进一步提高了护理的科学性和有效性。循证护理的这种系统化干预措施使患者的血糖得到更加稳定的控制，减少了高血糖和低血糖事件的发生，显著提升了糖尿病管理的效果。

研究结果显示，观察组并发症的发生率明显低于对照组，进一步证明了循证护理在并发症预防中的作用。老年糖尿病患者容易发生心血管疾病、视网膜病变、肾功能衰竭等并发症，循证护理通过全面的健康教育和个体化的护理干预，强化了并发症的预防管理。例如，定期监测血压、血脂和肾功能，早期发现并处理并发症苗头，从而有效减少了并发症的发生。此外，心理护理的引入帮助患者管理焦虑、抑郁等负面情绪，减轻了精神压力，减少了心理因素对糖尿病管理的不良影响。由此可见，循证护理干预不仅关注患者的生理健康，也重视心理健康，这种全面的护理模式能够更有效地减少并发症的发生，提升护理质量。观察组患者的生活质量评分显著高于对照组，表明循证护理干预对提升患者

生活质量具有积极作用<sup>[13-15]</sup>。老年糖尿病患者由于长期疾病管理和多种并发症的困扰，生活质量普遍较低。通过循证护理，患者在接受个性化健康教育后，学会了如何更好地自我管理糖尿病，从而在日常生活中感受到更多的控制感和信心。此外，循证护理中的心理干预不仅帮助患者克服了糖尿病管理过程中的焦虑和抑郁，还通过为患者提供社会支持，帮助他们更好地适应日常生活中的挑战。结果显示，患者在身体、心理和社会功能等方面的生活质量均有显著提升，这表明循证护理不仅仅局限于疾病的生理管理，还对患者的整体健康产生了积极影响。尽管本研究表明循证护理干预对老年糖尿病患者的护理效果显著，但研究仍存在一些局限性。样本量相对较小，仅限于某医院的70例患者，未来研究应进一步扩大样本量，以提高研究结果的代表性<sup>[16-18]</sup>。研究随访时间为6个月，尚不能全面评估循证护理对患者长期健康管理的影响。因此，建议未来的研究应延长随访时间，以评估循证护理的长期效果。此外，还应探讨将循证护理干预整合到日常护理流程中的最佳方式，以便使更多的老年糖尿病患者从中获益。本研究为循证护理在老年糖尿病护理中的应用提供了强有力的证据，表明其能够有效改善患者的血糖控制、减少并发症，并提升患者的生活质量。建议临床护理人员在糖尿病护理中广泛应用循证护理干预，进一步优化老年患者的护理管理。同时，未来的研究应继续探索如何将这一模式应用于其他慢性疾病管理中，以进一步提高慢性病护理的整体水平。

### 4 结论

研究表明，循证护理干预在老年糖尿病患者的血糖控制、并发症预防和生活质量提升方面具有显著效果。观察组患者的空腹血糖、糖化血红蛋白水平明显下降，并发症发生率降低，生活质量显著提高<sup>[19,20]</sup>。循证护理通过个体化护理方案和全方位健康管理，优化了老年糖尿病护理效果。未来应进一步推广这一护理模式，并通过更大样本和长期随访研究，验证其在更多临床场景中的应用价值。

## 参考文献

- [1] 赵贵娟,陈明诺,王彩英.精准护理干预在老年2型糖尿病护理中的实施效果评价[J].中外医疗,2024,43(15):148-151.
- [2] 张巧,刘嵘,王文.基于多元化理念的护理干预措施在老年糖尿病患者中的应用效果及FPG、2hPG、HbA1c指标的影响分析[J].糖尿病新世界,2024,27(10):143-146+150.
- [3] 唐宇红.综合护理干预在老年糖尿病伴急性心肌梗死患者中的应用[J].中外医学研究,2024,22(01):106-110.
- [4] 谢青.基于认知-信念-行为导向性护理干预在老年糖尿病患者护理中的应用价值[J].中华养生保健,2023,41(22):109-111.
- [5] 蒋琳妍,储慧,郑玲.同伴互助式护理干预结合个性化饮食指导在老年2型糖尿病护理中的应用价值探讨[J].糖尿病新世界,2023,26(19):145-148.
- [6] 胡玥,张巧君.精细化护理干预在老年2型糖尿病合并高血压患者中的应用[J].心血管病防治知识,2023,13(27):30-33.
- [7] 蔡娟娟,王丹燕,郭王凤.精细化护理干预在老年2型糖尿病合并重症肺炎患者中的应用[J].糖尿病新世界,2023,26(13):141-144.
- [8] 谭小琪.基于IKAP护理干预在老年2型糖尿病患者自我管理及血糖控制中的应用研究[D].云南中医药大学,2023.
- [9] 孙腊云,张刘洋,张茜.生理一行为睡眠护理干预在老年糖尿病睡眠障碍患者中的应用[J].当代护士(下旬刊),2023,30(06):46-51.
- [10] 赵倩.循证护理干预在中年女性糖尿病合并尿失禁患者中的应用效果及对其生活质量的影响[J].妇儿健康导刊,2023,2(07):143-145.
- [11] 许艳平.社区护理干预在老年2型糖尿病患者中的应用效果分析[J].中国社区医师,2023,39(08):106-108.
- [12] 朱小路.舒适护理干预在老年高血压合并糖尿病患者中的应用[J].航空航天医学杂志,2023,34(02):222-224.
- [13] 刘丽云.安全预警护理干预在老年糖尿病患者无痛内镜检查中的应用效果[J].中国医药指南,2023,21(05):156-158.
- [14] 张乃娟,李红,何凌珊.精准护理干预在老年2型糖尿病护理中对改善患者血糖水平、生活质量的作用[J].糖尿病新世界,2023,26(02):126-129.
- [15] 林诗雨,胡晓燕,陈战.MDT式护理干预在老年糖尿病伴急性胆囊炎患者中的应用价值[J].糖尿病新世界,2023,26(01):110-113.
- [16] 于影.个性化护理干预在老年糖尿病足伤口护理中的应用[J].中国冶金工业医学杂志,2022,39(04):402.
- [17] 杨欢.三位一体护理干预在老年2型糖尿病患者中的应用[J].中国冶金工业医学杂志,2022,39(04):469.
- [18] 林秋果,谭小娟,雷慧青,等.循证护理在老年糖尿病护理中的应用效果[J].中国社区医师,2022,38(17):115-117.
- [19] 郭红丽.MDT式护理干预在老年糖尿病伴急性胆囊炎患者中的应用价值[J].临床研究,2022,30(05):191-194.
- [20] 张琳.整体护理干预在老年糖尿病性白内障患者小切口摘除术围手术期中的应用[J].内蒙古医学杂志,2022,54(03):371-372+375.

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