

[文章编号] 1000-2200(2008)05-0617-02

· 护理医学 ·

初诊糖尿病患者实施健康教育 70 例分析

任启芳¹, 郑家芳², 施冠华¹, 史菲菲¹, 刘 华¹, 金怀芝¹

[摘要] 目的:探讨健康教育路径在初诊糖尿病患者中的应用效果。方法:将 140 例初诊糖尿病患者分为观察组和对照组各 70 例,两组均给予常规护理;观察组同时运用健康教育路径。观察两组患者自我管理及治疗依从性,同时采用焦虑、抑郁量表(SAS、SDS)对两组进行心理状况比较。结果:出院时观察组在主动监测血糖、胰岛素治疗依从性、饮食控制、自律运动方面均显著优于对照组($P < 0.05$),观察组 SAS、SDS 得分对照组($P < 0.01$)。结论:运用健康教育路径能增进初诊糖尿病患者自我管理,提高其治疗依从性,减轻糖尿病患者焦虑、抑郁症状。

[关键词] 糖尿病;健康教育;焦虑;抑郁;护理

[中国图书资料分类法分类号] R 587.1 [文献标识码] A

健康教育是整体护理的重要环节,同时也是糖尿病综合治疗的一项重要措施,如何使健康教育达到最佳效果,以满足患者对健康知识的需求,迄今为止仍没有一种公认的模式^[1]。糖尿病是一种慢性终身性疾病,绝大部分时间需要患者自我参与治疗及护理。为了提高糖尿病患者的护理质量和治疗依从性,改善其自我管理能力和生存质量,我科对新发糖尿病患者运用健康教育路径进行有针对性的护理,取得良好效果,现作报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取 2005 年 2 月~2006 年 7 月住院的初诊糖尿病患者 140 例(按照 1997 年 ADA/1999 年 WHO 糖尿病诊断标准)。排除肾功能不全、合并急性感染等处于应急状态者。随机分为观察组和对照组。观察组(70 例):男 25 例,女 45 例;年龄 8~73 岁。对照组(70 例):男 25 例,女 45 例;年龄 3~70 岁。两组患者在性别、年龄、文化程度、糖尿病并发症及分型等方面具有可比性。

1.2 方法 两组患者均根据病情采取口服降糖药或注射胰岛素治疗,均给予常规护理,观察组同时运用健康教育路径进行护理。

1.3 健康教育路径 护士针对初诊糖尿病患者治疗不同时期的生理、心理及社会需求,正确评估患者的自护需要。观察组建立患者参与型护理模式,即护理模式从主动(护士)、被动(患者)型向指导(护士)、合作(护患)共同参与型转化^[2]。患者参与范围包括:对疾病认知水平的评估,制定护理计划及健

康教育计划,力所能及的自理,健康教育,“配合行为”指导学习,评估护理及健康教育效果等。护士根据患者的自我能力和存在的护理问题,运用健康教育路径进行护理。(1)初诊糖尿病患者,不能完全正确了解疾病的信息,易将慢性终身性疾病当成不治之症,特别是 1 型糖尿病患者及有严重并发症的 2 型糖尿病患者,由于对长期注射胰岛素的恐惧及并发症的忧虑等使其对生活失去信心,产生焦虑、抑郁情绪。需要监测血糖、注射胰岛素的患者初次接受治疗时,由护士为其提供全部护理,包括根据医嘱定时为患者监测血糖,按时皮下注射胰岛素,计算食物热量,督促患者服药和运动,为患者建立糖尿病记录手册等,以满足其治疗性自我需要。(2)让患者从被动接受过渡到主动学习。由于部分患者需长期注射胰岛素及监测血糖,护士应教会其正确的操作方法,以便患者出院后实施自我照顾。指导患者采取正确的注射方法以减轻疼痛及恐惧感。如先由护士在进针后让患者自行把药液推入皮下组织,之后可逐渐过渡到完全由患者自行操作,护士在旁边指导,发现问题及时纠正。同时使患者了解胰岛素注射中的注意事项,胰岛素储存方法,低血糖反应的表现及处理方法等。对需要监测手指血糖的患者使其掌握正确的操作方法及注意事项,准确记录于糖尿病记录手册中,使患者掌握计算食物所含热量及运动量的计算方法等。(3)糖尿病教育不仅是治疗的一部分,它本身就是一种治疗^[3]。糖尿病是一种慢性终身性疾病,其急、慢性并发症的发生与患者糖代谢控制不良密切相关,如加强对糖尿病患者的健康教育,能有效改善患者对糖尿病的“无知状态”,使其自觉地进行饮食控制、运动及药物治疗,自觉地进行疾病监测^[4]。根据健康教育“知、信、行”模式及时调整患者的心态。患者如能理解治疗目标,并积极地参与治疗,熟练地进行疾病管理,对治疗疾病

[收稿日期] 2007-03-16

[作者单位] 1. 蚌埠医学院第一附属医院 内分泌科,安徽 蚌埠 233004; 2. 安徽省来安县人民医院 内科,239200

[作者简介] 任启芳(1965-),女,主管护师。

将起到十分重要的作用^[5]。根据患者焦虑、抑郁情况及时实施心理干预。由专业护士为患者进行糖尿病知识培训每周1次,每次2h,4次为1周期。内容包括糖尿病基本知识、急慢性并发症、饮食及运动治疗、低血糖防治及病情监测,外出应携带糖尿病记录卡等。每次课后进行强化指导,要求观察组患者必须熟练掌握,自觉执行方可达标。对担心胰岛素成瘾的患者,使其明白胰岛素治疗是最理想、最有效、不良反应最小的治疗手段,向其说明胰岛素是一种蛋白质,治疗是补充人体所需的胰岛素,停药后不会出现所谓的成瘾症状,但如护理不当,将影响胰岛素的疗效,引起许多不良反应。向患者强调胰岛素必须保持在每天同一时间注射,掌握胰岛素的分类及储存,选择合适的注射工具、部位、方法,了解治疗中的注意事项,对糖尿病治疗有重要意义。

1.4 观察指标 使用焦虑自评量表(SAS)和抑郁自评量表(SDS),测评患者入院后和出院前的心理状态。观察两组患者出院时正确监测血糖、胰岛素治疗依从性、低血糖发生率、饮食控制、自律运动等指标。

1.5 统计学方法 采用 t 检验和 χ^2 检验。

2 结果

入院时两组患者SAS和SDS差异均无统计学意义($P>0.05$),出院时两组患者SAS和SDS差异均有统计学意义($P<0.01$)(见表1)。出院时观察组主动监测血糖、胰岛素治疗依从性、饮食控制、自律运动方面均优于对照组,差异均有统计学意义($P<0.05$)。而正确监测血糖、发生低血糖方面差异均无统计学意义($P>0.05$)(见表2)。

表1 两组住院期间SAS和SDS量表得分比较($n_1=70$)

分组		SAS	SDS
入院时	观察组	33.77 ± 5.23	4.91 ± 4.01
	对照组	34.02 ± 5.68	4.72 ± 4.25
	t	0.27	0.27
	P	>0.05	>0.05
出院时	观察组	-7.82 ± 1.45	-2.76 ± 0.94
	对照组	-6.07 ± 1.20	-0.67 ± 1.15
	t	7.78	11.77
	P	<0.01	<0.01

3 讨论

健康教育路径是一项有计划、有目标、有组织、有系统、有评价的教育活动,促进人们自觉地采用有

表2 两组出院时自护情况比较($n_1=70$)

分组	主动监测 血糖	正确监测 血糖	胰岛素治疗 依从性	发生低 血糖	饮食 控制	自律 运动
观察组	67	68	16	5	65	64
对照组	64	67	10	7	61	59
χ^2	5.172	0.013	4.295	0.535	4.152	4.844
P	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	<0.05

利于健康的行为,以改善、维持和促进健康^[6]。从“替他做”、“帮他做”到“教育支持他做”,使护患双方共同完成护理活动,掌握自理护理,解决自护不足。

本文结果表明,入院时两组患者均有不同程度的焦虑和抑郁,出院时观察组焦虑和抑郁状态较对照组有减轻,且观察组出院时焦虑和抑郁状态较入院时亦有所减轻。健康教育路径减轻糖尿病患者的焦虑、抑郁状态,使患者能更好地配合治疗,减轻患者的角色依赖,使其认识到健康是自己的责任,能主动参与到治疗、护理活动中来。护理人员通过有效的心理护理,积极与患者沟通,纠正并帮助患者渡过心理危机,促进早日康复。

健康教育路径通过调动和发挥患者的自律性、主动性,激发其参与治疗、护理的积极性,糖尿病的治疗效果有赖于患者的自身管理和控制;其基本的糖尿病知识是患者进行有效自身管理和控制的基础^[7]。使患者由被动接受治疗、护理转变为自我护理,充分发挥主观能动性。使患者进行了自愿维持和增进自己健康的活动,积极配合治疗,并尽快承担自我照顾的责任^[8]。

[参 考 文 献]

- [1] 李德霞,张俐,任琳,等.应用临床路径对首次住院的糖尿病病人实施健康教育[J].中国实用护理杂志,2004,20(7A):55-56.
- [2] 裴显俊,张秀英,宛玲,等.病人参与型护理模式的研究与探讨[J].中华护理杂志,1999,34(7):414-416.
- [3] Arguedasc S. Evaluation of educational program; how to treat mg diabetes[M]. 16th edition. Cogresss: TDF, 1997: 608.
- [4] 尚玉真,马丽梅,张军,等.糖尿病病人知识强化教育的效果评价[J].护理学杂志,2002,17(12):933-935.
- [5] 钟美容.健康教育对提高糖尿病病人的认知与自控水平的效果分析[J].实用护理杂志,2001,17(12):45-46.
- [6] 王惠贤.健康教育是建立新型护患关系的重要环节[J].实用护理杂志,2001,17(3):54-55.
- [7] 崔丽娟,孙丽波,纪淑云,等.糖尿病教育对血糖控制及并发症发生的影响[J].实用护理杂志,2003,19(6):57-58.
- [8] 吴清香,丁小容,曹静,等. Orem 自护理论在腹部手术患者护理中的应用[J].护理学杂志,2004,19(24):23-24.