

探讨甲亢患者的日常自我管理及用药规范

袁双燕 潘佰灵

浙江省台州医院内分泌科 317000

〔摘要〕目的 探讨甲亢患者的日常自我管理及用药规范。方法 将 2017 年 1 月-2017 年 12 月我院收治的选择药物治疗的 60 例甲亢患者分为 2 组，分组方法为随机数字表法。对照组进行常规管理，观察组在此基础上进行日常自我管理和用药规范管理，对比管理半年后 2 组患者的按时服药、低碘饮食、定期复查、熟悉甲亢治疗相关知识、理想控制情况。结果 管理半年内后，观察组患者各项指标明显高于对照组 ($P < 0.05$)。结论 甲亢患者的日常自我管理及用药规范有利于提高患者的遵医行为，对甲亢的控制具有积极意义。

〔关键词〕甲亢患者；日常自我管理；用药规范

〔中图分类号〕R473.5

〔文献标识码〕A

〔文章编号〕2095-7165 (2020) 04-196-02

2017 年 12 月贵阳某甲状腺病研究院报道了一位甲亢患者的自述，患者选择药物治疗，但用药三个月后出现了突眼、视力下降、脖子肿大、药物过敏等症状，在患者的自述中她并不知道甲亢药物会导致系列症状，甚至怀疑院方“治疗错误”。为什么患者用药治疗反而出现“病情加重”？据推测主要包括药物本身的副作用、甲亢疾病特殊因素以及患者未遵医嘱规范服药或生活中出现不当行为^[1]。因此为了确保甲亢患者得到更为安全有效的药物治疗，加强管理、规范药物的使用是非常必要的。

1 资料和方法

1.1 一般资料

本研究自 2017 年 1 月-2017 年 12 月，纳入 60 例我院收治的选择药物治疗的甲亢患者，入组患者均符合甲亢诊断标准且适宜服药进行病情控制（轻度甲亢），严格筛选病人体格、病史、实验室检查内容剔除合并恶性肿瘤者以及近期服用激素替代药物的患者，同时剔除未成年、妊娠期、哺乳期等特征人群。将符合标准的患者以随机数字表法分为 2 组。对照组患者 30 例，男 11 例，女 19 例；年龄（22-59）岁，平均（40.6±3.5）岁；观察组患者 30 例，男 12 例，女 17 例；年龄（21-58）岁，平均（41.5±3.8）岁；入组后，采取统计学方法对 2 组的一般资料进行显著性检验，结果 $P > 0.05$ ，可进行对比。

1.2 方法

对照组患者进行常规管理，告知患者药物的作用、服药方法、可能出现的不良反应，叮嘱患者定时定量服药，讲解生活饮食注意事项，嘱咐患者定期复查。

观察组在此基础上进行日常自我管理和用药规范管理：

1.2.1 日常自我管理

依据甲亢康复特点和患者的病情制定管理档案，制定相应的管理重点、程序，强调从生理、心理、环境、健康相关行为四个维度入手。采取医护人员与患者面对面交流的方式，向患者详细阐述甲亢的病因、药物的机理、服药的时机、药物的不良反应、药物的摄入量、日常饮食量、运动量、不适反应等^[2]。主治医师应定期与患者进行联系，了解患者的情况并调整管理计划，本文对患者的日常自我管理重点包括以下 5 点：①正确认知疾病②避免不良刺激或创伤③规律生活④注意饮食⑤预防感染

1.2.2 用药规范管理

对患者的一般资料进行评估，包括年龄、性别、学历、症状、饮食、复查、服药行为、对甲亢知识需求、治疗态度等等，依据个体差异制定具有针对性的用药规范管理：①了解患者服药态度：②建立规范用药的态度③强化规范用药监管。

1.3 观察指标

半年后，对 2 组患者按时服药、低碘饮食、定期复查、熟悉甲亢知识（自拟问卷围绕治疗相关进行调查，评分 ≥ 80 分为熟悉）、理想控制（甲状腺激素水平改善，生活质量提升）情况进行评定

1.4 统计学方法

计数资料以 % 表示，应用 SPSS19.0 软件处理数据，显著性检验方法为 χ^2 检验， $P < 0.05$ ，表明组间差异具有统计学意义。

2 结果

观察组管理半年后的按时服药、低碘饮食、定期复查、熟悉甲亢治疗相关知识、理想控制率均显著高于对照组， $P < 0.05$ ，表明组间差异具有统计学意义，详见表 1。

表 1：2 组管理效果对比 [n (%)]

组别	按时服药	低碘饮食	定期复查	熟悉甲亢知识	理想控制
对照组	20 (66.67)	18 (60.00)	16 (53.33)	19 (63.33)	13 (43.33)
观察组	27 (90.00)	25 (83.33)	25 (83.33)	28 (93.33)	21 (70.00)
χ^2	4.810	4.021	6.243	7.952	4.341
P	0.043	0.048	0.032	0.005	0.045

3 讨论

甲亢是常见的临床慢性疾病之一，甲亢病人病程较长，易复发，需长期控制治疗，严重危害患者的生活、身心健康。由于病情迁延，病情的控制与患者的重视程度、服药的依从性关系密切，因此，在治疗过程中患者自身管理与用药规范显得尤为重要^[3-4]。

患者的日常自我管理是“延续护理管理”的方式之一^[5]。临床有关甲亢患者自我管理的报道仍然较少。本研究制定的管理计划程序为“提出问题-制定方法-评价效果”，从而提升甲亢患

者治护工作的科学性、规范性，符合现代医疗服务的整体要求。结合患者的实际情况，采取面对面详细交谈的方式，并结合电话、家庭随访等访谈方式从“生理”、“心理”、“健康行为”、“环境”4 个维度给予患者指导，让患者在自我管理的过程中，了解甲亢可能引起的生理改变和不适变化的原因，从而消除患者的恐惧。有针对性的解决患者的负面情绪，为患者营造一个良好的环境，帮助患者建立积极的态度。重点关注患者的日常生活习惯，并依据患者的个人服药情况制定规范服药管理方案，其思路为“调（下转第 198 页）

高手术产的风险；六是，很容易出现糖尿病酮症酸中毒。因为妊娠期代谢变化十分复杂，再加上高血糖水平与胰岛素的不充足，代谢紊乱会使脂肪分解加快，血清酮体快速上升，从而导致代谢性生酸中毒的情况。对胎儿的不良影响有如下几方面^[5]：首先，会导致胎儿出现畸形：高于非糖尿病孕妇的 2-3 倍。其次，会大致巨大儿产生：巨大胎儿发生率高达 25%~42%；再次，会引发胎儿生长受到限制：胎儿生长受限的几率达到 20% 左右；最后，很容易出现流产或早产：早产风险达到 10~25% 左右。妊娠期糖尿病在早期很难发现，有时发现自己出现多饮、多食、多尿等妊娠期糖尿病症状时才发现。若孕妇属于高龄妊娠，或家族中有糖尿病史，应定期监测血糖。据本研究表明：研究组总有效率 98.67%，和对照组的 94% 相比较；对照组中发生并发症的患者明显多于研究组，具有可比性。由此可以表明，饮食控制对妊娠期糖尿病的治疗效果值得肯定，使妊娠期糖尿病患者并发症降低，应用价值较高。

综上所述，在对妊娠糖尿病孕妇治疗过程中辅以饮食控制，能增加治疗有效率，减少并发症的发生，且安全可靠，具有较高的应用价值，值得临床应用和推广。

[参考文献]

- [1] 郑晓. 研究饮食控制对妊娠糖尿病患者的治疗效果[J]. 中外女性健康研究, 2019, 12(16):101-110.
- [2] 许艳华. 分析饮食控制和运动对妊娠合并糖尿病的治疗效果[J]. 智慧健康, 2018, 4(34):77-78.
- [3] 梁淑颜, 李秋祥, 周燕红. 优化饮食和运动方案对妊娠合并糖尿病患者血糖控制的效果观察[J]. 慢性病学杂志, 2018, 19(02):162-166.
- [4] 帕乃扎·托留汗. 以饮食控制为主治疗妊娠糖尿病 92 例临床分析[J]. 世界最新医学信息文摘, 2017, 17(33):166-167.
- [5] 张婷. 妊娠糖尿病治疗中饮食控制的效果观察[J]. 中外女性健康研究, 2017, 1(04):35-36.

(上接第 193 页)

家庭医生可以向患者提供全方位的服务及针对性的预防与治疗、保健与康复护理。本质上家庭医生为一种团队管理模式，于医生与居民间构建稳定联系，从而家庭医生给予患者康复指导，向患者讲解疾病预防知识，扩充患者疾病知识，

强化自我保健意识，提升患者自行管理疾病能力，促使患者主动有效控制疾病。与此同时，家庭医生借助多种沟通平台，运用不同的交流方法，激发患者主动学习有关知识的热情^[1-2]。

本研究，观察组 FPG、HbA_{1c}、2hPG 水平都优于对照组 ($P < 0.05$)。观察组治疗依从性率高于对照组 ($P < 0.05$)。

总之，家庭医生管理模式应用于 2 型糖尿病患者健康管理，效果良好。

[参考文献]

- [1] 王筠. 家庭医生管理模式对 2 型糖尿病患者健康管理的效果观察[J]. 实用糖尿病杂志, 2019, 15(04):67-68.
- [2] 吕盛广, 顾铭, 刘春燕. 家庭医生管理模式对 2 型糖尿病患者健康管理的效果分析[J]. 心电图杂志(电子版), 2018, 7(02):185-186.

表 2: 两组治疗依从性比较 [n(%)]

分组	例数	遵医嘱用药	控制饮食	适量运动
观察组	25	47 (94.00)	43 (86.00)	41 (82.00)
对照组	25	39 (78.00)	33 (66.00)	31 (62.00)
χ^2		5.3156	5.4825	4.9603
P		0.0211	0.0192	0.0259

(上接第 194 页)

点的建设工作，扩展为部队服务的功能，符合部队卫生防疫工作指导的要求，有序开展疫情监测工作。

总而言之，基层部队卫生防疫工作一定要在平时就能够提供良好的服务。直面防疫观念薄弱、防疫设备陈旧、防疫人员等问题，采用提高对防疫工作的思想认识、配套实用装备、提高防疫人员素质等措施，发挥出卫生防疫工作的作用。

[参考文献]

- [1] 马海涛. 浅议强化部队卫生防疫工作的对策措施[J]. 实用医药杂志, 2017, 34(04):384-385.
- [2] 马士丰. 部队卫生防疫保障的现状与对策探索[J]. 产业与科技论坛, 2016, 15(09):243-244.
- [3] 丛黎明, 张建武, 王宗贤. 海军基层卫生防疫工作存在的问题及对策建议[J]. 解放军预防医学杂志, 2015, 33(03):346-347.
- [4] 朱余, 刘海亮, 王海涛. 基层部队卫生防疫工作存在的问题及对策[J]. 人民军医, 2014, 57(05):568-569.

(上接第 195 页)

而培训后患者护理服务满意度相对于进行培训之前明显上升，提示培训的有效性。

综上所述，通过对于肿瘤科护士进行专科规范化培训，能够有效提升肿瘤科护士的专业技能水平，提升其专业理论知识水平与专业操作技能水平，有效提升了护理质量，同时也增加了患者满意度。

[参考文献]

- [1] 胡志琴, 王莲英. 新护士规范化培训的实施和效果评价[J]. 当代护士(中旬刊), 2018, 025(1):172-174.
- [2] 赵静, 胡明, 韩钰, 等. 基于团队学习结合案例式教学法在肿瘤科护士规范化培训中的应用[J]. 广西医学, 2019, 41(17):3435-3436.
- [3] 郑浩天. 血液净化专科护士规范化培训的现状[J]. 中国血液净化, 2018, 14(2):160-161.

(上接第 196 页)

查态度-转变态度-强化监管”，通过自我态度的转变和敦促，帮助患者养成良好的生活习惯和规范的用药习惯，为甲亢的治疗与控制打好基础。

综上所述，甲亢患者的日常自我管理及用药规范有利于提高患者的遵医行为，对甲亢的控制具有积极的意义。

[参考文献]

- [1] 王萌萌, 庞艳玉, 杨振宇, 等. 探索妊娠合并甲状腺功能减退或亢进患者药学监护流程[J]. 中国药学杂志, 2018, 53(7):561-564.

[2] 陈秋香, 王方华, 王翠芳, 等. 护理干预对甲亢患者生活质量及焦虑状况的效果观察[J]. 实用临床医药杂志, 2017, 21(16):158-160.

[3] 韩晚霞, 郭庆玲, 赵玲, 等. 集体健康教育在甲亢服 131I 患者中的应用[J]. 标记免疫分析与临床, 2017, 24(5):594-596.

[4] 熊婷, 姜海婷, 李心怡, 等. 基于患方视角的医疗服务现状调查及改善策略研究[J]. 中国医院管理, 2017, 37(11):27-29.

[5] 韩晚霞, 郭庆玲, 赵玲, 等. 集体健康教育在甲亢服 131I 患者中的应用[J]. 标记免疫分析与临床, 2017, 24(5):594-596.