

自我饮食护理干预应用于糖尿病患者护理中效果分析

徐彩虹

高新区通安镇社区卫生服务中心护理部 江苏苏州 215153

〔摘要〕目的 本文就自我饮食护理干预在糖尿病患者护理中的应用价值进行探讨。方法 选择在本院入内治疗的糖尿病患者 160 例,通过硬币法分组处理,对 18 年 1 月-2020 年 1 月,这需要这个时间改一下就可以了,其他不用改,照组 80 例应用常规护理模式,观察组 80 例给与自我饮食护理干预,对比两组患者护理效果。结果 在经过护理干预之后,观察组患者的各项血糖指标均要显著低于对照组 ($P<0.05$)。结论 在糖尿病患者临床护理期间采用自我饮食护理干预方法,能够帮助患者形成良好的饮食习惯跟生活习惯,改善患者的血糖水平,有着良好的临床应用价值。

〔关键词〕自我饮食护理;糖尿病;临床护理

〔中图分类号〕R473.5 〔文献标识码〕A 〔文章编号〕2095-7165 (2023) 06-134-02

糖尿病作为一种常见的慢性代谢性疾病,目前临床上对该疾病并没有根治手段,主要是通过长期药物控制的方式进行治疗患者血糖水平的控制。在糖尿病患者临床治疗中除了长期服用降糖类药物之外,还需引导患者形成良好的饮食习惯,避免不当饮食对患者血糖稳定性造成的影响。本文选择了糖尿病患者 160 例作为研究对象,随后就自我饮食护理干预的临床应用效果进行探讨,报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

对 2018 年 1 月-2020 年 1 月期间在本院进行治疗的糖尿病患者 160 例进行分组处理,对照组 80 例男 43 例,女 37 例,年龄 43-65 岁,平均年龄 (54.62 ± 5.18) 岁;观察组 80 例男 44 例,女 36 例,年龄 42-65 岁,平均年龄 (54.95 ± 5.27) 岁。两组患者的一般资料对比无显著差异, $P>0.05$ 有可比性。

1.2 方法

对照组患者给予糖尿病常规治疗方法与护理干预措施,在患者就诊期间做好健康宣教跟药物指导。观察组患者采用饮食护理干预措施,具体内容如下:①预先分析。在患者入院后,护理人员积极跟患者沟通,对患者的家庭饮食习惯、饮食结构、饮食喜好等内容进行明确,对其中不利于糖尿病病情恢复的内容进行详细说明。此外还要做好对患者以及家属的饮食教育,就饮食中需要注意的问题进行详细讲解,让患者意识到自我饮食管理的重要性,并且形成良好的饮食习惯。②记录指导。对糖尿病患者进行糖尿病自我监测登记表的发放,在该登记表中内容包含拥有患者食量、体重、空腹血糖、餐后 2h 血糖等,在备注栏中需要填写日常中的不适症状。在患者日常生活中要对这些内容进行详细记录,再次就诊时还需要带着表格,帮助医护人员对患者的饮食情况跟血糖控制情况进行掌握,对临床治疗方案的动态调整也有着积极意义。③饮食管理。医护人员需要对患者的病情情况跟饮食情况进行评估,在此基础上进行针对性饮食方案的制定,对患者日常饮食摄入的规范方案进行明确,帮助患者提高自身的饮食控制水平。在饮食管理中,要避免食用含糖量较高的食物,加大鱼肉、鸡蛋以及牛肉等高蛋白的食物,在保障患者机体有充足营养摄入基础上,对于血糖控制也有着积极意义。④培养患者自我饮食管理意识。糖尿病目前还没有彻底根治的手段,要求患者长期进行药物控制跟饮食控制。因此在对患者进行护理

干预时,需要引导患者形成良好的自我饮食管理意识,在日常生活中时刻注意饮食,坚持少食多餐的用餐原则,帮助患者进行血糖的有效控制。在健康教育过程中,还需要对以往的典型病例,以及未遵循饮食要求的危害性进行详细说明,让患者就良好饮食习惯对血糖控制的重要性有深刻的认知,提高患者的自我饮食管理意识与管理能力。⑤软件应用。在引导糖尿病患者进行自我饮食护理时,可以通过信息化技术手段强化饮食干预。护理人员可以让患者下载免费的糖尿病食品份量转换软件,患者只需要将自己的身高、体重、血糖等指标输入到软件之中,就能够获得每日食物摄入量的建议,对于各类食物含有的热量跟糖分数值展示给患者,帮助患者进行饮食情况的控制。

1.3 观察指标

两组患者在经过为期 6 个月的饮食护理干预之后,就患者的血糖控制情况进行对比分析,主要是从空腹血糖、餐后 2h 血糖以及糖化血红蛋白三个指标来进行对比。

1.4 统计学方法

本次医学研究中产生的所有数据均要纳入到 SPSS22.0 软件内进行处理,所有的计数资料均采用 t 进行检验, $P<0.05$ 表明存在有统计学意义。

2 结果

经过为期 6 个月的护理干预之后,观察组患者在空腹血糖、餐后 2h 血糖以及糖化血红蛋白等血糖指标上均要显著低于对照组 ($P<0.05$),见表 1。

表 1 两组患者血糖指标对比

组别	n	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2h 血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)
观察组	80	5.02 ± 0.41	8.34 ± 0.75	5.31 ± 0.42
对照组	80	7.00 ± 0.52	10.52 ± 0.95	6.22 ± 0.51

3 讨论

随着人们生活模式和饮食习惯的转变,糖尿病患者数量得到了大幅度的增加。如果患者没有进行血糖的有效控制,还可能会诱发肾脏疾病、糖尿病足等多种严重并发症,对患者的生命健康与安全造成严重威胁。糖尿病患者在日常治疗过程中,除了通过药物进行血糖控制之外,还需要树立起良好的饮食习惯与生活习惯,通过饮食控制的方式对自身的血

(下转第 137 页)

指导作用。加强健康教育干预的目的在于提高患者对于疾病相关健康知识的认知程度,增强对于疾病的自我管理防护的意识和能力,提升对于治疗和护理的配合依从性。促使患者能够严格遵守医嘱规则,自觉约束不良遵医行为,纠正不正确的饮食和生活习惯。严格遵从治疗方案,控制和降低发生并发症的风险,促进早日康复^[5]。本次研究结果显示,通过实施健康教育,观察组患者对急性阑尾炎的健康知识掌握程度的优良率高于对照组($P < 0.05$),并发症发生率低于对照组($P < 0.05$)。数据说明,针对老年急性阑尾炎患者实施健康教育所取得的临床效果,较比常规护理更加有益,可以更好的提高患者的依从性,避免和降低并发症的发生,更加符合临床治疗的需要,预后效果更为理想,可以在临床上予以更大范围的推广和实施。

综上所述,在老年急性阑尾炎患者的护理中加强健康教育护理干预具有非常显著的临床应用效果,对于促进患者康复具有非常积极的影响作用。

[参考文献]

[1] 杨文月,刘阳,赵培培.健康教育护理干预在老年急性阑尾炎护理中的实施价值探讨[J].医药卫生,2022(4):142-144.

[2] 董飘.健康教育干预用于老年急性阑尾炎护理的效果

分析[J].益寿宝典,2022(5):8-10.

[3] 樊晨,邹梦君,焦玉凤,翟凤英.纽曼系统护理指导的健康教育在腹腔镜阑尾炎手术患者护理中的应用[J].医药,2023(5):104-107.

[4] 刘冬影.老年急性阑尾炎护理健康教育干预效果分析[J].中外女性健康研究,2022(23):173-175.

[5] 李丽.健康教育护理在老年急性阑尾炎护理中的效果及对生活质量的影响[J].医药卫生,2023(4):132-134.

表 1 两组健康知识掌握情况比较 [n (%)]

组别	例数	优秀	良好	较差	优良率
对照组	30	10	11	9	70.00
观察组	30	15	12	2	93.33
χ^2					5.874
P					0.015

表 2 两组各种并发症发生情况比较 [n (%)]

组别	例数	切口感染	粘连性肠梗阻	腹腔脓肿	总发生率
对照组	30	2	1	3	20.00
观察组	30	1	0	0	3.00
χ^2					12.075
P					0.000

(上接第 134 页)

糖水平进行控制。但是目前很多糖尿病患者就饮食对血糖控制效果的影响重视度不足,也没有树立正确的饮食习惯。因为不合理饮食习惯的影响,患者的血糖稳定性难以得到保障,也就无法获得良好的血糖控制效果。

因此在糖尿病患者临床治疗过程中,还需将自我饮食护理干预措施应用到患者临床护理过程中。作为近年来新兴的一种糖尿病护理理念,其主张将糖尿病患者作为中心,引导患者参与到自身饮食干预活动中。让患者在糖尿病饮食管理中的主观能动性充分发挥出来,树立起健康的饮食观念。在自我饮食护理干预模式中,护理人员需要对患者的饮食习惯与病情病情进行明确,根据患者实际情况进行针对性饮食方案的制定。在患者就诊期间,还需做好患者的健康教育,让患者就饮食控制在血糖控制中的重要性有深刻的认知,自觉遵循医生的建议健康饮食。这样能够加强患者对饮食知识的了解,在日常生活中能够进行膳食的合理搭配,对饮食风险也能起到良好的规避效果。因此说自我饮食护理干预模式的

应用,可以让患者在饮食控制中的自主性充分发挥出来,让患者自觉形成良好的饮食习惯,强化患者的自我饮食管理水平。这样可以使患者更好进行血糖与血脂水平的控制,减缓糖尿病疾病的进展,提高患者的临床治疗和预后效果。

经过为期 6 个月的护理干预之后,观察组患者在空腹血糖、餐后 2h 血糖以及糖化血红蛋白等血糖指标上均要显著低于对照组($P < 0.05$)。综上所述,在糖尿病患者临床护理期间采用自我饮食护理干预方法,做好饮食相关知识的教育,能够帮助患者形成良好的饮食习惯跟生活习惯,改善患者的血糖水平,对患者预后效果跟生活质量的提升也有着积极意义。

[参考文献]

[1] 姜兰,何丹.自我饮食护理干预应用于糖尿病患者护理中价值分析[J].中国保健营养,2020,30(26):214.

[2] 符静.自我饮食护理干预应用于糖尿病患者护理中价值分析[J].饮食保健,2020(43):3.

[3] 崔晓芽.自我饮食护理干预应用于糖尿病患者护理中价值分析[J].医学食疗与健康,2020,18(8):15-16.

(上接第 135 页)

表 2 两组患者踝关节恢复与疼痛情况对比统计表 (n=32)

组别	踝关节恢复情况		踝关节疼痛情况	
	前	后	前	后
观察组	43.21±0.82	92.07±3.15	20.54±2.25	9.44±2.39
对照组	43.34±0.84	81.95±0.72	21.04±2.37	15.75±1.48
P	> 0.05	< 0.05	> 0.05	< 0.05

3 讨论

踝关节损伤是临床较为常见的骨折,由于导致踝关节损伤的机制具有一定复杂性,传统的复位和固定效果不理想,并发症多。关节镜现如今已经成为治疗踝关节疾病的有效手段,因为治疗安全性更高也使得其应用范围越来越广泛。关节镜治疗,可以更好对患者关节内损伤情况做出评估,操作也更加精准,通过实施踝关节灌洗和清创可以促使患者术后

尽快康复^[2]。但是依然有些患者在术后会出现功能恢复不佳、愈合不良、疼痛等症状,对患者身心健康与生活质量带来严重影响。优质护理服务模式通过为患者实施专业、全面的护理干预,可以帮助患者更快恢复关节功能,术后并发症发生概率也非常低。在此次研究中,接受优质护理服务模式的患者各方面指标都表现得更为优异,说明优质护理服务模式在促进踝关节镜患者功能恢复方面效果显著,值得推广。

[参考文献]

[1] 宋娜.优质护理服务模式对促进踝关节镜患者功能恢复的作用探讨[J].中国伤残医学,2020,28(2):62-63.

[2] 殷婷,殷翠明.优质护理服务模式对促进踝关节镜患者功能恢复的效果评价[J].中国伤残医学,2013(12):244-244,245.