

老年糖尿病患者采用综合健康教育联合心理护理的效果分析

许银芳

兰州市第一人民医院老年病科 730050

【摘要】目的 探讨老年糖尿病患者采用综合健康教育联合心理护理的效果。**方法** 收集本院 2023 年 8 月至 2024 年 7 月期间接收的老年糖尿病患者案例 142 例,随机分为常规组与联合组各 71 例,常规组运用常规护理,联合组运用综合健康教育联合心理护理,分析不同护理操作后患者心理状况、治疗依从性情况。**结果** 联合组在治疗依从性上为 94.37%,常规组为 81.69% ($p < 0.05$);联合组在患者焦虑、抑郁等评分上,护理后评分明显低于常规组 ($p < 0.05$)。**结论** 老年糖尿病患者采用综合健康教育联合心理护理,可以有效的提升患者治疗依从性,患者的负面情绪更低,整体情况更好。

【关键词】 老年糖尿病;综合健康教育;心理护理;效果

【中图分类号】 R473

【文献标识码】 A

【文章编号】 2095-9753 (2025) 05-153-02

老年糖尿病患者的管理不仅仅依赖于药物治疗,还需要全面的健康教育和个性化的心理护理来提高其生活质量和控制疾病进展。针对不同患者的具体情况,制定个性化的护理方案是关键。本文采集老年糖尿病患者案例 142 例,分析运用综合健康教育联合心理护理后的效果差异,具体如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

收集本院 2023 年 8 月至 2024 年 7 月期间接收的老年糖尿病患者案例 142 例,随机分为常规组与联合组各 71 例,常规组中,男:女=38:33;年龄自 60 岁至 79 岁,平均 (69.82 ± 4.73) 岁;联合组中,男:女=41:30;年龄自 60 岁至 79 岁,平均 (68.09 ± 4.54) 岁;两组患者在基本年龄、性别与病情有关信息上不存在明显差异,有对比研究意义。

1.2 方法

常规组运用常规护理,联合组运用综合健康教育联合心理护理,具体如下:

1.2.1 健康教育

首先,健康教育应涵盖糖尿病知识、生活方式管理和并发症预防。对于那些刚确诊的老年患者,教育应从基础的糖尿病知识入手,如胰岛素功能、血糖监测、饮食结构调整以及运动的重要性。这可以通过图文并茂的教育材料和一对一指导实现。对于已经有一定疾病管理经验的老年患者,可以深化教育内容,关注并发症的早期症状和紧急处理措施。此外,因老年人记忆衰退,需采用多种形式的重复教育,如录像、定期健康讲座及简短的健康咨询电话,以巩固其知识并保持对健康的关注。在实施健康教育时,还需考虑患者的个体差异。例如,对于文化程度低或语言障碍的患者,可通过启用方言交流或借助图片和视频等视觉工具进一步加强理解。而对于行动不便的患者,家庭上门拜访教育可以提供更好的支持,使其不因身体障碍错失必要的健康信息。

1.2.2 心理护理

针对心理护理,个性化方法同样重要。糖尿病作为一种慢性病,常常给患者带来心理负担。护理人员应通过定期心理评估来识别老年患者的情绪状态,如焦虑、抑郁或无助感。对于有抑郁倾向的患者,心理护理需要着重加强支持系统的建立,可以鼓励他们加入糖尿病互助小组,让他们感受到同伴支持,同时通过认知行为疗法帮助患者树立积极的自我管理信心。对于那些由于长期病痛而感到孤独的患者,护理可

以聚焦于沟通与情感支持。定期的电话或视频问候、倾诉环节以及鼓励其多参与社交活动都是有效的方式。护理人员还可以联系患者家属,一起建立一个支持网络,增强患者社会支持感,这对心理健康的改善有至关重要的作用。此外,对那些对疾病态度消极的病人而言,心理护理应当更侧重于改变其对疾病的认知。通过成功病例的分享、专业知识的讲解以及慢性病生活质量改善的经验交流,帮助他们树立可控性和希望感。同时,护理联盟中的心理咨询师可以运用专业的心理干预技术,缓解过度焦虑,改善情感失调。

1.3 评估观察

分析不同护理操作后患者心理状况、治疗依从性情况。治疗依从性为完全依从率+部分依从率。心理状况运用焦虑、抑郁评分,评分越低情况越好。

1.4 统计学分析

使用 SPSS22.0 进行统计分析。计数数据用 $n(\%)$ 表示并进行卡方检验;计量数据用 $\bar{x} \pm s$ 表示并进行 t 检验, $P < 0.05$ 表示结果具有统计学意义。

2 结果

2.1 患者护理前后焦虑、抑郁情况

如表 1 所示,联合组在患者焦虑、抑郁等评分上,护理后评分明显低于常规组 ($p < 0.05$)。

表 1: 患者护理前后焦虑、抑郁对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

分组	时间	SAS	SDS
联合组	护理前	52.58 ± 4.91	54.82 ± 5.36
	护理后	32.87 ± 3.57	34.51 ± 4.39
常规组	护理前	54.16 ± 3.02	55.74 ± 4.28
	护理后	43.52 ± 4.81	46.09 ± 5.37

注:两组护理前对比, $p > 0.05$, 两组护理后对比, $p < 0.05$

2.2 患者治疗依从性情况

见表 2 所示,联合组在治疗依从性上为 94.37%,常规组为 81.69% ($p < 0.05$)。

表 2: 患者治疗依从性评估结果 [$n(\%)$]

分组	n	完全依从	部分依从	不依从	治疗依从性
联合组	71	42 (59.15)	25 (35.21)	4 (5.63)	94.37%
常规组	71	28 (39.44)	30 (42.25)	13 (18.31)	81.69%

注:两组对比, $p < 0.05$

3 讨论

本研究结果中,老年糖尿病患者在面对长期慢性病管理时,常常会出现焦虑、抑郁等负面情绪,这些情绪不仅影响他们的生活质量,还会降低治疗的依从性。综合健康教育联合心理护理比常规护理对情绪改善和依从性提升更为有效,其原因在于这种方法对患者的身心需求进行了更全面和深入的考虑。

首先,综合健康教育为患者提供明确的疾病管理知识和技能,使他们对糖尿病有更深刻的理解。具体的健康教育内容不仅包括饮食和运动指导,还细致地说明了药物的作用机制和病情变化的征兆。这种深入的教育帮助患者明确了糖尿病管理的步骤和目标,降低了对疾病的未知恐惧和无助感,进而直接改善心理状态^[1]。老年患者因对现代医疗知识的了解普遍不足,通过细致的知识教育,他们可以更好地掌握自我监控和管理的方法,从而减少焦虑。

其次,心理护理提供了情感支持和心理疏导,专注于改善患者的情绪和心理健康。在心理护理中,常见的方法包括情感支持、心理咨询和行为矫正等。护理人员通过与患者的深入沟通,帮助他们表达内心的担忧和焦虑,促使他们更好

地面对疾病。定期的心理评估与支持不仅能识别出抑郁症状,还能通过个性化的干预方案帮助患者缓解内心的负面情绪^[2]。同时,通过小组支持如患者互助会,老年患者能够在交流中获得他人的经验和鼓励,感受到集体支持的力量,这有利于降低抑郁和孤独感。

总而言之,老年糖尿病患者采用综合健康教育联合心理护理,可以有效的提升患者治疗依从性,患者的负面情绪更低,整体情况更好。

参考文献:

- [1] 丁珊, 王晓凤. 中医护理临床路径在老年糖尿病病人超声乳化白内障手术中的应用研究[J]. 实用老年医学, 2024, 38(6):639-641, 648.
- [2] 马明霞, 李冬梅. 基于目标导向的护理措施在老年2型糖尿病患者中的应用分析[J]. 糖尿病新世界, 2024, 27(7):136-139.
- [3] 倪雅敏, 邢志文, 胡永红. 精准护理在老年糖尿病护理中的应用价值分析[J]. 糖尿病新世界, 2024, 27(17):163-166.

(上接第150页)

果探讨[J]. 心理月刊. 2021(02)

[2] 王瑞. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 全科口腔医学电子杂志. 2024(01)

[3] 尚小立. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡的效果研究[J]. 临床医药文献电子杂志. 2022(07)

[4] 庞莹. 口腔护理结合饮食干预对口腔溃疡疗效的影响[J]. 中国社区医师. 2023(02)

[5] 李璇, 潘李芬. 口腔护理联合饮食干预对口腔溃疡患者的效果分析[J]. 中国医学创新. 2022(08)

[6] 谭玲玲. 口腔溃疡患者应用口腔护理结合饮食干预的效果观察[J]. 临床研究. 2024(06)

(上接第151页)

适护理,增强患者生理、心理舒适度,使患者保持最愉悦状态。

本文对比结果中,实施舒适护理的实验组,心理状态评分、护理满意度更符合预期,表明血液透析中舒适护理的应用效果显著。因此值得进一步推广与应用。

参考文献:

- [1] 李金芹, 马娟. 舒适护理在血液透析患者护理中的干预效果分析[J]. 中国社区医师, 2023, 39(07): 137-139.
- [2] 王瑞雪. 舒适护理在血液透析护理中的应用价值探讨[J]. 基层医学论坛, 2024, 27(06): 62-64.

表3: 两组患者护理满意度对比

组别	非常满意	基本满意	不满意	满意度
实验组 (n=34)	25 (73.53)	8 (23.53)	1 (2.94)	33 (97.06)
对照组 (n=34)	17 (50.00)	10 (29.41)	7 (20.59)	27 (79.41)
χ^2				5.100
P				P < 0.05

(上接第152页)

导致患者出现多种不同的心理及生理问题,从而影响治疗效果。因此,实施有效的阶段变化护理至关重要^[5]。

阶段变化护理属于新型的一种护理模式,其具有较高的护理针对性,将其应用于慢性肾功能衰竭血液透析患者治疗中,以患者为中心,为其不同时期实施针对性护理干预,辅助提高治疗效果的同时促使患者病情尽快康复。本次研究显示,实验组负面心理较低,且护理满意度及生活质量实验组高于对照组, P<0.05。通过对治疗阶段进行分级,给予针对性护理,疏导负面心理,提高患者对疾病认识程度,提高治疗信心,建立良好的护患关系,提高生活质量的同时提高护理满意度。

综上所述,阶段变化护理对提高慢性肾功能衰竭血液透析患者护理满意度及生活质量具有重要作用,值得推广。

参考文献:

- [1] 汤光化. 护理干预在慢性肾功能衰竭患者血液透析中的效果观察[J]. 中外医学研究, 2023, 15(35): 73-75
- [2] 张金花. 临床护理干预对慢性肾功能衰竭血液透析患者治疗依从性的影响[J]. 世界最新医学信息文摘, 2022, 17(78): 224-231
- [3] 李秀花. 周海莲. 阶段变化护理干预对慢性肾功能衰竭血液透析病人遵医行为及生活质量的影响[J]. 内蒙古医科大学学报, 2024, 38(1): 262-265
- [4] 张媛. 阶段变化护理对慢性肾功能衰竭血液透析患者生活质量的影响分析[J]. 饮食保健, 2024, 9(6): 159
- [5] 陈卫红. 阶段变化护理对慢性肾功能衰竭血液透析患者负面心理状态及生活质量的影响分析[J]. 大家健康(中旬版) 2023, 10(15): 207-208