

试论 48 例糖尿病患者中医护理的措施

张英娥

内蒙古呼和浩特市蒙医院, 内蒙古 呼和浩特 010010

摘要:目的 探讨对糖尿病患者进行中医护理的效果分析。方法 回顾性分析 2012 年 11 月-2013 年 9 月在我院进行治疗的 48 例糖尿病患者运用中医护理的方法, 运用此方法观察患者在住院时及出院后的血糖控制情况。结果 住院时患者血糖控制情况良好, 出院 2 个月后进行回访, 42 例患者血糖控制良好, 并发症的发生得到有效延缓。结论 对糖尿病患者采用中医护理方法, 根据患者的实际病因从多个方面进行具体护理, 可以有效控制患者的血糖变化, 改善糖尿病患者的生活质量, 此方法在临床护理应用上具有很高的价值。

关键词:糖尿病; 中医护理; 血糖控制

糖尿病是一种慢性进行性终身疾病, 表现为高血糖的代谢紊乱性疾病。糖尿病患者长期存在高血糖时, 如果失治误治, 护理不当, 容易导致各种组织器官的并发症, 造成对眼、肾、心脏、血管、神经的慢性损害及其功能障碍, 例如耳聋、雀目、泄泻、中风等。早在《黄帝内经》一书中, 记载了本病与禀赋不足, 饮食不节, 素体阴虚, 情志失调有关。因此, 在及时药物治疗外, 对患者进行健康教育、饮食、心理等多方面的适宜的护理较为重要, 下面就患者住院期间进行中医护理的方法进行介绍。

1 一般资料

2012 年 11 月-2013 年 9 月在我院进行治疗的 48 例糖尿病患者, 男 28 例, 女 20 例, 年龄 30-75 岁, 平均年龄在 46 岁, 男女发病率差异无统计学意义。患者均有不同程度的多饮、多食、多尿、消瘦、疲乏无力等。其中 15 例并发心脏病, 20 例并发高血压, 6 例糖尿病视网膜膜并发症, 5 例周围神经病变, 足部感染 4 例。针对每位患者的具体情况进行药物治疗和饮食控制。

2 中医护理措施

2.1 健康教育

对于入院的 48 例糖尿病患者及其家属, 对他们进行糖尿病基础知识的宣传教育, 对糖尿病是一种终身疾病有正确深刻的认识, 让他们认知到糖尿病的发病原因和基础的控制方法, 告诉患者和家属要坚持不懈, 遵照医生要求使用降糖药, 合理饮食, 增加患者的自我调摄的能力, 适当进行体育锻炼, 保持身心健康养成良好的生活习惯。

2.2 饮食护理

饮食护理是中医的特色之一, 对于防治糖尿病起着关键作用。所以糖尿病患者的饮食护理尤为重要。护理人员要让患者了解饮食治疗的必要性, 合理控制饮食与疾病康复的内在关系。告诉糖尿病患者饮食宜吃清淡、凉性有营养的食物, 例如山药、苦瓜、黄瓜、菠菜等; 忌吃肥甘厚味和醇酒炙烤、辛辣刺激之品, 禁食含糖较高的甜食, 例如患者禁食鱼、虾、牛肉、猪头肉、糖果、糕点等发性和甜食, 禁止吸烟喝酒。有的患者不愿受饮食的限制, 不能自觉控制饮食, 不懂合理控制饮食对于病情的治疗也是一种控制血糖措施, 一感到饥饿时, 就盲目自主不征求医护人员同意, 随意增加主副食, 这样做是很不可取的, 容易血糖升高加重病情。如果患者饥饿难忍时, 可食豆制品、花生米、煮菜等充饥。每位患者每周进行 1~2 次体重测量, 随时掌握病情变化, 对于多饮多尿的患者记录 24 h 的摄入、排出量, 为医生提供可靠的参考资料。

2.3 心理护理

48 例糖尿病患者中 15 例为初次患病新入院, 其中大多数糖尿病患者想到疾病将伴随终生, 心里很难过, 表现为精神抑郁、紧张、悲观、心情不畅、情志失调, 抵抗力降低, 此种心态不利于病情的治疗和控制, 甚至加重病情, 严重影响治疗效果。因此, 在糖尿病的治疗中, 心理治疗和护理尤其重要。糖尿病患者较长时间在医院里住院治疗, 护理人员应有高度的责任感与其建立良好的护患关系, 经常和患者谈心, 多关心体贴患者, 了解其心理状态, 告诉他们养成良好

的身心状态对于病情的控制有一定的作用。良好的情绪有利于病情控制, 血糖降低, 相反抑郁消极、厌世的情绪不利于病情控制, 甚至加重病情。本研究中对 48 例糖尿病患者进行有效的心理护理。对于消极心理的患者, 护理人员告诉患者发泄愤怒的情绪, 不要压抑自己, 鼓励他们战胜疾病的信心, 多讲些康复成功的案例。对于精神焦虑、紧张、抑郁的患者, 让他们了解这种紧张抑郁的心理会使血糖升高加重病情, 告诉他们放宽心, 解除精神压力, 正确的心态面对, 积极配合医护人员治疗是会得到控制的。对于厌世、拒绝治疗的患者, 此类患者患病时间长, 伴有并发症, 治疗效果不是很好, 患者容易自暴自弃, 不信任医护人员, 不积极配合治疗, 对于这类患者, 护理人员要有耐心, 合理提供治疗信息, 对病情变化、检查结果主动做科学的、保护性的解释, 帮助患者重新树立积极配合治疗的信心, 促使患者克服厌世的心理现象, 从而积极地与疾病抗争。

2.4 出院指导

当 48 例患者病情稳定后进行出院, 出院前护理人员要做好出院指导, 告诉患者及其家属学会监测血糖, 尿糖和注射胰岛素, 合理控制饮食, 不吃甜食和一些禁食。出院后要有良好的修养环境, 保持身心的愉悦健康避免不良消极的情绪, 并进行适当的户外运动, 劳逸结合。

3 结果

48 例糖尿病患者在入院住院治疗, 配合健康教育、饮食控制、心理护理等多方面中医护理, 患者血糖得到控制, 在 48 例患者出院 2 个月后进行回访, 均进行血糖监测, 42 例患者血糖控制良好, 并发症的发生得到有效延缓。

4 讨论

随着人们生活水平的提高, 糖尿病的发病率也越来越多, 糖尿病是一种慢性终身的疾病, 但并不是不治之症, 护理人员要加强自身素质的提高, 培养较高的责任意识, 帮助患者对糖尿病疾病有正确的认识。因此, 对糖尿病患者进行药物治疗和中医护理尤其重要, 中医护理进行健康教育、饮食控制、心理护理最为关键, 这些中医护理措施关系到患者血糖的降低, 使病情得以有效的控制, 帮助患者树立良好的情绪, 鼓励患者战胜疾病的信心, 有利于提高患者的生活质量。

参考文献

- [1] 戴霞, 梁榕. 糖尿病教育的理论与实践[M]. 南宁: 广西科学技术出版社, 2009.
- [2] 张阳花. 糖尿病患者中医护理体会[J]. 中国中医急症, 2018, 17(2): 273-274.
- [3] 吕青, 朱喜梅, 王欣. 关于糖尿病的中医护理[J]. 职业与健康, 2014, 20(5): 150-151.
- [4] 黄小红, 任利容, 于燕, 赖淑梅, 洪涛, 段嫫, 黄河清. 心理干预对妊娠合并糖尿病患者的影响[J]. 护理实践与研究, 2011(10): 56-58.
- [5] 李燕, 曾勇, 侯羲, 李媛媛, 曹静, 刘荣庆. 糖尿病视网膜膜病变患者家庭关怀度与治疗依从性关联研究[J]. 昆明医学院学报, 2017(03): 43-44.