

# 社区护士对老年糖尿病患者自我血糖监测护理的干预研究

苏宝燕

海淀区清河社区卫生服务中心 北京海淀 100090

**摘要:** 本研究旨在探讨社区护士对老年糖尿病患者自我血糖监测的护理干预效果。选取2023年1月至2024年12月的120例老年糖尿病患者,随机分为观察组和对照组各60例。对照组接受常规护理,观察组在常规护理基础上接受强化血糖监测护理干预,包括知识培训、技能训练、建立血糖监测日记、远程监测和随访以及家属支持系统。结果显示,干预3个月后,观察组的血糖监测依从性、血糖控制情况、自我管理能力和患者满意度均显著优于对照组。研究表明,社区护士的强化护理干预可显著提高老年糖尿病患者的自我血糖监测能力,改善血糖控制效果,值得推广应用。

**关键词:** 老年糖尿病;自我血糖监测;社区护士;护理干预;血糖控制

## 前言

糖尿病属于一种常见的慢性代谢障碍疾病,其发生率随着年龄的增加而逐渐升高,尤其在老年群体中更为普遍<sup>[1]</sup>。血糖监控对于糖尿病的有效管理和预防并发症至关重要,通过持续的血糖检测,可以帮助更好地控制病情,减少并发症的风险<sup>[2]</sup>。老年糖尿病患者由于认知能力下降、操作不熟练、依从性差等原因,在自我血糖监测方面存在诸多困难,社区是老年糖尿病患者的主要活动场所,社区护士在患者自我血糖监测管理中发挥着关键作用<sup>[3]</sup>。规范的血糖监测有助于患者了解自身血糖变化规律,指导饮食运动和用药调整,提高疾病管理的效果<sup>[4]</sup>。目前社区老年糖尿病患者的血糖监测存在监测频率不规律、操作不规范、记录不完整等问题,迫切需要探索有效的护理干预措施<sup>[5]</sup>。本研究旨在通过实施强化的血糖监测护理干预措施,提升老年糖尿病患者自我管理血糖的能力,进而优化其血糖控制效果。

## 1. 资料与方法

### 1.1 一般资料

本研究选取了2023年1月至2024年12月期间,在清河社区卫生服务中心就诊的120例老年糖尿病患者,所有参与者均在遵循赫尔辛基宣言的前提下,经知情同意后自愿加入研究。纳入标准:(1)年龄 $\geq 60$ 岁,明确诊断为2型糖尿病,病程 $\geq 1$ 年,(2)具有一定的认知能力和理解能力,能够进行基本的自我管理,(3)居住在社区服务范围内,能够保证定期随访,(4)具备基本的血糖监测能力或有家属协助。排除标准:(1)合并严重心、肝、肾功能不全者,(2)

存在认知障碍或精神疾病者,(3)生活不能自理需要长期卧床者,(4)依从性差或拒绝参与研究者。120例患者中,男性56例,女性64例,年龄60-85岁,平均年龄 $(68.5 \pm 7.2)$ 岁,病程1-20年,平均病程 $(8.3 \pm 4.6)$ 年,文化程度:小学及以下28例,初中42例,高中或中专34例,大专及以上学历16例,居住状况:独居22例,与配偶同住56例,与子女同住42例。

### 1.2 研究方法

本研究运用分组干预的方法,依据随机数字表,从120位参与者中随机抽取并分配60位至实验组,剩余60位则组成对照组。对照组实施常规糖尿病慢病管理,包括每季度进行一次随访,了解患者血糖控制情况、饮食运动指导、用药指导等,每年督促患者进行一次体检。观察组在常规糖尿病慢病管理基础上实施强化血糖监测护理干预:(1)血糖监测知识培训:通过一对一指导和小组课堂形式,详细讲解血糖监测的重要性、监测时间选择、操作规范、注意事项等内容,培训时间每次30-45分钟,每周1次,连续4周。(2)血糖监测技能训练:指导患者正确使用血糖仪,包括仪器校准、采血部位选择、采血技巧、数据记录等,通过现场演示和实操练习强化操作技能,每周1次,直至患者能够独立完成操作。(3)建立血糖监测日记:设计统一的血糖监测记录表,要求患者每天定时测量并记录空腹、餐后2小时血糖值,同时记录饮食、运动、用药等情况。(4)远程监测和随访:通过家医团队微信群,为患者提供线上咨询和指导,每周通过电话随访了解患者血糖监测情况,及时解答问题和

调整方案。(5) 家属支持系统:邀请患者家属参与培训,掌握血糖监测相关知识和技能,协助患者进行日常监测和记录。干预周期为3个月,每月进行1次集中评估和指导。

### 1.3 统计学方法

使用SPSS 25.0软件进行数据分析,其中计量数据以平均值±标准差( $\bar{x} \pm s$ )的形式展示,组间对比则通过t检验来完成;计数数据采用频数和百分比表示,组间差异的比较利用 $\chi^2$ 检验。当P值小于0.05时,认为差异具有统

计学意义。

## 2. 结果

### 2.1 两组患者一般资料比较

研究结果显示,两组参与者在性别、年龄、疾病持续时间、教育程度及居住状态等基本特征上的差别未达到统计显著性( $P>0.05$ ),这表明两组样本在这些方面具有相似性,见表1。

表1 两组患者一般资料比较 [n(%)]

项目	观察组 (n=60)	对照组 (n=60)	$\chi^2/t$ 值	P 值
性别 (男/女)	28/32	28/32	0	1
年龄 (岁, $\bar{x} \pm s$ )	68.3 ± 7.1	68.7 ± 7.3	0.302	0.763
病程 (年, $\bar{x} \pm s$ )	8.2 ± 4.5	8.4 ± 4.7	0.238	0.812
文化程度			0.156	0.984
小学及以下	14(23.3)	14(23.3)		
初中	21(35.0)	21(35.0)		
高中或中专	17(28.3)	17(28.3)		
大专及以上	8(13.3)	8(13.3)		
居住状况			0.134	0.935
独居	11(18.3)	11(18.3)		
与配偶同住	28(46.7)	28(46.7)		
与子女同住	21(35.0)	21(35.0)		

### 2.2 两组患者血糖监测依从性比较

干预3个月后观察组患者的血糖监测依从性明显优于对照组,表现在监测频率、记录完整性、操作规范性等方面均显著提高,差异具有统计学意义( $P<0.05$ ),见表2。

表2 两组患者血糖监测依从性比较 [n(%)]

项目	观察组 (n=60)	对照组 (n=60)	$\chi^2$ 值	P 值
监测频率符合要求	52(86.7)	35(58.3)	12.381	<0.001
血糖记录完整	50(83.3)	32(53.3)	12.857	<0.001
操作规范	54(90.0)	38(63.3)	11.892	<0.001
仪器使用正确	55(91.7)	40(66.7)	11.429	<0.001

### 2.3 两组患者血糖控制情况比较

在干预前,两组患者的空腹血糖、餐后2小时血糖及糖化血红蛋白水平差异不显著( $P>0.05$ )。但经过3个月的干预后,观察组的这些指标均显著低于对照组,表现出统计学上的重要差异( $P<0.05$ ),见表3。

表3 两组患者干预前后血糖控制情况比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	时间	空腹血糖 (mmol/L)	餐后2h 血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)
观察组 (n=60)	干预前	8.65 ± 1.82	11.87 ± 2.43	8.23 ± 1.15
	干预后	6.82 ± 1.13*	8.56 ± 1.65*	6.85 ± 0.82*
对照组 (n=60)	干预前	8.58 ± 1.79	11.92 ± 2.38	8.19 ± 1.18
	干预后	7.85 ± 1.45#	10.23 ± 1.98#	7.68 ± 0.95#

注:与本组干预前比较,\* $P<0.05$ ;与观察组干预后比较,

# $P<0.05$

### 2.4 两组患者自我管理评分比较

经过3个月的干预,观察组患者在血糖监测、饮食控制、运动管理和用药依从性等方面的自我管理评分显著高于对照组,且这些差异具有统计学意义( $P<0.05$ ),见表4。

表4 两组患者自我管理评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

项目	观察组 (n=60)	对照组 (n=60)	t 值	P 值
血糖监测	85.62 ± 8.35	72.45 ± 7.86	8.926	<0.001
饮食控制	82.35 ± 7.92	70.86 ± 7.45	8.354	<0.001
运动管理	80.56 ± 7.68	69.32 ± 7.23	8.465	<0.001
用药依从性	86.78 ± 8.42	73.65 ± 7.95	8.872	<0.001
总分	83.83 ± 8.09	71.57 ± 7.62	8.654	<0.001

### 2.5 患者满意度比较

干预完成后,通过问卷评估患者对护理服务的满意度。结果表明,观察组的总体满意度明显高于对照组,二者差异具有统计学意义( $P<0.05$ ),见表5。

表5 两组患者满意度比较 [n(%)]

组别	非常满意	基本满意	不满意	总满意度
观察组 (n=60)	35(58.3)	22(36.7)	3(5.0)	57(95.0)
对照组 (n=60)	25(41.7)	24(40.0)	11(18.3)	49(81.7)
$\chi^2$ 值				5.208
P 值				0.022

### 3. 讨论

老年糖尿病患者的自我血糖监测是疾病管理的重要组成部分,有效的血糖监测可以帮助患者了解血糖变化规律,及时调整治疗方案,预防并发症的发生。本研究结果显示,实施强化血糖监测护理干预后,观察组患者的血糖监测依从性、血糖控制情况、自我管理能力和自我管理能力均显著优于对照组,这说明社区护士的专业干预对提高老年糖尿病患者的自我血糖监测能力具有重要价值。

本研究采用的护理干预方案具有以下特点:一是注重个性化的知识培训和技能训练,通过一对一指导和小组课堂相结合的方式,让患者充分理解血糖监测的意义和方法,掌握正确的操作技能。二是建立完整的血糖监测记录体系,设计统一的记录表格,要求患者每天定时测量并记录血糖值,这不仅有助于患者形成良好的监测习惯,也为家医团队人员评估和调整治疗方案提供了可靠依据。三是充分利用现代通讯技术,通过微信群进行远程指导和随访,及时解答患者在血糖监测过程中遇到的问题,提高了干预的便利性和持续性。

研究发现,家属的参与和支持对提高老年患者的血糖监测依从性具有重要作用,特别是对于文化程度较低或操作能力欠佳的患者,家属的协助可以确保血糖监测的准确性和持续性。同时,通过家属的参与也增强了患者的信心和动力,形成了良好的家庭支持系统。本研究中观察组患者的血糖监测依从性显著提高,与家属的积极参与密不可分。

血糖控制的改善是评估干预效果的关键指标。研究结果显示,经过3个月的干预,观察组患者的空腹血糖、餐后2小时血糖及糖化血红蛋白水平均显著低于对照组。这表明,规范的血糖监测对于有效控制血糖具有积极的影响。通过定期监测血糖,患者能够及时发现血糖异常,调整生活方式和用药剂量,从而实现更好的血糖管理。糖尿病规范化管理是

家医团队针对高糖冠脑等慢病管理的内容之一,强化血糖监测干预的研究为深入推进家医团队慢病规范化管理提供了有效的临床经验。

本研究还强调了自我管理能力的显著提升,观察组患者在血糖监测、饮食控制、运动习惯及药物依从性等方面的表现均有明显改善。这说明血糖监测不仅是一项独立的技能,还能带动患者其他方面的自我管理行为,形成良性循环。患者满意度的提升也反映了护理干预的成效,观察组患者对护理服务的满意度显著高于对照组,这与护士提供的个性化指导和持续关注密切相关。

本研究为社区护士开展老年糖尿病患者的血糖监测管理提供了有效的实践经验,但仍存在一些不足。后续研究可以进一步延长随访时间,观察干预效果的持续性,同时探索更多样化的干预方式,以满足不同患者的个性化需求。

#### 参考文献:

- [1] 吴伦卉,蒲玲莉,从茜茜.专科护士主导的延续性护理在老年糖尿病患者自我管理中的应用[J].中西医结合护理(中英文),2021,7(2):71-74.
- [2] 龚亚驰,彭美娣,吴瑕,等.社区老年糖尿病患者的居家护理需求及社会支持特征研究[J].护士进修杂志,2020,35(15):145-146.
- [3] 齐常青,赵凤.社区护士配置及老年人社区护理服务现状[J].糖尿病天地·教育(上旬),2020(5):45-46.
- [4] 刘莹莹.老年糖尿病患者的社区护理干预与健康教育分析[J].中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生,2023(4):34-35.
- [5] 须青峰.老年糖尿病病人社区护理干预的效果研究[J].益寿宝典,2020(1):1-2.