

健康教育在妇科内分泌失调合并糖尿病中的临床效果观察

安娜 刘娇 通讯作者

北部战区总医院, 辽宁 沈阳 100840

摘要: 目的: 研究健康教育在妇科内分泌失调合并糖尿病中的临床效果。方法: 选择本院妇科内分泌失调合并糖尿病患者 70 例, 时间为 2018.8-2019.8 期间, 数字表法均分为对照组 35 例、试验组 35 例, 其中对照组进行常规护理, 以此为基础, 试验组展开健康教育, 观察护理效果。结果: 对照组心理评分均高于试验组 ($P < 0.05$)。对照组空腹血糖、餐后 2 小时血糖均高于试验组 ($P < 0.05$)。结论: 对于内分泌失调合并糖尿病患者来讲, 健康教育应用效果比较理想, 可以帮助患者正确掌握疾病, 有效控制血糖指标, 提升其健康意识。

关键词: 健康教育; 妇科; 内分泌失调; 糖尿病

内分泌失调合并糖尿病属于临床高发疾病, 由于患者机体内分泌失调发生代谢紊乱, 患病后患者会发生生理功能变化, 从而引发不同并发症, 呈现病情持续恶化等情况。在对患者进行治疗时, 全面落实健康教育, 可以提升患者疾病认知, 提升其自我管理能力和有效缓解临床症状, 以促进患者康复出院^[1]。本文选取内分泌失调合并糖尿病患者 70 例, 主要对健康教育临床效果进行研究, 详细过程总结如下。

1 资料与方法

1.1 资料

选择本院妇科内分泌失调合并糖尿病患者 70 例, 均满足临床诊断标准, 选取时间为 2018.8-2019.8 期间, 数字表法均分为对照组 35 例、试验组 35 例。对照组: 年龄 40-72 岁, 其中位数为 (56±16) 岁。试验组: 年龄 42-75 岁, 其中位数为 (58.5±16.5) 岁。对照组与试验组患者进行年龄等资料比较, 其差异无意义 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

向患者进行临床护理时, 对照组进行常规护理, 以此为基础, 试验组展开健康教育, 具体方法包括: (1) 心理方面, 因为患者治疗难度偏高, 患者往往会存在悲观情绪, 加上患者缺少疾病正确了解, 极易出现抑郁或焦虑情绪, 使其依从性不断下降, 最终影响患者临床疗效。所以, 护理人员应该耐心和患者沟通, 通过心理交流, 讲解治疗方法和成功案例等, 使患者不良情绪正确疏导, 同时提升疾病认知度, 帮助患者正确树立治疗信心。(2) 药物方面, 对患者进行药物服用指导, 可以预防各药物相互作用出现不良反应, 特别注意关于心血管和降糖药物影响, 以提升患者用药科学性, 确保患者病情得到有效控制^[2]。(3) 饮食方面, 总结心血管危险因素发现, 其主要包括: 高血压和血脂异常等, 此类因素还会影响患者饮食习惯, 因此, 展开饮食健康教育, 保证患者科学饮食, 对热量摄入进行控制, 可以确保患者身体质量。在糖尿病治疗中, 合理控制体重, 可以降低血压和胆固醇, 提高血糖水平, 降低每日脂肪与热量摄入, 保证营养物质的有效摄入。(4) 生活方面, 需要患者戒烟酒, 睡前 30 分钟饮水, 具有改善血液浓度的目的, 每日清晨等待 5 分钟后下床, 先饮用白开水, 加快血液循环, 避免心脏病发作。适当展开体育活动, 例如: 步行, 可以帮助患者养成正确生活习惯^[3]。

1.3 统计学分析

全部研究数据均选择 SPSS 20.0 统计学软件进行分析和处理, 心理评分与血糖指标选择 $\bar{x} \pm s$ 表示, 组间进行 t 检验, 若 $P < 0.05$, 代表差异有意义。

2 结果

2.1 心理评分

对患者进行心理评分发现, 对照组 SDS 评分与 SAS 评分均高于试验组, 对比差异有意义 ($P < 0.05$), 如表 1。

表 1 心理评分对比 [$n, \bar{x} \pm s$, 分]

组别	N	SDS 评分	SAS 评分
对照组	35	51.56±4.22	50.86±3.84
试验组	35	42.47±4.35	42.17±3.42
t		8.8732	9.9978
P		0.0000	0.0000

2.2 血糖水平

对照组空腹血糖、餐后 2 小时血糖均高于试验组, 对比差异有意义 ($P < 0.05$), 如表 2。

表 2 血糖水平对比 [$n, \bar{x} \pm s$, mmol/L]

组别	N	空腹血糖	餐后 2 小时血糖
对照组	35	9.37±3.29	10.49±3.15
试验组	35	6.67±3.01	8.21±3.37
t		3.5821	2.9240
P		0.0006	0.0047

3 讨论

对于内分泌失调合并糖尿病患者来讲, 因其是心血管病, 会对患者身心健康带来影响, 若患者发病未进行及时治疗, 会造成患者为血管病变, 从而引发不同疾病, 使患者生命安全受到影响。所以, 选择科学措施进行干预, 可以帮助患者尽早恢复病情, 改善其临床症状, 将其血糖指标维持正确标准, 缓解内分泌失调情况, 属于临床重点解决课题。在对患者进行临床护理时, 将健康教育应用其中, 可以对患者不良习惯进行针对性指导, 改善其错误习惯, 提升患者治疗信心, 使其积极配合治疗, 保证患者治疗效果得到全面提升^[4]。

对患者进行临床护理时, 护理人员作为健康教育实施者, 为提高整体护理效果, 还需要加大学习力度, 例如: 心理学和营养学等, 以便于向患者展开针对健康教育^[5]。在本文研究中, 35 例患者进行健康教育后, SDS 评分为 (42.47±4.35) 分, SAS 评分为 (42.17±3.42) 分, 各项指标均低于对照组 ($P < 0.05$)。与此同时, 试验组空腹血糖、餐后 2 小时血糖均低于对照组, 差异比较有意义 ($P < 0.05$)。可见, 健康教育可以改善患者临床症状, 同时降低血糖指标。

综上所述, 在妇科内分泌失调合并糖尿病患者进行治疗时, 对其展开健康教育, 除了可以改善护理效果之外, 还能控制患者病情, 在患者早日恢复健康方面发挥重要作用, 需要医护人员予以重视, 使其具备临床应用与推广价值。

参考文献

- [1] 马德英. 健康教育在妇科内分泌失调合并糖尿病冠心病中的临床效果观察[J]. 糖尿病天地, 2019, 16(6): 146-147.
- [2] 张晓伟. 健康教育干预在内分泌失调合并糖尿病护理中的应用价值分析[J]. 中国医药指南, 2019, 17(9): 238-239.
- [3] 李元红. 健康教育干预在内分泌失调合并糖尿病护理中的应用[J]. 糖尿病新世界, 2018, 21(19): 110-111, 162.
- [4] 杨芳. 健康教育干预对内分泌失调合并糖尿病护理效果及血糖指标分析[J]. 糖尿病新世界, 2019, 22(4): 122-123.
- [5] 张凤君. 健康教育干预在内分泌失调合并糖尿病护理中的应用研究[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2018, 6(11): 99-102.