

糖尿病肾病患者实行个性化康复护理的效果探析

鄂明珠

吉林省白山市人民医院 吉林白山 134300

摘要:目的:研究糖尿病肾病用个性化康复护理的价值。方法:2020年1月-2021年8月本科接诊糖尿病肾病病患72例,随机均分2组。研究组采取个性化康复护理,对照组行常规护理。对比血肌酐等指标。结果:针对24h尿蛋白定量、血肌酐和尿素氮水平,研究组干预后分别是(1.04±0.32)g/24h、(77.21±9.38)μmol/L、(6.48±0.93)mmol/L,比对照组(1.99±0.41)g/24h、(93.15±11.64)μmol/L、(7.85±1.14)mmol/L低,P<0.05。结论:于糖尿病肾病中用个性化康复护理,利于肾功能的恢复。

关键词:个性化康复护理;效果;糖尿病肾病;血肌酐

临床上,糖尿病肾病十分常见,乃糖尿病比较严重的一种并发症,可导致患者的死亡,危害性极大^[1]。尽管,通过积极的对症治疗能够抑制糖尿病肾病的进展,但为能确保疗效,促进患者康复进程,还应予以其精心的护理。本文选取72名糖尿病肾病病患(2020年1月-2021年8月),旨在分析个性化康复护理用于糖尿病肾病的价值,如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

2020年1月-2021年8月本科接诊糖尿病肾病病患72例,随机均分2组。研究组女性16例,男性20例,年纪在45-79岁之间,平均(64.58±2.49)岁;糖尿病病程在2-18年之间,平均(8.46±1.73)年。对照组女性17例,男性19例,年纪在44-79岁之间,平均(64.25±2.53)岁;糖尿病病程在2-17年之间,平均(8.01±1.56)年。患者精神正常,意识清楚,无药敏史。排除自身免疫系统疾病者、精神病者、糖尿病痛症酸中毒者与肿瘤者。2组年纪等资料对比,P>0.05,具有可比性。

1.2 方法

2组常规护理:检查协助、用药指导与血糖监测等。研究组配合个性化康复护理:(1)采取多种模式相结合,包括开展讲座、视频宣教、口头宣教或发放宣传册等,为患者讲述糖尿病肾病的病理知识,介绍治疗目的、原理、操作流程和预期疗效等。认真解答患者提问,打消其顾虑。(2)了解患者饮食喜好,同时结合疾病治疗原则,制定个体化的饮

食方案。严格控制患者蛋白质的摄入量,嘱患者适当食用富含优质蛋白的食物,如:牛奶、鱼、大豆和精瘦肉等。要求患者饮食清淡,尽量选择高维生素、低盐、低磷与高钙的食物,禁食油腻、辛辣和刺激的食物。控制患者每日钠盐摄入量低于6g,若患者合并高血压,需控制其每日钠盐摄入量低于3g。嘱患者少量多餐,多食用新鲜果蔬,多饮水,确保排便顺畅。(3)热情与患者沟通,帮助患者解决心理问题。用温暖的语言安抚患者,为患者播放舒缓的乐曲,促使其身体放松。尊重患者,理解患者,保护好患者隐私。邀请预后较好的糖尿病肾病人现身说法,向患者分享治疗心得,以起到激励患者的作用。教会患者如何调整心态,包括深呼吸与冥想等。(4)评估患者身体状况,同时根据评估结果,指导其做适量的有氧运动,如:打太极拳、散步、打乒乓球和慢跑等,每次30min左右,每周4-5次,以改善其体质,增强机体免疫力。

1.3 评价指标

检测2组干预前/后24h尿蛋白定量、血肌酐和尿素氮水平。

1.4 统计学分析

数据处理经SPSS 20.0,t对计量资料($\bar{x} \pm s$)检验, χ^2 对计数资料[n(%)]检验。若P<0.05,提示差异显著。

2 结果

针对24h尿蛋白定量、血肌酐和尿素氮水平,2组干预前比较无显著差异,P>0.05,研究组干预后比对照组低,P<0.05。如表1。

表1 统计肾功能指标评估结果表 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	24h尿蛋白定量(g/24h)		血肌酐(μmol/L)		尿素氮(mmol/L)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	36	2.91±0.85	1.04±0.32	128.74±18.53	77.21±9.38	9.34±1.01	6.48±0.93
对照组	36	2.96±0.87	1.99±0.41	128.65±18.29	93.15±11.64	9.42±1.05	7.85±1.14
t		0.2154	4.0136	0.2247	7.2915	0.2197	4.1278
P		0.1682	0.0000	0.1583	0.0000	0.1654	0.0000

3 讨论

对糖尿病病患而言,若其血糖长期处于高水平状态,将容易引起肾脏病变,也就是临床上所谓的糖尿病肾病^[2]。有报道称,糖尿病肾病在早期通常无自觉症状,但在进展至中后期时会出现蛋白尿、高血压与水肿等症状,若不积极干预,将会进展至肾衰竭^[3]。个性化康复护理乃新兴的护理模式之一,涵盖以人为本理念,可从饮食、认知、运动和心理等方面入手,对患者施以专业化的护理,以消除其不良心理,减少不良事件发生几率,促进肾功能恢复,改善预后^[4]。此研究,在24h尿蛋白定量、血肌酐与尿素氮水平上,研究组干预后比对照组低,P<0.05。

综上,糖尿病肾病用个性化康复护理,利于肾功能的恢复,建议推广。

参考文献

- [1]赵彩云,李巧玲.糖尿病肾病护理中个性化康复护理模式的运用效果评价[J].健康大视野,2021(19):32,34.
- [2]王琴.个性化康复护理对糖尿病肾病患者预后效果的影响分析[J].糖尿病天地,2020,17(3):247-248.
- [3]徐娥.个性化康复护理对改善糖尿病肾病患者肾功能及生活质量的影响[J].医学信息,2020,33(14):92-94.
- [4]张秀娟.糖尿病肾病患者应用个性化康复护理的效果和护理质量观察[J].反射疗法与康复医学,2020,29(1):179-180.