

# 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<sup>[1]</sup>。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， $\chi^2$ 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<sup>[2]</sup>。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<sup>[3]</sup>。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<sup>[4]</sup>。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.