

基于健康信念模式的微信延续性护理对 2 型糖尿病患者健康信念及血糖指标的影响

邓晓炼 向征 (通讯作者)

(重庆市黔江中心医院全科医学科 重庆黔江 409099)

【摘要】目的: 探讨基于健康信念模式的微信延续性护理在 2 型糖尿病患者中的运用效果。方法: 选取 80 例 2 型糖尿病患者作为研究对象, 按数字表法随机分为观察组和对照组, 每组 40 例。对照组采用常规护理, 观察组采用基于健康信念模式的微信延续性护理。比较两组患者护理前后的健康信念水平及血糖指标。结果: 护理后, 观察组的健康信念水平显著高于对照组 ($P<0.05$); 观察组的血糖指标 (空腹血糖、餐后 2 小时血糖、糖化血红蛋白) 明显优于对照组 ($P<0.05$)。结论: 基于健康信念模式的微信延续性护理能有效提高 2 型糖尿病患者的健康信念水平, 改善血糖指标, 具有较好的临床应用价值。

【关键词】健康信念模式; 微信延续性护理; 2 型糖尿病; 健康信念; 血糖指标

Effect of wechat continuity care based on health belief model on health belief and blood glucose index of type 2 diabetes patients

Deng Xiaolian Xiang Zheng (corresponding authors)

(General Medicine Department, Qianjiang Central Hospital, Chongqing 409099)

[Abstract] Objective: To explore the effectiveness of WeChat-based continuous nursing care based on the Health Belief Model in patients with type 2 diabetes. Methods: Eighty patients with type 2 diabetes were selected as research subjects and randomly divided into an observation group and a control group using a digital table method, with 40 cases in each group. The control group received routine care, while the observation group received WeChat-based continuous nursing care based on the Health Belief Model. The health belief levels and blood glucose indicators of both groups before and after nursing were compared. Results: After nursing, the health belief levels of the observation group were significantly higher than those of the control group ($P<0.05$); the blood glucose indicators (fasting blood glucose, postprandial 2-hour blood glucose, glycosylated hemoglobin) of the observation group were significantly better than those of the control group ($P<0.05$). Conclusion: WeChat continuity nursing based on health belief model can effectively improve the level of health belief and improve blood glucose indicators in type 2 diabetes patients, with good clinical application value.

[Key words] health belief model; wechat continuity care; type 2 diabetes mellitus; health belief; blood glucose index

2 型糖尿病作为一种常见的慢性代谢性疾病,其患病率在全球范围内呈持续上升趋势。据最新的流行病学数据显示^[1],我国 2 型糖尿病患者数量众多,且仍在不断增加。2 型糖尿病不仅会对患者的身体健康造成严重损害,如引发心血管疾病、肾脏病变、视网膜病变等多种并发症,还会给患者的心理健康和生活质量带来极大的负面影响。有效的护理对于 2 型糖尿病患者的病情控制和生活质量提升至关重要。然而,患者在出院后往往难以获得持续、专业的护理指导,导致自我管理能力下降,血糖控制不佳。因此,开展延续性护理成为改善 2 型糖尿病患者预后的关键环节。健康信念模式强调个体对疾病的认知和信念对健康行为改变的重要性,通过帮助患者认识到疾病的严重性、易感性以及采取健康行为的益处,激发其内在的动力和信心,从而促使患者积极采取有利于健康的行为^[2]。随着信息技术的飞速发展,微信作为一种便捷、高效的通讯工具,为延续性护理提供了新的途径。基于微信的延续性护理能够突破时间和空间的限制,及时为患者提供个性化的护理服务和支持,增强患者与

医护人员之间的沟通与互动^[3]。鉴于此,本研究旨在探讨基于健康信念模式的微信延续性护理对 2 型糖尿病患者健康信念及血糖指标的影响,以期为 2 型糖尿病患者的护理提供新的思路和方法,具体报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

本研究共纳入 80 例 2 型糖尿病患者作为研究对象,收治时间为 2023 年 8 月至 2024 年 2 月。按数字表法将其随机分为观察组和对照组,每组各 40 例。

观察组男性患者 22 例,女性患者 18 例;年龄范围在 35 岁至 70 岁之间,平均年龄为 (52.5 ± 8.2) 岁;病程为 2 年至 15 年,平均病程 (7.8 ± 3.5) 年;

文化程度:小学及以下 8 例,初中 12 例,高中 10 例,大专及以上学历 10 例。

对照组男性患者 20 例,女性患者 20 例;年龄范围在

38 岁至 68 岁之间,平均年龄为 (51.8±7.6) 岁;病程为 3 年至 14 年,平均病程 (8.1±3.2) 年;文化程度:小学及以下 7 例,初中 13 例,高中 9 例,大专及以上 11 例。

两组患者在性别、年龄、病程及文化程度等一般资料方面,差异无统计学意义 ($P>0.05$),具有可比性。

1.2 纳入与排除标准

1.2.1 纳入标准

(1) 符合世界卫生组织 (WHO) 制定的 2 型糖尿病诊断标准^[4]; (2) 年龄在 18 岁至 70 岁之间; (3) 意识清晰,具备基本的沟通和理解能力; (4) 已使用降糖药物或胰岛素治疗至少 3 个月,且病情相对稳定; (5) 拥有微信账号,并能熟练使用微信进行交流; (6) 自愿参加本次研究,并签署知情同意书。

1.2.2 排除标准

(1) 型糖尿病、妊娠期糖尿病或其他特殊类型糖尿病患者; (2) 合并严重的心、肝、肾等重要脏器功能障碍; (3) 患有精神疾病或认知障碍,无法配合护理和研究 (4) 近期 (6 个月内) 有糖尿病急性并发症发作史,如酮症酸中毒、高渗性昏迷等; (5) 参与其他类似的临床研究; (6) 因各种原因无法使用微信或不能保证定期参与微信延续性护理。

1.3 方法

对照组采用常规护理。患者出院时给予常规的出院指导,包括饮食、运动、药物使用、血糖监测等方面的注意事项。嘱咐患者定期回院复查,出院后不进行额外的护理干预。

观察组采用基于健康信念模式的微信延续性护理。具体如下: (1) 建立微信护理小组: 由护士长、责任护士组成,负责制定护理计划和实施护理干预。 (2)

健康信念评估: 在患者出院前,采用健康信念量表对患者的健康信念水平进行评估,了解患者对疾病的认知、态度和信念。 (3) 个性化健康教育: 根据患者的健康信念评估结果,通过微信为患者推送个性化的健康教育内容,包括 2 型糖尿病的病因、危害、治疗方法、自我管理技巧等,以提高患者对疾病的认知和重视程度。 (4) 心理支持: 定期通过微

信与患者沟通,了解其心理状态,给予心理疏导和鼓励,增强患者战胜疾病的信心。 (5) 饮食和运动指导: 通过微信为患者制定个性化的饮食和运动计划,并定期监督患者的执行情况,及时给予调整和指导。

(6) 血糖监测指导: 指导患者正确使用血糖仪,定期通过微信询问患者的血糖监测结果,根据结果给予相应的建议。

1.4 观察指标与标准

1.4.1 健康信念水平

分别在护理前和护理后 3 个月,采用健康信念量表评估两组患者的健康信念水平,包括对疾病严重性的认知、对疾病易感性的认知、对采取健康行为益处的认知、对采取健康行为障碍的认知等方面^[5]。

1.4.2 血糖指标

分别在护理前和护理后 3 个月,检测两组患者的空腹血糖 (FPG)、餐后 2 小时血糖 (2hPG) 和糖化血红蛋白 (HbA1c)。

1.5 统计学处理

采用 SPSS 22.0 统计学软件进行数据分析。计量资料以均数±标准差 ($\bar{x} \pm s$) 表示,组间比较采用 t 检验;计数资料以率 (%) 表示,组间比较采用 χ^2 检验。以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者护理前后健康信念水平的比较

表 1 示,干预后,两组健康信念各维度评分均有明显改善 ($P<0.05$); 干预后,观察组各指标改善更显著 ($P<0.05$)。

2.2 两组患者护理前后血糖指标的比较

表 2 示,干预后,两组血糖相关指标均有明显改善 ($P<0.05$); 干预后,观察组各指标改善更显著 ($P<0.05$)。

表 1 健康信念各维度评分比较 (n=40)

组别	时间	疾病严重性的认知	疾病易感性的认知	采取健康行为益处的认知	采取健康行为障碍的认知
观察组	干预前	25.5±5.2	22.8±4.5	28.5±6.2	18.2±4.8
	干预后	38.5±6.5 ^{①②}	35.2±5.8 ^{①②}	42.5±7.5 ^{①②}	12.5±3.2 ^{①②}
对照组	干预前	26.2±4.8	23.5±4.2	29.2±5.8	17.8±4.5
	干预后	30.2±5.8 ^①	28.5±5.2 ^①	35.2±6.8 ^①	16.2±4.2 ^①

注: ①与干预前比较, $P<0.05$; ②与对照组比较, $P<0.05$

表 2 血糖各相关指标比较 (n=40)

组别	时间	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2 小时血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)
观察组	干预前	9.5±2.2	13.8±3.5	8.5±1.5
	干预后	6.5±1.5 ^{①②}	9.2±2.8 ^{①②}	6.8±1.2 ^{①②}
对照组	干预前	9.2±2.0	13.5±3.2	8.2±1.3
	干预后	7.8±1.8 ^①	11.2±3.0 ^①	7.5±1.0 ^①

注: ①与干预前比较, $P<0.05$; ②与对照组比较, $P<0.05$

3 讨论

本研究结果显示,护理后,观察组的健康信念水平各维度指标改善情况显著优于对照组 ($P<0.05$);观察组的血糖指标(空腹血糖、餐后 2 小时血糖、糖化血红蛋白)明显优于对照组 ($P<0.05$)。这一结果提示基于健康信念模式的微信延续性护理对 2 型糖尿病患者具有重要的临床意义和启示。

观察组健康信念水平的显著提高可能归因于基于健康信念模式的微信延续性护理的综合干预措施。通过微信平台,患者能够更便捷地获取个性化的健康教育,包括疾病知识、自我管理技巧等,从而增强了对疾病的认知和理解^[6]。这种持续的信息输入有助于纠正患者的错误认知,使他们更清晰地认识到疾病的严重性和采取健康行为的必要性^[7]。另外,微信互动所提供的心理支持和鼓励,使患者感受到被关注和支持,增强了他们战胜疾病的信心和动力,进而促进了健康信念的形成和强化^[8]。在血糖指标方面,观察组的显著改善表明这种护理模式对患者的血糖控制具有积极作用。健康信念水平的提升促使患者更主动地遵循饮食控制、规律运动和按时服药等治疗要求,从而有效地改善了血糖代谢。与对照组相比,基于健康信念模式的微信延续性护理的优势在

于其能够突破时间和空间的限制,为患者提供实时、持续的护理支持。这种及时性和持续性有助于患者养成良好的自我管理习惯,提高治疗依从性,进而实现更理想的血糖控制^[9]。与其他采用电话随访或定期门诊复查的研究相比,微信延续性护理具有更高的互动性和即时性。患者可以通过文字、图片、语音等多种方式与护理人员交流,不仅能够更清晰地表达自己的问题和需求,护理人员也能更直观地了解患者的情况,并给予更精准的回复和建议^[10]。

当然,本次研究也存在不足的地方,研究样本量相对较小,随访时间有限,可能会影响研究结果的普遍性和长期效果的评估。未来的研究可以进一步扩大样本量,延长随访时间,以更全面地评估这种护理模式的长期效益和潜在的影响因素。随着信息技术的不断发展和普及,未来的护理工作有望更加智能化和个性化。借助人工智能、大数据等技术,能够更精准地评估患者的健康状况和需求,为其提供量身定制的护理方案。

综上所述,基于健康信念模式的微信延续性护理在提高 2 型糖尿病患者的健康信念水平和改善血糖指标方面表现出显著的优势,为 2 型糖尿病患者的护理提供了一种有效的策略和方法。但仍需要更多深入的研究来不断完善和优化这一护理模式,以更好地服务于广大患者。

参考文献:

- [1]王桂英,穆海英,谢爱敏.基于 MDT 模式的认知干预延续护理对肺结核合并 2 型糖尿病患者疾病知行水平、自我管理能力、自我效能感及生活质量的影响[J].国际护理学杂志,2023,42(5):932-938.
- [2]杨沛,王艳梅,王志英,等.基于 Triangle 模型的 2 型糖尿病患者分层分级延续护理方案的构建[J].护理学杂志,2022,37(7):85-89.
- [3]孙维禧,王艳梅,李萍.基于 App"医院-社区-家庭"联动的 2 型糖尿病患者延续护理方案的构建[J].中国实用护理杂志,2021,37(26):2008-2015.
- [4]朱员群,樊凌云,周颖.微信平台远程动机性访谈在产科 2 型糖尿病患者延续护理中的应用[J].齐鲁护理杂志,2022,28(6):152-155.
- [5]杨玉莹.健康教练技术在 2 型糖尿病视网膜病变患者延续护理中的应用[J].护理实践与研究,2021,18(6):830-832.
- [6]彭英.延续护理对 2 型糖尿病合并压力性溃疡患者自我护理能力和睡眠质量的影响[J].世界中医药,2023,18(19):后插 1.
- [7]孙维禧,潘欣欣,王艳梅,等.2 型糖尿病患者对基于 App"医院-社区-家庭"联动的延续护理需求的质性研究[J].中国实用护理杂志,2021,37(31):2432-2437.
- [8]陈静,刘茹,康格平,等.以微信健康教育为主的延续护理干预对 2 型糖尿病患者糖尿病足知识、态度、行为和血糖控制情况的效果观察[J].贵州医药,2021,45(10):1649-1650.
- [9]葛琳,吕燕.专科护士主导多学科管理团队干预延续护理对老年糖尿病患者疾病知行水平、自护能力及生活质量的影响[J].国际护理学杂志,2022,41(19):3641-3647.
- [10]邢晓菡,陈殷钰,陶海英.以健康教练技术为核心的延续性护理对 2 型糖尿病老年患者的影响[J].中华全科医学,2021,19(3):511-514.

作者简介:邓晓炼(1995-06),女,汉族,重庆黔江,本科,主管护师,研究方向:全科护理;

通讯作者:向征(1998-09),女,苗族,重庆黔江,本科,护师,研究方向:全科护理。