

# 联动式健康教育模式在糖尿病延续护理中的应用效果

张琳娜 孙云霞

(牙克石市人民医院 内蒙古呼伦贝尔 022150)

**【摘要】**目的:评价对糖尿病患者进行联动式健康教育模式护理的应用效果。方法:选取我院糖尿病患者60例,分为两组,对照组进行常规护理,观察组进行联动式健康教育模式护理,对比组间患者的生活质量,健康教育效果和护理满意度。结果:观察组患者的生活质量,健康教育效果和护理满意度显著优于对照组( $P < 0.05$ )。结论:通过对糖尿病患者进行联动式健康教育模式护理,能够提高患者的生活质量和健康知识水平。

**【关键词】**糖尿病;联动式健康教育模式;护理;生活质量;健康知识水平

The application effect of linkage health education model in diabetes continuation care

Zhang Linna Sun Yunxia

(Yakeshi People's Hospital, Inner Mongolia Hulunbuir 022150)

**[Abstract]** Objective: To evaluate the application effect of linkage health education model nursing for diabetic patients. Methods: 60 diabetic patients in our hospital were selected and divided into two groups. The control group conducted routine nursing, and the observation group conducted joint health education mode nursing to compare the quality of life, health education effect and nursing satisfaction of the patients between the groups. Results: The quality of life, health education effect and nursing satisfaction of the patients in the observation group were significantly better than those in the control group ( $P < 0.05$ ). Conclusion: The quality of life and health knowledge of diabetic patients can be improved through the joint health education model nursing.

**[Key words]** Diabetes; linkage health education model; nursing; quality of life; health knowledge level

糖尿病是一种常见的代谢性疾病,其特点是血糖代谢紊乱,导致血糖水平升高。随着现代生活方式的变化,糖尿病的发病率呈上升趋势。据全球糖尿病联盟统计,截至2019年,全球患有糖尿病的人数已经达到4.63亿<sup>[1]</sup>。在中国,糖尿病也是一种十分常见的疾病,据国家卫生健康委员会发布的数据显示,2019年,中国糖尿病患者已经达到1.16亿人之多<sup>[2]</sup>。糖尿病对患者的身体健康和生活质量都会产生严重影响,因此,对糖尿病的防治十分重要。而联动式健康教育模式对于糖尿病患者的防治也有着十分重要的作用。联动式健康教育是指在糖尿病治疗和管理过程中由医护人员、社区机构、患者和家属组成的团队,在相互之间协作配合的基础上,实现糖尿病获得性并发症的预防、监测和控制,以达到更好的治疗效果和生活质量的提高<sup>[3]</sup>。联动式健康教育包括三部分:健康宣教、疾病管理和跟踪回访。随着现代生活方式的变化和食品结构的改变,糖尿病患病率不断上升,这给医疗保健系统、病患和他们的家庭带来了重大的负担<sup>[4]</sup>。联动式健康教育模式的实施对于糖尿病管理和治疗方案的成功实施具有至关重要的意义。在这种模式下,护理人员是最重要的联络人员。所以,糖尿病患者的联动式健康教育护理机制需要进一步完善,为临床护理提供有效的理论指导、技术支架和模式创新。本文通过对糖尿病患者进行联动式健康

教育模式护理,旨在探究其对患者生活质量及健康知识水平的影响,现报道如下。

## 1.1 一般资料

选取2022年1月到2022年12月糖尿病患者60例,分为两组,对照组患者30例,平均年龄( $54.42 \pm 2.37$ )岁,观察组患者30例,平均年龄( $53.52 \pm 2.47$ )岁。

纳入标准:①患者生命体征正常;②不存在其他合并症;排除标准:①患者存在精神系统疾病;②患者及家属不配合研究者。

## 1.2 方法

对照组进行常规护理,观察组进行联动式健康教育模式护理,具体内容为:

### 1.2.1 健康宣教环节

对糖尿病的原因、症状、诊断、治疗和并发症的介绍。护理人员要向患者和家属介绍糖尿病的基本知识,包括其发病机制、危险因素、预防措施、血糖监测、药物治疗、饮食要求和运动规律等。针对患者的症状、验血报告、治疗方案等具体问题解答和指导。通过日常宣教,加强患者的自我管理意识,提醒他们及时就诊和接受治疗,有效控制糖尿病。

### 1.2.2 与患者共同制定个体化的治疗目标和计划。

护理人员与患者共同制定并协议达成个性化治疗目标和计划。包括饮食计划、药物治疗方案、运动规律、血压、血糖的监测频率、并发症的风险评估和控制操作等。同时,也需要了解患者的特殊生活环境和日常习惯,在此基础上制定相应的康复措施,达到更好的治疗效果。

### 1.2.3 强调药物的正确使用方法和副作用管理。

护理人员需对患者讲解药物治疗原理、剂量和使用方法等相关规定。同时强调在用药过程中应注意药物的副作用,如低血糖、高血糖等情况,指导患者及时就医或处理。

### 1.2.4 落实血糖、尿常规等检查监测工作。

护理人员应为糖尿病联动式健康教育护理的患者建档。建档后护理人员要将患者的基本信息、既往病史、现病史、身体状况、体征、特殊检查结果等一系列信息记录在患者的个人档案中。同时,还要记录其糖尿病的发病时间、治疗和控制情况、最近一次就医时间、服用的药物、治疗和控制效果等相关信息。护理人员需要对患者的血糖监测频率进行评估,通常情况下,血糖监测频率是两到三次/日。这些数据将被纪录在患者的个人数据表中,以便对其糖尿病的整体治疗效果进行评估。护理人员还需要制定监测计划,包括监测计划的时间、地点、方法、结果的纪录等。这些计划应准确、全面、具体、操作简单,便于患者自行完成。

### 1.2.5 开展糖尿病的风险评估和并发症管理。

护理人员对患有糖尿病的患者进行风险评估,针对其可控和不可控的因素,进行有效干预和管理。同时,做好常规随访,定期检查患者的视力、神经和肾功能等指标,对于糖尿病并发症进行及时干预和治疗。

### 1.2.6 制定营养计划和膳食指导。

护理人员根据患者的具体情况制定个性化的营养计划,指导患者在饮食上保持平衡,注意摄取营养,合理配比食物,以达到控制血糖的目的。同时,针对饮食中热量、脂肪和糖分等应该注意的事项进行详细的指导,强调对于糖类的摄入量要严格控制。

### 1.2.7 跟踪回访

对于患者稳定情况的跟踪回访。对于有稳定情况的糖尿病患者,每周 1 次进行电话咨询或上门回访,了解病情变化、血糖数据、并发症等情况。同时,根据患者的情况及时调整治疗方案,提供科学治疗、健康生活指导和疾病防治方案。对于患者病情波动的跟踪回访。对于患有糖尿病的病情波动的患者,需要密切的跟踪回访,每周 2 次或以上,并采取相应的治疗和干预措施,及时处理危急病情,防止并发症的发生。

## 1.3 研究指标

观察两组患者生活质量,健康知识水平和护理满意度。

## 1.4 统计学方法

统计学结果由 SPSS26.0 统计学软件统计完成,若组间数据对比结果差异显著  $P < 0.05$ , 则具有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比两组患者的护理满意度

观察组的患者对护理的满意度高于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

表 1 对比组间患者护理满意度[ ( $\bar{x} \pm s$ ) /分]

组别	例数	护理技术	护理态度	护理及时性	健康教育
观察组	30	22.4 ± 1.3	23.1 ± 1.6	23.2 ± 1.3	22.7 ± 1.7
对照组	30	18.9 ± 2.1	19.4 ± 1.6	17.9 ± 1.7	15.4 ± 2.1
t	-	7.761	8.956	8.957	14.798
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

表 2 对比组间患者的健康教育效果[ ( $\bar{x} \pm s$ ) /分]

组别	例数	疾病知晓	合理用药	生活知识知晓	不良反应知晓
对照组	30	65.36 ± 2.69	64.95 ± 2.85	70.81 ± 5.17	68.93 ± 4.64
观察组	30	86.91 ± 2.94	85.90 ± 2.64	90.64 ± 5.62	89.61 ± 4.59
t	-	58.322	39.260	18.905	23.067
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

表 3 两组患者生活质量评分比较[ ( $\bar{x} \pm s$ ) /分]

组别	例数	食欲	精神	睡眠	家庭理解	对疾病的认识	对治疗的了解	日常生活
对照组	30	3.3 ± 0.5	2.1 ± 0.3	2.9 ± 0.7	2.7 ± 0.5	2.1 ± 0.6	2.9 ± 0.5	2.7 ± 0.6
观察组	30	3.8 ± 0.3	2.9 ± 0.4	3.4 ± 0.5	3.0 ± 0.7	2.6 ± 0.7	3.5 ± 0.4	3.1 ± 0.5
t	-	6.183	11.537	4.191	2.514	3.910	6.757	3.693
P	-	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

## 2.2 比较两组患者的健康教育效果

观察组患者的健康教育效果优于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

## 2.3 两组患者生活质量评分

观察组各方面评分均高于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表 3。

## 3. 讨论

糖尿病是指机体胰腺分泌的胰岛素不足或者组织对胰岛素的敏感度降低, 导致血糖水平升高, 从而出现一系列症状的临床综合征。糖尿病患者的血糖水平较高, 容易导致各种并发症的发生, 包括心血管疾病、肾病、眼病、神经病变等。糖尿病的类型主要有 1 型、2 型和妊娠期糖尿病三种。

1 型糖尿病是指胰岛素分泌不足, 需要进行胰岛素注射治疗。2 型糖尿病是指机体组织对胰岛素的敏感度降低, 一般采用口服药物或者注射胰岛素来治疗。妊娠期糖尿病是指妊娠期间出现的糖尿病, 可通过饮食控制和运动来进行治疗。糖尿病的主要症状包括饥饿感、口渴、尿频、体重下降、疲乏无力等。糖尿病的病因较为复杂, 除了基因和遗传因素之外, 还会受到生活习惯和环境等多种因素的影响。目前, 改变生活方式是预防和治疗糖尿病的重要措施之一。例如, 适当的运动、科学饮食等可以帮助控制糖尿病, 防止并发症的发生。联动式健康教育模式是指在医疗机构、社区卫生服务中心、学校、企事业单位等地域内, 建立起以糖尿病患者为核心、医生、营养师、心理干预师、社会工作者和访问医生等多学科和多领域工作人员为成员, 协作开展全程、全方位、全员和全社会参与的健康管理服务的模式<sup>[6]</sup>。联动式健康教育模式强调多学科协作, 多学科专业人员可以通过跨界合作, 解决患者的整体健康问题, 帮助患者全面掌握糖尿病的相关知识。例如, 医生可以根据患者的病情制定治疗方案,

营养师可以为患者提供科学的饮食建议, 心理干预师可以帮助患者缓解精神压力, 社会工作者可以提供社会支持等。联动式健康教育模式不仅关注患者的医疗服务, 还包括糖尿病的预防、健康促进和康复等方面的服务。例如, 通过对患者进行健康管理, 可以帮助患者掌握科学的运动方式, 改善饮食习惯, 提高自我保健能力等<sup>[7]</sup>。联动式健康教育模式强调全员参与, 包括医护人员、患者及家属、社区居民、医疗机构和政府机构等多方面参与。通过建立糖尿病防治宣传知识的渠道, 推广糖尿病防治科普知识, 增强患者的健康意识和自我管理的能力。通过联动式健康教育, 可以向患者传递科学的糖尿病健康知识, 帮助患者充分认识糖尿病的危害和预防控制的重要性, 提高患者的健康管理意识, 从根本上预防糖尿病的发生和并发症的发展。通过联动式健康教育, 可以帮助患者掌握科学的生活方式, 如健康饮食、运动锻炼、规律作息等, 提高患者的自我保健能力, 预防并控制糖尿病的发展。联动式健康教育可以建立医生、营养师、心理干预师等多学科医护人员之间的协作机制, 提高医护人员的专业水平和团队协作能力, 为患者提供更为全面和专业的医疗服务。联动式健康教育模式可以通过对患者的健康管理, 提高患者的自我保健能力, 降低糖尿病的发生率和并发症的发展, 减轻患者的痛苦, 降低医疗成本, 提高医疗效益。联动式健康教育可以通过社会工作者和政府机构的参与, 提供社会支持和保障, 加强社会参与, 形成全社会共同参与的糖尿病防治体系, 为患者提供更为综合和全面的服务。本文通过对糖尿病患者进行联动式健康教育模式护理, 结果表明, 观察组患者的生活质量, 健康知识水平和护理满意度均显著优于对照组 ( $P < 0.05$ )。

综上, 通过对糖尿病患者进行联动式健康教育模式护理, 能够提高患者的生活质量和健康知识水平, 值得推广。

## 参考文献:

- [1] 范卫红. 糖尿病延续性护理中应用联动式健康教育模式的效果分析[J]. 糖尿病新世界, 2021, 24 (10): 151-153+161.
- [2] 潘小兰, 梁端敏, 廖爱娇等. 联动式健康教育模式结合授权理论应用于糖尿病延续性护理中的效果分析[J]. 全科护理, 2020, 18 (28): 3761-3763.
- [3] 张倩. 联动式健康教育模式在糖尿病延续护理中的应用探讨[J]. 世界最新医学信息文摘, 2019, 19 (91): 232+234.
- [4] 项丽敏, 王玲, 张振芳等. 联动式健康教育模式对 2 型糖尿病患者自我感受负担及心理弹性的影响[C]//上海市护理学会. 第四届上海国际护理大会论文汇编. 第四届上海国际护理大会论文汇编, 2019: 233.
- [5] 杨小燕, 徐爱花, 邢海花. 联动式健康教育模式在糖尿病延续性护理中的应用价值分析[J]. 临床医药文献电子杂志, 2019, 6 (67): 113+116.
- [6] 周秀花, 罗秀娟, 陈琦仁. 糖尿病患者护理中联动式健康教育的应用价值研究[J]. 基层医学论坛, 2019, 23 (06): 842-843.
- [7] 彭国丽. 联动式健康教育模式在糖尿病延续性护理中的应用观察[J]. 中国医药指南, 2018, 16 (35): 187-188.