

# 自我饮食护理干预应用于糖尿病患者护理中效果分析

杨瑞霞

内蒙古自治区妇幼保健院

**[摘要]**目的: 探讨针对DM患者实施自我饮食护理干预的具体临床价值。方法: 对照组予以常规护理服务, 研究组在对照组基础上加用自我饮食护理干预。结果: 护理前两组HbA1c检测值对比 $P>0.05$ , 护理后研究组HbA1c水平低于对照组, 组间、组内数据对比均 $P<0.05$ ; 护理前两组SED评分对比 $P>0.05$ , 护理后研究组SED评分高于对照组, 两组数据组间、组内对比均 $P<0.05$ 。结论: 针对DM患者实施自我饮食护理干预有利于提高其血糖控制效果及自我效能感。

**[关键词]**糖尿病; 自我饮食护理干预; 血糖水平; 满意度

**[DOI]** 10.12252/j.issn.2096-6288.2020.03.761

糖尿病(diabetesmellitus, DM)是一种慢性代谢性疾病, 由于现阶段临床尚无针对此病的有效治愈手段, 提示患者需终身应用药物、饮食及运动干预等措施控制机体血糖水平, 因此针对DM患者的饮食干预措施对确保其疗效及预后至关重要, 有研究认为将自我饮食护理干预理念应用于DM患者临床护理工作中或可获得更优效果<sup>[1]</sup>。基于此, 本文将我院2018年05月-2019年07月期间收治的88例DM患者进行分组研究, 探讨针对DM患者实施自我饮食护理干预的具体临床价值, 以利于为今后临床护理工作合理取舍针对此类病患的护理方案提供可靠参考依据, 现将研究情况详述如下。

## 一、资料与方法

### (一) 一般资料

88例DM患者经由信封法随机分为2组, 其中研究组( $n=44$ )男:女=23:21, 年龄:范围37-84岁、平均( $62.35\pm 1.07$ )岁, 病程:范围1-9年、平均( $3.64\pm 0.52$ )年; 对照组( $n=44$ )男:女=24:20, 年龄:范围35-82岁、平均( $62.27\pm 1.11$ )岁, 病程:范围1-8年、平均( $3.59\pm 0.51$ )年。两组上述一般资料各项数据对比结果均为 $P>0.05$ (即本次研究分组情况具有可比性)。

### (二) 方法

#### 1. 护理方法

对照组予以病情与体征观察、血糖监测、遵医嘱给药、预防并发症、运动干预、科学饮食宣教等常规护理服务。研究组在对照组基础上加用自我饮食护理干预, 具体如下:

(1) 组建自我饮食护理干预小组, 组员均由本科室高年资、高职称临床护理工作组成, 上岗前经由专业培训掌握DM自我饮食护理干预的方法、了解该护理模式的意义; (2) 根据DM患者具体情况(如病程、年龄、既往饮食习惯等)评估其

机体营养状态并计算每日营养摄入量, 根据计算结果为患者制定针对性的健康食谱, 每日正常人体所需总热量范围控制在6275-8785KJ, 遵循食物组成中脂肪、蛋白质、碳水化合物所占比例相对固定(分别为20%-25%、15%-20%、55%-60%)的饮食原则; (3) 加强培养患者自我饮食管理意识, 告知其少食多餐对血糖控制的必要性及重要性, 通过列举既往典型病例使其了解未能够遵循饮食管理要求可能造成的严重后果;

(4) 发放并指导患者正确使用自我饮食管理手册, 详细记录其每日食物摄入情况, 具体包括进食时间、食物名称及用量等, 同时需培养其按需进行血糖监测的方法及意识; (5) 组员通过定期集中讨论, 了解上一阶段DM患者自我饮食护理干预工作中的成效及存在的问题, 提出解决对策并应用于下一阶段DM患者自我饮食护理干预工作中。

#### 2. 观察指标

(1) 糖化血红蛋白: 记录并对比两组护理前、护理后糖化血红蛋白(glycosylated hemoglobin, HbA1c)检测值变化情况; (2) 自我效能感: 记录并对比两组护理前、护理后自我效能感变化情况, 利用糖尿病自我效能感量表(the self-efficacy for diabetes, SED)对该指标进行准确评价, 量表涉及8个条目、每条目采用10级评分法(1-10分), 总评分8-80分, 分数、被评价者自我效能感二者相关性为正。

#### (三) 统计学方法

本文中各类数据表示方式及检验方式如下: (1) 计量资料: ( $\bar{x}\pm s$ )、t检验; (2) 计数资料: [ $n(\%)$ ]、 $\chi^2$ 或Fisher精确检验。数据处理选用统计产品与服务解决方案软件(版本号: SPSS.26), 显示结果为 $P<0.05$ , 说明组间/组内数据对比差异显著(存在统计学意义)。

表1 两组护理前后HbA1c水平对比 ( $\bar{x} \pm s$ ; %)

组别	HbA1c (%)		t	P
	护理前	护理后		
研究组 (n=44)	8.43±1.37	6.38±0.80	8.571	<0.001
对照组 (n=44)	8.49±1.41	7.41±1.12	3.978	<0.001
t	0.202	4.964		
P	0.840			

注：表格中统计学数值均统一为小数点后三位，若P值计算结果显示小数点后三位均为0（即0.000），则表格中表述为P<0.001。

## 二、结果

### （一）HbA1c

经分析可知，护理前两组HbA1c检测值对比无统计学意义（ $P>0.05$ ）；护理后两组HbA1c水平均有所下降，研究组该指标检测值低于对照组，数据组间（研究组、对照组治疗后）、组内（各组治疗前、治疗后）对比均存在统计学意义（ $P<0.05$ ），如表1。

### （二）自我效能感

护理前，研究组SED评分（ $42.35 \pm 5.18$ ）分，对照组SED评分（ $42.46 \pm 5.20$ ）分，数据对比 $t=0.099$ ， $P=0.921$ （无统计学意义）；护理后，研究组SED评分（ $70.29 \pm 5.44$ ）分，与护理前对比 $t=24.672$ ， $P<0.001$ （有统计学意义），对照组SED评分（ $57.81 \pm 2.63$ ）分， $t=17.473$ ， $P<0.001$ （有统计学意义），两组数据组间对比 $t=13.700$ ， $P<0.001$ （有统计学意义）。（注：若P值计算结果显示小数点后三位均为0（即0.000），则表格中表述为 $P<0.001$ ）

## 三、讨论

饮食情况对DM患者机体血糖水平的影响已得到多方研究证实，但由于部分患者存在不了解饮食对血糖控制效果的影响、对饮食干预重视程度不足等问题，因此未能够通过正确有效的饮食干预措施达到满意的血糖控制效果。既往临床针对DM患者的常规护理服务以医嘱为中心，根据医嘱内容为患者提供相应检查、治疗等项目，患者在护理过程中处于被动接受状态。近年来随着临床护理领域深入研究，越来越多的护理人员认识到充分发挥DM患者自身主观能动性对护理效

果的正性影响。

自我饮食护理干预是近年来于临床推广的新型护理理念，其主张以DM患者为中心，指导其参与自身饮食干预工作中，变被动为主动，充分发挥患者主观能动性，从而起到积极配合临床护理的目的，有利于确保DM患者获得更优饮食护理效果。本文也已通过分组研究证实，研究组DM患者在常规护理基础上加用自我饮食护理干预后，该组HbA1c水平显著低于未加用自我饮食护理干预的对照组。此外，有研究认为DM健康信念主要涉及自我障碍感、行为效果认知、自我效能感等方面，其中自我效能感是对个体自我管理行为的核心影响因素<sup>[2]</sup>。本文进一步分析两组护理效果可知，研究组护理后自我效能感得到有效提升，此结论与涂飞容<sup>[3]</sup>等人研究结果相符。

综上所述，针对DM患者实施自我饮食护理干预有利于提高其血糖控制效果及自我效能感，值得今后推广。

### 参考文献：

- [1] 鲍金雷, 孙博伦, 黄卫东, 等. 正念饮食察觉训练对糖尿病患者自我管理和饮食行为的影响[J]. 护理学报, 2019, 26(19): 66-69.
- [2] 吴敏娟, 翁泽华, 蒋海璇, 等. 个性化饮食指导联合自我效能干预对糖尿病视网膜病变患者的影响[J]. 护理实践与研究, 2019, 16(20): 7-10.
- [3] 涂飞容, 林湛惠, 巫美娟. 个性化饮食指导联合自我效能干预在妊娠期糖尿病患者护理中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2019, 25(15): 90-93.