

异常腹型肥胖患者的干预效果研究

靳雨笛

(重庆医科大学附属第二医院 重庆 400000)

[摘要]目的探讨针对异常腹型肥胖患者采用干预措施的应用效果。方法以60名异常腹型肥胖患者作为研究对象,采用随机分组法设置对照组和观察组。对照组使用常规运动干预观察组,在此基础上增加电子运动平台技术运动管理模式,对比两组患者实施干预之后的各项指标数据,包括血糖指标、糖化血红蛋白、胰岛素指标、胰岛素抵抗指数、血脂指标、体质指数等。结果观察组的整体治疗效果要明显优于对照组,差异明显,具有统计学意义($P < 0.05$)。结论 针对异常腹型肥胖患者而言,增加必要的干预措施能够取得更好的临床治疗效果,对其血糖水平以及体质改善效果良好,有必要在临床上进行推广应用。

[关键词]电子运动平台技术;糖耐量异常;腹型肥胖;运动管理;体质指数

[DOI] 10.12252/j.issn.2096-6288.2021.04.1534

腹型肥胖又称为中心型肥胖,是指人体腹腔脏器周围堆积过多脂肪组织而引发的疾病。受到人们生活质量水平提高的影响,人们在饮食摄入方面面临着营养过剩的问题,这是导致近几年腹型肥胖发病率逐年提升的原因。刘国研究资料表明,患有父亲肥胖症的患者,其血糖和血脂水平会出现增高现象,并且多合并糖耐量异常症状而该症状往往是糖尿病的前期表现,并且存在双向性特征,可能发展为糖尿病,也可能回归正常。因此针对存在糖耐量异常的患者,采取必要的干预措施十分关键,能够有效预防糖尿病的出现。临床上关于异常腹型肥胖患者的治疗方法多采用药物的方式进行控制,确保其血糖水平处于正常范围,但如果出现停药,很容易引发反弹现象,而长期的药物服用,会对患者的肝、肾功能产生负面影响。因此迫切需要采用健康的治疗方法,针对该类患者的血糖水平进行控制。基于此,本文主要探讨将电子运动平台技术运动管理应用于异常腹型肥胖患者的临床干预中,现报告如下。

1 资料与方法

1.1 研究对象

本次研究的实验对象为60名糖耐量异常腹型肥胖患者,是我院于2019年7月份到2020年7月份收治。采用随机分组法,设置对照组和观察组,观察组的30名患者中,男女患者的比例为17:13,最小年龄,43岁,最大的年龄81岁;对照组的30名患者都能领患者,比例为16:14,最小年龄41岁,最大年龄79岁。所有患者其余一般质量无明显差异,不具备统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 方法

本次研究中的最大组患者主要采用常规运动指导进行护理,主要运动方式为长时间的散步,每周进行五次散步,共进行12周的运动指导。观察组患者则在上述基础上增加电子运动平台技术运动管理模式,首先指导患者掌握计步器的使用以及佩戴方法。要求患者在用餐后一小时进行快步走,且行走频率在60步/min以上,时间持续半小时以上,每周进行五次,同样进行12周的运动训练。并对计步器手记录的单次运动总步数和有效步数进行统计分析。若记不起数据显示频率过低或者行走时间不足,则需要延长行走时间,确保每次运动量达标,并对患者的心率活动进行监测,合理控制运动量。

1.3 观察指标

本次研究的观察指标主要包括患者的血糖指标,于干预前后进行测试。除此之外,还使用螺旋CT对患者腹部的腹壁脂肪厚度进行扫描测量,对比干预前后的差异。

1.4 统计学处理

数据分析应用SPSS 20.0软件处理,计数资料的比较采用 χ^2 检验,组间比较采用t检验,以 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 2组干预前后血糖指标比较

干预前,观察组FPG、OGTT2h血糖、HbA1c水平与对照组相比差异无统计学意义($P > 0.05$);干预后,观察组FPG、OGTT2h血糖水平与对照组相比差异无统计学意义($P > 0.05$),但HbA1c水平低于对照组($P < 0.05$),

2.4 2组干预前后腹壁脂肪厚度、BMI指数比较

干预前,观察组腹壁脂肪厚度、BMI指数与对照组相比差异无统计学意义($P > 0.05$);干预后,观察组腹壁脂肪厚度与对照组相比差异无统计学意义($P > 0.05$),但BMI指数低于对照组($P < 0.05$),结果见表1

3 讨论

对于腹型肥胖患者而言,糖耐量异常十分常见,研究数据显示,糖耐量异常父亲,肥胖患者在糖耐量异常群体中的占据比例为72.79%,并且二者之间存在明显的双向关系。这是因为腹型肥胖患者,其脂肪集中于腹部内脏区域,该区域的脂肪细胞分解率较高,产物为游离脂肪酸,对于胰岛素的降解也产生抑制作用这,会引发血液中胰岛素浓度的上升,这是导致血糖、血脂和血压调节异常的主要机理,同时也是糖耐量异常的风险所在;此外,作为糖尿病发生或者发展期间的表现之一,糖耐量异常很有可能是腹型肥胖患者演变为2型糖尿病的重要征兆。因此,本研究的观察组患者主要使用电子运动平台技术,运动管理对患者的步行运动情况进行记录,包括其步行的频率和步行的时间,以此作为消耗量的判断标准,同时能够监测患者每日的运动情况,形成有效监督,帮助患者长期坚持运动,最终取得良好的减肥效果。研究结果显示,观察组患者在各项指标数据表现方面要明显优于对照组。

综上所述,运用电子运动平台技术对糖耐量异常腹型肥胖患者进行运动管理,能够明显降低患者血糖和血脂水平,降低BMI指数,有利于患者控制血糖和体质量。

参考文献

- [1]沈赞,包玉倩.腹型肥胖与非高密度脂蛋白胆固醇关系的研究进展[J].上海医学,2014,37(1):86-89.
- [2]刘德丰,陆强,丁伟利,等.简易体脂参数用于评价中青年入腹型肥胖可靠性的研究[J].中国糖尿病杂志,2014,22(6):525-528.

表1 2组干预前后腹壁脂肪厚度、BMI指数比较

指标	干预前		t/p	干预后		t/p
	观察组	对照组		观察组	对照组	
腹壁脂肪厚度/mm	36.92±5.47	37.28±6.03	0.242/0.810	31.54±4.92	33.47±5.11	1.490/0.142
BMI/(kg/m ²)	30.57±1.22	30.64±1.24	0.220/0.826	28.73±1.20	29.52±1.21	2.539/0.014