

全科护理在 2 型糖尿病患者血糖控制及生活质量改善中的应用

热比古丽·奥布力，帕则丽耶·阿卜来提

喀什地区第二人民医院 新疆喀什

【摘要】目的 探究全科护理模式在 2 型糖尿病患者中的应用效果。**方法** 选取 2024 年 3 月至 2025 年 3 月我院收治的 100 例 2 型糖尿病患者作为研究对象，采用随机数字表法分为对照组和实验组各 50 例。对照组实施常规糖尿病护理，实验组采用全科护理模式。对比两组患者空腹血糖、餐后 2h 血糖水平，生活质量评分及用药依从性。**结果** 干预后，实验组空腹血糖、餐后 2h 血糖均显著低于对照组；实验组生活质量评分高于对照组($t=10.125$, $P=0.000$)；实验组用药依从性高于对照组($\chi^2=8.944$, $P=0.003$)。**结论** 全科护理模式可有效优化 2 型糖尿病患者的血糖控制效果，提升患者用药依从性与生活质量，契合糖尿病长期管理的核心需求，操作可行性强，值得临床推广应用。

【关键词】 全科护理；2 型糖尿病；血糖控制；生活质量；用药依从性

【收稿日期】 2026 年 5 月 13 日

【出刊日期】 2026 年 6 月 12 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260321

Application of general nursing in glycemic control and quality of life improvement of type 2 diabetic patients

Rebiguli Obuli, Pazeliye Abulaiti

Kashi Region Second People's Hospital, Kashi, Xinjiang

【Abstract】Objective To explore the application effect of the general nursing model in patients with type 2 diabetes. **Methods** 100 patients with type 2 diabetes admitted to our hospital from March 2024 to March 2025 were selected as the research subjects. They were divided into the control group and the experimental group with 50 cases each by random number table method. The control group received routine diabetes care, while the experimental group adopted the general nursing model. The fasting blood glucose, 2-hour post-meal blood glucose levels, quality of life scores, and medication compliance of the two groups were compared. **Results** After intervention, the fasting blood glucose and 2-hour postprandial blood glucose in the experimental group was significantly lower than that of the control group; the quality of life score of the experimental group was higher than that of the control group ($t = 10.125$, $P = 0.000$); the medication compliance of the experimental group was higher than that of the control group ($\chi^2 = 8.944$, $P = 0.003$). **Conclusion** The general nursing model can effectively optimize the glycemic control effect of patients with type 2 diabetes, improve their medication compliance and quality of life, meet the core needs of long-term diabetes management, has strong operability, and is worthy of wide clinical application and promotion.

【Keywords】 General nursing; Type 2 diabetes; Glycemic control; Quality of life; Medication compliance

引言

2 型糖尿病是临床高发的慢性代谢性疾病，以血糖代谢紊乱为核心特征，长期血糖控制不佳易引发心、脑、肾等多系统并发症，严重威胁患者身心健康与生活质量，且需长期规范化干预与管理^[1]。当前常规糖尿病护理多聚焦单一血糖监测与用药指导，缺乏全方位、个性化的综合干预，难以满足患者长期管理的多元需求。全科护理以“全人、全程、全面”为核心理念，整合多维度护理资源，实现生理、心理、社会层面的协同干预。

基于此，本研究聚焦全科护理在 2 型糖尿病患者中的应用，探究其对血糖控制与生活质量的改善效果，为糖尿病护理模式创新提供支撑。

1 研究资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 3 月至 2025 年 3 月我院收治的 100 例 2 型糖尿病患者作为研究对象。纳入标准：符合《中国 2 型糖尿病防治指南（2022 年版）》中 2 型糖尿病的诊断标准，经空腹血糖、餐后 2h 血糖检测确诊；病

程 ≥ 1 年,意识清楚,能配合护理与随访;无严重肝肾功能衰竭、恶性肿瘤及精神疾病;患者及家属自愿参与本研究并签署知情同意书。排除标准:合并糖尿病酮症酸中毒、严重感染等急性并发症;妊娠期、哺乳期女性;认知功能障碍、无法配合血糖监测与护理;中途转院、退出研究或随访失联。采用随机数字表法分为对照组和实验组各 50 例,经统计学检验,两组患者在性别构成($\chi^2=0.041$, $P=0.840$)、年龄分布($t=0.287$, $P=0.775$)等基线资料方面差异无统计学意义($P>0.05$)。本研究经喀什地区第二人民医院伦理委员会审核批准(伦理审批编号:KSDE20240219)。

1.2 实验方法

两组患者均接受常规糖尿病药物治疗(口服降糖药或胰岛素注射),护理周期为 3 个月。对照组实施常规糖尿病护理,具体措施:每日监测患者空腹、餐后 2h 血糖,记录血糖变化,及时向医生反馈;简单告知患者用药剂量、时间及注意事项,提醒患者按时用药;常规讲解糖尿病基础常识,告知患者避免高糖、高脂饮食,适当运动;每月进行 1 次电话随访,了解患者血糖控制情况。实验组采用全科护理模式,构建“评估-干预-随访-优化”的闭环护理体系,整合多维度护理措施,具体如下:一是全面评估,入院 3 日内,护理人员结合患者血糖水平、病程、用药情况、饮食运动习惯、心理状态及家庭支持情况,制定个性化全科护理计划,明确护理重点与干预措施。二是生理护理与血糖管理,每日定时监测患者空腹、餐后 2h 及睡前血糖,建立血糖动态监测档案,根据血糖变化及时调整护理方案;规范指导患者用药,详细讲解药物作用机制、剂量、用药时间及不良反应,指导胰岛素注射患者掌握正确的注射方法、部位及注意事项,避免用药失误。三是健康宣教与饮食运动指导,采用通俗易懂的语言结合图文手册、视频讲解等方式,向患者及家属系统普及 2 型糖尿病发病机制、并发症危害、血糖控制要点等知识;结合患者饮食偏好与血糖水平,制定个性化饮食方案,控制总热量摄入,合理搭配主食、蔬菜、蛋白质,避免高糖、高油、高盐食物;根据患者年龄、体质及运动耐受度,制定适度运动计划,以有氧运动为主,指导患者规律运动,避免剧烈运动,同时监测运动前后血糖变化。四是心理干预,密切关注患者心

理状态,及时发现焦虑、抑郁等负面情绪,采用倾听、疏导、鼓励等方式,缓解患者心理压力,讲解血糖控制良好的案例,增强患者治疗信心;鼓励家属给予患者情感支持,营造良好的家庭护理氛围。五是全程随访管理,建立多渠道随访机制,每周进行 1 次电话随访,每 2 周进行 1 次上门随访,每月开展 1 次集中健康讲座,及时了解患者血糖控制、用药依从性、饮食运动执行情况,针对存在的问题优化护理方案,确保护理干预的持续性与针对性。

1.3 观察指标

①血糖控制水平,干预 3 个月后,监测并对比两组患者空腹血糖、餐后 2h 血糖水平;②生活质量,采用糖尿病患者生活质量量表(Diabetes Quality of Life Scale, DQoL)评估,满分 100 分,评分越高生活质量越优;③用药依从性,采用自制依从性量表评估,分为完全依从、部分依从、不依从,统计完全依从率。

1.4 统计学分析

采用 SPSS 26.0 统计学软件对研究数据进行分析处理,其中空腹血糖、餐后 2h 血糖、生活质量评分为计量资料,以($\bar{x}\pm s$)表示,组间比较采用 t 检验;用药依从性为计数资料,以[n(%)]表示,组间比较采用 χ^2 检验。 $P<0.05$ 为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者干预后血糖控制水平对比

干预 3 个月后,两组患者空腹血糖、餐后 2h 血糖水平对比差异均显著($P<0.05$)。对照组空腹血糖平均为(7.89 ± 1.12)mmol/L、餐后 2h 血糖为(10.56 ± 1.28)mmol/L,实验组分别(6.23 ± 0.85)mmol/L、(8.15 ± 1.02)mmol/L, t 值分别为 8.256、9.342, P 均=0.000。

2.2 两组患者干预后生活质量评分对比

两组患者干预后生活质量评分对比差异具有统计学意义($P<0.05$)。对照组平均评分为(67.58 ± 7.36)分,实验组为(83.42 ± 6.75)分, $t=10.125$, $P=0.000$ 。

2.3 两组患者干预后用药依从性对比

两组患者干预后用药依从性对比差异显著($P<0.05$)。对照组用药完全依从 36 例,依从率为 72.00%;实验组完全依从 47 例,依从率为 94.00%, $\chi^2=8.944$, $P=0.003$ 。

表 1 两组患者干预后血糖控制水平对比($\bar{x}\pm s$, mmol/L)

指标	对照组	实验组	t 值	P 值
空腹血糖	7.89 ± 1.12	6.23 ± 0.85	8.256	0.000
餐后 2h 血糖	10.56 ± 1.28	8.15 ± 1.02	9.342	0.000

表 2 两组患者干预后生活质量评分对比 ($\bar{x} \pm s$, 分)

指标	对照组	实验组	t 值	P 值
生活质量评分	67.58±7.36	83.42±6.75	10.125	0.000

表 3 两组患者干预后用药依从性对比[n (%)]

指标	对照组	实验组	χ^2 值	P 值
用药依从性	36 (72.00)	47 (94.00)	8.944	0.003

3 讨论

本研究结合 2024 年 3 月至 2025 年 3 月 100 例 2 型糖尿病患者的临床护理实践, 通过对比对照组与实验组的 3 项核心观察指标, 深入剖析全科护理模式的应用价值与内在作用机制, 为 2 型糖尿病临床护理模式的优化提供理论与实践支撑。

从血糖控制水平来看, 实验组患者干预后的空腹血糖、餐后 2h 血糖水平均显著低于对照组, 充分证实全科护理模式可有效优化患者的血糖控制效果。血糖控制是 2 型糖尿病治疗与护理的核心, 传统常规护理仅注重血糖监测与简单用药提醒, 缺乏对血糖变化的动态管控与个性化干预, 难以根据患者血糖波动及时调整护理方案, 且患者因缺乏系统的健康认知, 难以规范执行饮食、运动等干预措施, 导致血糖控制效果不佳。本研究中的全科护理模式, 通过建立血糖动态监测档案, 每日定时监测患者空腹、餐后 2h 及睡前血糖, 实时掌握血糖变化规律, 为护理方案的调整提供科学依据; 同时, 通过系统的健康宣教, 让患者充分认识到血糖控制的重要性, 掌握血糖自我监测的方法, 提升患者自我管理能力; 个性化饮食与运动指导, 结合患者个体情况制定合理的饮食与运动方案, 有效控制总热量摄入, 增强机体对胰岛素的敏感性, 辅助降低血糖; 规范的用药指导, 确保患者按时、按量用药, 避免用药失误导致的血糖波动, 多维度协同发力, 实现了血糖的稳定控制。而对照组采用常规护理, 缺乏动态血糖管控与个性化干预, 患者自我管理能力不足, 饮食、运动、用药的规范性难以保障, 因此血糖控制效果不理想, 血糖水平偏高。这一结果与相关研究结论一致, 进一步证实了全科护理模式在 2 型糖尿病血糖控制中的重要作用^[2]。

从生活质量评分来看, 实验组患者的生活质量评分显著高于对照组, 表明全科护理模式可有效改善患者的生活质量, 提升患者的身心健康水平。2 型糖尿病患者长期受疾病困扰, 需长期用药、严格控制饮食与运动, 易产生焦虑、抑郁等负面情绪, 且疾病本身及可能引发的并发症, 会严重影响患者的日常生活与心理状

态, 导致生活质量下降。传统常规护理多关注患者的生理指标, 忽视了患者的心理需求与生活体验, 难以有效改善患者的负面情绪与生活质量。本研究的全科护理模式, 坚持“全人护理”理念, 在注重血糖控制的同时, 加强对患者的心理干预, 密切关注患者的心理状态, 通过倾听、疏导、鼓励等方式, 缓解患者的心理压力, 讲解血糖控制良好的案例, 增强患者的治疗信心; 同时, 个性化饮食与运动指导, 在控制血糖的基础上, 尽可能兼顾患者的饮食偏好与运动耐受度, 减少护理干预对患者日常生活的影响; 全程随访管理, 及时解决患者在居家护理中遇到的问题, 为患者提供持续的护理支持, 让患者感受到被关注、被重视, 有效提升患者的生活满意度。此外, 鼓励家属参与护理过程, 营造良好的家庭护理氛围, 进一步增强患者的治疗动力与生活信心, 多维度改善患者的生活质量。而对照组采用常规护理, 缺乏心理干预与持续的随访支持, 患者的负面情绪难以得到缓解, 居家护理中遇到的问题无法及时解决, 因此生活质量评分偏低。这充分说明, 全科护理模式能够实现“生理护理+心理护理+生活护理”的全方位干预, 有效改善 2 型糖尿病患者的生活质量^[3]。

从用药依从性来看, 实验组患者的用药依从性显著高于对照组, 充分体现了全科护理模式在提升患者用药依从性、确保治疗效果中的重要价值。用药依从性是 2 型糖尿病患者血糖控制的关键, 患者能否按时、按量用药, 直接影响血糖控制效果与并发症发生风险。传统常规护理仅简单告知患者用药方法与注意事项, 缺乏对患者用药依从性的关注与干预, 部分患者因对药物不良反应的担忧、对疾病认知不足、忘记用药等原因, 出现不按时用药、擅自增减药量等情况, 导致用药依从性偏低, 影响治疗效果。本研究的全科护理模式, 通过系统的健康宣教, 向患者详细讲解药物的作用机制、剂量、用药时间及不良反应, 消除患者对药物的顾虑, 让患者充分认识到规范用药的重要性; 同时, 建立个性化用药提醒机制, 通过电话、微信等方式提醒患者按时用药, 减少忘记用药的情况; 全程随访过程中, 及

时了解患者的用药情况, 针对用药过程中出现的问题, 及时给予指导与调整, 强化患者的用药依从性; 此外, 心理干预与家庭支持的协同作用, 进一步增强了患者的治疗意愿与用药依从性, 确保治疗方案规范落实。而对照组采用常规护理, 缺乏针对性的用药提醒与随访干预, 患者的用药依从性难以得到有效提升, 因此用药依从率偏低。这一结果表明, 全科护理模式可有效破解传统护理中用药依从性不足的难题, 为血糖控制效果提供有力保障^[4]。

4 结论

综上, 全科护理模式与 2 型糖尿病患者的血糖控制、生活质量改善呈正相关, 对优化糖尿病护理模式、提升护理质量、保障患者身心健康具有重要意义, 值得临床广泛应用, 并结合患者个体差异和临床实际, 不断优化完善, 推动 2 型糖尿病护理工作高质量发展。

参考文献

- [1] 张艳希.全科护理+远程医生联合干预在 2 型糖尿病肾病患者中的应用[J].福建医药杂志,2025,47(6):111-114.
- [2] 孙婧婧.睡前饮食规划结合全科护理在老年 2 型糖尿病体检者中的应用[J].饮食保健,2025(34):67-69.
- [3] 黄春逢,陆玉芳,谭海霞,等.基于 KAP 理论模式的 4C 延续性护理在 2 型糖尿病患者中应用效果[J].临床医学进展,2025,15(12):1458-1465.
- [4] 苏巧丹,王俊,屠昕.基于 NNN-链接的护理模式对 2 型糖尿病患者健康知识和行为及血糖的影响[J].中华全科医学,2024,22(8):1433-1437.
- [5] Verket M, Buitkamp F L, Kanna D D N, et al. Effects of coaching with data management system intervention or usual care on glycemic control in patients with type 2 diabetes: A multicentre, randomized controlled trial[J]. Diabetes, obesity & metabolism,2026,28(4):3377-3385.
- [6] Foo N, Chodapaneedi S, Gibson B, et al. Comparative effectiveness of glucose monitoring methods and glycaemic control in patients with type 2 diabetes: An umbrella review[J]. Diabetes, obesity& metabolism, 2025,28(3):1638-1648.
- [7] Hasan K M B A, Dutta D, Nagendra L, et al. Glycemic control, weight-loss effects, and safety of cotadutide in individuals with type 2 diabetes: A systematic review and meta-analysis.[J]. World journal of diabetes,2025,16(12): 112830.
- [8] Xiaoyan Z, Qiao L, Xiaodi G, et al. Serial mediation roles of empowerment and self-care activities connecting health literacy, quality of life, and glycemic control in people with type 2 diabetes.[J]. Worldviews on evidence-based nursing, 2023,21(3):330-337.

版权声明: ©2026 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS