糖尿病健康教育在内分泌护理中的应用价值分析

尹丽莉，刘 浩

内蒙古林业总医院 内蒙古牙克石

【摘要】**目的** 分析探讨糖尿病健康教育在内分泌护理中的应用价值。**方法** 实验时间五年，回顾性分析该期间接受治疗糖尿病患者 80 例临床资料，依据实施护理方案的差异将所有患者分成两组，即观察组（常规护理+糖尿病健康教育措施，n=40）、对照组（单一常规护理，n=40），详细统计相关数据指标，分析对比结果变化。**结果** 与对照组相较，观察组患者血糖水平相关数据以及并发症发生率均显低，自我管理行为相关评分以及护理满意度数据均显高，两组数据对比，P＜0.05。**结论** 内分泌护理过程中采纳糖尿病健康教育措施可明显提高患者自我管理行为，提升血糖控制效果，降低并发症风险，更利于病情控制，值得作为可靠护理方案推广应用。

【关键词】糖尿病；健康教育；内分泌护理；血糖水平

【收稿日期】2026 年 10 月 5 日 【出刊日期】2026 年 11 月 6 日 【DOI】10.12208/j.jacn.20260593

Application value analysis of diabetes health education in endocrine nursing

Lili Yin, Hao Liu

Inner Mongolia Forestry General Hospital, Yakeshi, Inner Mongolia

【**Abstract**】**Objective** To analyze and discuss the application value of diabetes health education in endocrine nursing. **Methods** A retrospective analysis was conducted on the clinical data of 80 patients with diabetes treated during a five-year period. Based on differences in the implementation of nursing protocols, all patients were divided into two groups: the observation group (standard care + diabetes health education measures, n=40) and the control group (standard care alone, n=40). Relevant data indicators were statistically analyzed, and the results were compared. **Results** Compared with the control group, the observation group showed significantly lower blood glucose levels and lower complication rates, as well as higher scores in self-management behaviors and nursing satisfaction. The comparison between the two groups was statistically significant (P<0.05). **Conclusion** The adoption of diabetes health education measures in endocrine nursing can significantly improve patients' self-management behaviors, enhance blood glucose control, reduce the risk of complications, and facilitate disease management. It is worthy of being promoted as a reliable nursing protocol.

【**Keywords**】Diabetes mellitus; Health education; Endocrine nursing; Blood glucose level

糖尿病是一种以血糖持续升高为主要病理特点的慢性代谢性疾病，与胰岛素分泌异常或胰岛素分泌缺陷紧密相关，好发于中老年群体，近几年随着生活习惯、饮食结构的改变以及肥胖人群、老年人群的增加，发病率呈现逐渐上升趋势[1]。目前，临床中针对糖尿病的治疗尚无根治性药物，需要通过长期药物治疗配合科学有效护理干预方式控制血糖，防止病情发展，维护生活质量。相关调查显示，糖尿病患者普遍认知度较低，对疾病的危害性了解度不足，导致患者无法形成良好生活饮食习惯、血糖控制习惯，长期处于高糖状态下，身体各系统及器官功能受到影响，生存质量急剧下降[2]。鉴于此，本次论述将着重分析糖尿病健康教育在内分泌护理中的应用价值，以期为此类患者提供切实可行参考依据，具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

实验时间为期五年，回顾性分析该期间接受治疗糖尿病患者 80 例临床资料，依据实施护理方案差异将所有患者分成两组，观察组患者年龄跨度显示：（37-70）岁，平均值：（50.21±3.58）岁，男女=21 例/19 例；对照组患者年龄跨度显示：（36-70）岁，平均值：（50.84±3.64）岁，男女=20 例/20 例，纳入范围：所有患者对实验目的知情，自愿配合；排除范围：伴有严重视听障碍患者，合并抑郁症等精神类疾病患者，恶性

肿瘤疾病患者，两组基础资料 P＞0.05。

1.2 方法

对照组：根据医嘱开展日常用药指导，并给予基础健康教育服务，告知患者定期复查。

观察组：在此基础上采纳糖尿病健康教育服务，步骤包含：1）向患者详细介绍糖尿病的发病机制、类型、症状表现、治疗措施以及并发症的危害等相关知识，重点说明良好生活习惯与自我管理行为对病情控制的重要性，详细解答患者提出疑惑问题，对患者存在错误认知进行纠正，提升患者疾病认知，促进患者配合治疗。2）详细为患者说明糖尿病治疗药物的作用机制、使用方法、储存方法、用药剂量和常见不良反应，讲解口服降糖药物和胰岛素注射治疗的区别与优势，提高患者对用药治疗的重视度；针对口服降糖药物治疗患者应详细说明科学用药的重要性，嘱咐患者严格按照医嘱按时、按量服用药物，不可自行调整剂量，并且可采用手机闹铃提醒方式或药物分装方式防止漏服药物现象发生；针对胰岛素注射治疗患者应向其详细讲解注射胰岛素注射相关操作方法，掌握注射部位及消毒措施，优化胰岛素注射行为[3]。3）详细了解患者饮食喜好，说明不良饮食对血糖控制效果产生的影响，并根据患者具体情况制定适合患者营养需求的饮食计划，指导患者选择定量定时、少食多餐原则完成日常饮食，日常生活中应选择低糖、低盐、低脂食物、富含粗纤维食物作为主要营养来源，控制高胆固醇、高脂肪食物的摄入。4）适量运动有利于血糖代谢，提高血糖控制效果，在糖尿病治疗中占据重要地位，因此给予运动健康教育指导，根据患者具体情况选择适合患者的运动计划，重点强调以低运动量、逐渐增加运动量方法达成运动目标[4]。5）关注患者情绪变化，告知患者负性情绪对血糖控制和疾病预后的不良影响，建议患者通过听音乐、转移注意力、深呼吸、肌肉放松等方式缓解，利用经典治疗案例鼓励患者，树立治疗信心[5]。6）详细告知患者正确测量血糖方法，建议患者定期测量血糖并进行记录，管理自身体重，发现异常现象立刻就医，提高病情控制效果；利用微信群、QQ 群等通讯方式与患者保持联系，向患者推送疾病相关知识材料，解答患者提出疑惑问题，实现长期教育指导[6-7]。

1.3 观察指标

收集两组患者血糖水平、自我管理行为评分（其中涉及：对日常生活管理、饮食管理、用药管理、血糖监测、规律运动等方面数据进行调查，每项分值 25 分，分值高显示自我管理能力优）、并发症发生率数据（感染、低血糖、酮症酸中毒等）以及护理满意度评价（利用护理满意度调查量表对服务态度、健康教育、人文护理以及护理质量等方面满意度情况进行统计，90-100 分为极满意、70-89 分为满意、69 分以下为不满意，总满意度=极满意+满意，排除不满意），分析观察差异表现，检验应用价值。

1.4 统计学分析

专业分析以 SPSS24.00 系统完成，计量数据记为均数±标准差，两组差别比照用 t 检验，计数用（n，%）代替，χ^2 检测。P＜0.05 则统计学研究成立。

2 结果

2.1 两组患者血糖水平、并发症发生率差异明显，且观察组均优于对照组，P＜0.05，具体数据详见下表。

表 1　对比两组患者血糖水平、并发症发生率数据（$\bar{x}$±s，n=40）

组别	空腹血糖（mmol/L）		餐后 2 小时血糖（mmol/L）		糖化血红蛋白（%）		并发症发生率（%）
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	
观察组	8.46±1.33	6.04±1.15	11.36±1.17	7.01±1.25	8.69±2.04	6.18±1.21	1（2.50）
对照组	8.48±1.31	6.96±1.13	11.24±1.16	8.03±1.42	8.48±2.02	7.43±1.56	6（15.00）
P 值	0.953	<0.001	0.838	<0.001	0.875	<0.001	0.048

2.2 观察组、对照组自我管理行为评分依次显示：日常生活管理（23.06±3.10）（20.28±3.18）、饮食管理（23.48±3.15）（20.41±3.39）、用药管理（22.98±3.25）（20.11±3.51）、血糖监测（24.01±3.16）（21.76±3.37）、规律运动（23.68±3.33）（21.70±3.30），两组数据对比 P＜0.05。

2.3 观察组、对照组护理满意度评价依次显示：极满意（24 例，60.00）（21 例，52.50%）、满意（15 例，37.50%）（12 例，30.00%）、不满意（1 例，2.50%）（7 例，17.50%）、总满意度（39 例，97.50%）（33 例，82.50%），两组数据对比 P＜0.05。

3 讨论

糖尿病早期无明显症状，部分患者出现多食多饮、多尿消瘦等表现，治疗不及时可出现脑血管、肾脏、神

经系统等功能损伤，造成患者巨大心理压力与经济负担[8]。

糖尿病健康教育措施是一种以理论知识为基础，利用各类调查研究材料为框架，通过有组织、有系统、有计划的宣教活动，帮助患者了解疾病，促进患者自觉养成健康生活行为，维持个体健康的一种医疗手段，核心目的在于改善患者临床结局，优化医疗资源的合理分配，强化患者自我管理能力，降低并发症风险，提高生存质量[9-10]。糖尿病健康教育措施可通过帮助患者掌握糖尿病相关知识，明确分型及并发症危害，懂得长期自我管理的重要性，进而能够更加重视疾病。通过饮食、运动、用药及血糖监测等相关教育内容，促进患者自主调整生活方式，实时掌握血糖波动，提高身体免疫力，提升血糖达标率，延缓糖尿病并发症的发生与发展，减少急性酮症酸中毒等急诊并发症概率，进一步强化自我管理能力，维护疗效。患者自我管理能力提升后，可有效减少不必要的住院、复诊次数，降低并发症所带来的高额医疗费用，缓解医疗压力，促进医疗资源合理利用。糖尿病健康教育能够进一步提高护患沟通效率，全面了解患者心理需求与康复需求，提升患者心理健康状态，并帮助医生更加精准了解病情，根据患者实际情况建立个性化治疗方案，同时能够利用现代化通讯工具为患者提供远程健康教育指导，形成护患共同管理疾病的良性循环模式，实现控制血糖水平、防止病情发展的医疗价值。

综上所述，糖尿病健康教育措施在内分泌护理中具有积极的应用价值，未来希望通过远程监测系统、线上教育课程等措施，实现精准教育及管理。同时借助多学科团队协作形式深化护理内涵，并将糖尿病健康教育措施下沉至乡镇卫生院等基础医疗机构，减轻三甲医院医疗压力，促进医疗事业整体发展。

参考文献

[1] 何昊蔚,姚会艳. 糖尿病健康教育在内分泌护理患者中的应用价值研究[J]. 中国保健营养,2020,30(28):169-170.

[2] 王丽娟. 糖尿病健康教育在内分泌科护理中的应用价值探讨[J]. 糖尿病天地,2022,19(1):229-230.

[3] 王明花. 健康教育干预在内分泌失调合并糖尿病护理中的应用探究[J].糖尿病新世界,2020,23(13):85-86.

[4] 刘丽. 全程健康教育护理模式在内分泌科糖尿病护理工作中的效果及应用价值[J]. 糖尿病新世界,2021,24(9):152-154.

[5] 刘晓靖. 糖尿病健康教育在内分泌科护理中的应用价值分析[J]. 妇幼护理,2024,4(18):4523-4525.

[6] 翟梓铭,林娟. 健康教育临床护理路径应用于糖尿病护理的价值分析[J]. 黑龙江医学,2022,46(9):1112-1114.

[7] 杜冯. 糖尿病健康教育在内分泌科护理中的应用价值分析[J]. 养生保健指南,2021(38):277-278.

[8] 刘雪莲. 健康教育干预在内分泌失调合并糖尿病患者护理中的应用价值[J]. 中国医药指南,2020,18(24):208-209.

[9] 蒋小四.健康教育干预在内分泌失调合并糖尿病护理中的应用价值分析[J]. 糖尿病天地,2020,17(4):207-208.

[10] 吕艳,李克兰,张雪,等. 心理护理+健康教育在糖尿病护理中的价值分析[J]. 糖尿病新世界,2023,26(21):118-121.

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