

基于中医情志护理的干预模式对老年 2 型糖尿病患者负性情绪、自我效能的影响分析

庞真真

浙江省温州市平阳县中医院护理部 浙江温州

【摘要】目的 探讨基于中医情志护理的干预模式对老年 2 型糖尿病患者负性情绪、自我效能的影响分析。**方法** 以 118 例患者为对象,开展临床护理研究(2023 年 3 月至 2024 年 12 月),随机分组后行不同护理措施配合(对照组/观察组,59/59 例),评价常规护理(对照组)、基于中医情志护理的干预(观察组)对患者负性情绪、自我效能、血糖指标、生活质量的影响。**结果** 两组 SAS、SDS 评分均较护理前降低,观察组更低($P<0.05$)。两组 GSES 评分均较护理前提高,观察组更高($P<0.05$)。两组 2hPG、FPG、HbA1c 指标均较护理前降低,观察组更低($P<0.05$)。两组 TIR 指标均较护理前提高,观察组更高($P<0.05$)。两组 5 项 WHO-QOL 评分均较护理前提高,观察组更高($P<0.05$)。**结论** 对 2 型糖尿病老年患者进行基于中医情志护理的干预能够减少患者负性情绪,提高自我效能,患者的血糖指标进一步改善,整体生活质量增强,综合应用效果理想,可进一步推广应用。

【关键词】 中医情志护理;老年患者;2 型糖尿病;负性情绪;自我效能;血糖指标;生活质量

【收稿日期】 2026 年 2 月 17 日

【出刊日期】 2026 年 3 月 22 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20260168

Analysis of the impact of an intervention model based on TCM emotional nursing on negative emotions and self-efficacy in elderly patients with type 2 diabetes mellitus

Zhenzhen Pang

Department of Nursing, Pingyang County Hospital of Traditional Chinese Medicine, Wenzhou, Zhejiang

【Abstract】Objective To explore the impact of an intervention model based on TCM emotional nursing on negative emotions and self-efficacy in elderly patients with type 2 diabetes mellitus. **Methods** A clinical nursing study was conducted on 118 patients from March 2023 to December 2024. The patients were randomly divided into two groups with 59 cases each: the control group and the observation group. The control group received routine nursing, while the observation group was given the intervention based on TCM emotional nursing. The effects of the two nursing methods on the patients' negative emotions, self-efficacy, blood glucose indicators, and quality of life were evaluated. **Results** After nursing intervention, the scores of Self-Rating Anxiety Scale (SAS) and Self-Rating Depression Scale (SDS) decreased in both groups, with the observation group showing significantly lower scores ($P<0.05$). The General Self-Efficacy Scale (GSES) scores increased in both groups, and the observation group had remarkably higher scores ($P<0.05$). The levels of 2-hour postprandial blood glucose (2hPG), fasting plasma glucose (FPG), and glycosylated hemoglobin (HbA1c) decreased in both groups, and the observation group presented significantly lower levels ($P<0.05$). The time in range (TIR) increased in both groups, with the observation group having a notably higher value ($P<0.05$). The five-domain scores of the World Health Organization Quality of Life Scale (WHO-QOL) increased in both groups, and the observation group achieved significantly higher scores ($P<0.05$). **Conclusion** The intervention based on TCM emotional nursing for elderly patients with type 2 diabetes mellitus can alleviate negative emotions, improve self-efficacy, further optimize blood glucose indicators, enhance the overall quality of life of patients, and achieve favorable comprehensive application effects. It is worthy of further clinical promotion and application.

【Keywords】 TCM emotional nursing; Elderly patients; Type 2 diabetes mellitus; Negative emotions; Self-efficacy; Blood glucose indicators; Quality of life

作者简介: 庞真真(1985-)女,汉族,山东东平人,本科,副主任护师,研究方向:急危重症、内科、护理管理、护理教学。

老年 2 型糖尿病作为临床高发代谢性疾病，病程迁延且病情易反复，长期血糖控制不佳易诱发心脑血管病变、肾损伤、神经病变等多种并发症，不仅降低患者生活质量，还会加重机体脏器负担，增加医疗干预难度与远期不良预后风险，对老年群体身心健康及生命安全构成显著威胁^[1]。临床针对该病多采用常规护理模式，以血糖监测、用药指导及基础生活照料为主，虽能满足基础护理需求，但缺乏针对性个体干预，对患者心理状态、情志变化关注不足，难以兼顾身心协同调理，无法从根源上改善患者自我管理能力和血糖控制稳定性，护理效果存在局限^[2]。基于中医情志护理的干预模式，依托中医整体观念与辨证施护理念，注重情志与脏腑功能的关联，可通过情志疏导、身心调护等手段缓解患者负面情绪，调节机体代谢节律，助力改善血糖控制效果，同时提升患者护理依从性，弥补常规护理短板，具备更全面的护理优势^[3]，内容报道如下。

1 资料与方法

1.1 临床资料

以 118 例患者为对象，开展临床护理研究（2023 年 3 月至 2024 年 12 月），随机分组后行不同护理措施配合（对照组/观察组，59/59 例）。对照组男性、女性分别为 29 例、30 例；年龄 68-80（75.85±2.23）岁；病史 3-12（10.58±1.25）个月。观察组男性、女性分别为 28 例、31 例；年龄 67-80（75.83±2.18）岁；病史 3-13（10.62±1.27）个月。资料可比（ $P>0.05$ ）。

1.2 纳入、排除标准

纳入标准：①年龄≤80 周岁，且均为老年患者。②符合 2 型糖尿病临床诊断。③患病时间≥3 个月。

排除标准：①提前退出研究。②合并高血压等其他慢性疾病。③伴有认知障碍。

1.3 方法

对照组行常规护理，定期监测空腹及餐后血糖，指导规范用药，讲解饮食搭配。

观察组行基于中医情志护理的干预。①辨证情志评估。入院 24h 内通过一对一访谈结合中医情志量表，

梳理焦虑、烦躁、抑郁等负面情绪诱因，记录情绪波动频率与程度，建立个性化情志档案，及时更新情绪相关数据。②针对性情志疏导。每日专项疏导 20min，4 次/周，根据情绪变化灵活调整疏导方式与沟通侧重点。③中医功法指导训练。每日早晚固定时段指导患者练习八段锦、简化太极拳，示范呼吸与动作配合技巧，练习 30min/次，5 次/周，同步指导腹式呼吸训练，10min/次、2 次/d，全程陪同纠错并督促规范完成。④中医食疗。结合患者体质辨证推荐食疗方，每周 2 次询问食用情况，叮嘱食用时间与降糖药间隔 1 小时以上。⑤情志舒缓环境干预。每日定时调节病房温湿度至适宜范围，摆放淡雅绿植点缀病房，引导患者观赏舒缓情绪，护理操作时动作轻柔、言语温和，避免引发患者情绪波动，及时关注情绪细微变化。

1.4 观察指标

（1）负性情绪。给予焦虑（self-rating anxiety scale, SAS）^[4]、抑郁（self-rating depression scale, SDS）^[5]自评量表评估，总分分别 100 分、80 分，分数与其为反比。（2）自我效能。给予一般自我效能量表（General Self-Efficacy Scale, GSES）^[6]评估，10 项内容，总分<11 分为效能感非常低，11-20 分为较低，21-30 分为较高，>30 分为非常高。（3）血糖指标。检测患者空腹血糖（FPG）、餐后 2h 血糖（2hPG）及糖化血红蛋白（HbA1C），记录葡萄糖范围内时间（TIR）。

1.5 统计分析

给予 SPSS 25.0 统计学软件分析，计量资料用（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，采用 t 检验，计数资料用[n（%）]表示，采用 χ^2 检验， $P<0.05$ 则差异有统计学意义。

2 结果

2.1 负性情绪比较

见表 1。

2.2 自我效能比较

见表 2。

2.3 血糖指标比较

见表 3。

表 1 负性情绪比较（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	SAS		SDS	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	59	53.65±2.14	37.14±2.29 ^a	51.65±3.08	38.04±2.06 ^a
对照组	59	53.69±2.12	42.73±3.01 ^a	51.67±3.12	41.86±2.38 ^a
<i>t</i>	/	0.102	11.353	0.035	9.322
<i>P</i>	/	0.919	<0.001	0.972	<0.001

注：与组内护理前比较，^a $P<0.05$

表 2 自我效能比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	护理前	护理后 1 个月	护理后 2 个月	护理后 3 个月
观察组	59	10.58±1.02	14.21±1.09	18.02±2.04	22.16±1.09
对照组	59	10.61±1.05	12.10±1.17	14.91±2.09	19.74±1.17
<i>t</i>	/	0.157	10.135	8.179	11.625
<i>P</i>	/	0.875	<0.001	<0.001	<0.001

表 3 血糖指标比较 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	2hPG (mmol/L)		HbA1c (%)		FPG (mmol/L)		TIR (%)	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	59	14.67±0.89	7.74±0.79 ^a	9.74±0.39	6.29±0.81 ^a	9.35±0.68	6.25±0.71 ^a	33.02±1.14	60.96±1.24 ^a
对照组	59	14.65±0.93	9.36±0.98 ^a	9.72±0.44	8.84±0.96 ^a	9.33±0.74	8.68±0.76 ^a	33.09±1.19	55.73±1.32 ^a
<i>t</i>	/	0.119	9.885	0.261	15.594	0.153	17.946	0.326	22.181
<i>P</i>	/	0.905	<0.001	0.794	<0.001	0.879	<0.001	0.745	<0.001

注：与组内护理前比较，^a*P*<0.05

3 讨论

临床中常规护理以病情基础管控为主，聚焦空腹及餐后血糖定期监测，指导患者规范用药，同步讲解饮食搭配要点，侧重生理层面基础护理需求满足，护理内容针对性不足，缺乏对患者情绪状态的关注与干预^[7-8]。老年 2 型糖尿病患者易受多种因素影响产生负性情绪，且情绪异常会干扰病情管控。常规护理存在情志干预短板，基于中医情志护理的干预措施全面，可改善患者负性情绪与血糖状态，提升自我效能及生活质量，值得临床推广应用。

参考文献

- [1] 杨贤琼. 老年综合评估评分下针对性护理对老年糖尿病认知衰弱患者认知功能及自我活动能力的影响[J]. 河南医学研究, 2025, 34(20): 3820-3823.
- [2] 晋聪聪, 张晨霞. 基于互动达标理论的多组分运动联合营养干预在老年糖尿病合并肌少症病人中的应用[J]. 护理研究, 2025, 39(19): 3234-3241.
- [3] 王泉. 基于行为转变理论护理联合标准化营养照护对老年 2 型糖尿病患者血糖水平及健康行为习惯的影响[J]. 糖尿病新世界, 2025, 28(18): 153-157.
- [4] 王春莉, 李雪, 范玉满, 等. 医养结合模式护理干预对老年 2 型糖尿病患者血糖水平、自我管理能力和心理状态的影响[J]. 黑龙江医药科学, 2025, 48(09): 181-183+186.
- [5] 钱永岑, 高文倩, 庄成成. 个体化睡前饮食规划护理联合抗阻运动训练对老年 2 型糖尿病患者衰弱情况及睡眠质量的影响[J]. 糖尿病新世界, 2025, 28(17): 148-151.
- [6] 周倩, 戚淑娟, 姜锡, 等. 基于多媒体平台的延续性护理对老年糖尿病患者血糖水平及心血管疾病高危因素的影响[J]. 护理实践与研究, 2025, 22(08): 1187-1192.
- [7] 李秀. 老年 2 型糖尿病护理中应用精准护理联合标准化健康教育护理模式的效果及对血糖、生活质量的影响[J]. 吉林医学, 2025, 46(04): 989-992.
- [8] 李燕, 王瑞凤, 顾丽莹. 基于时效性激励理论的情志护理干预对糖尿病足感染患者情绪状态、自我效能及自我管理行为的影响[J]. 吉林医学, 2023, 44(10): 2992-2996.

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/>

