

糖尿病开展压力与适应理论的慢性病护理干预血糖控制情况的观察

游丽娟

天门市中医医院 湖北天门

【摘要】目的 考察分析压力与适应理论的慢性病护理干预在糖尿病患者中的应用效果，以及对血糖控制情况的影响意义。**方法** 设计一项随机对照临床试验，启动期限为 2023 年 6 月至 2024 年 6 月，纳入样本为此时段院内收治的糖尿病患者，人数共 72 例，按照 1:1 比例进行随机分组，每组 (n=36)。开展常规护理的小组命名为参照组；开展常规护理+基于压力与适应理论的慢性病护理的小组命名为研究组，最终评价不同干预策略下的疗效作用，比对两组患者遵医率、护理满意度、知觉压力、自我护理行为、健康素养、血糖控制改善情况差异。**结果** 研究组显优参照组， $P < 0.05$ 。**结论** 常规护理+压力与适应理论的慢性病护理干预的应用实施，既能有效提高患者健康素养，减轻知觉压力，建立遵医行为和自我护理行为，还可切实降低血糖情况，提高患者对护理工作的满意程度，值得引用。

【关键词】 糖尿病开展压力；适应理论；慢性病护理；血糖控制情况

【收稿日期】 2025 年 3 月 26 日

【出刊日期】 2025 年 4 月 25 日

【DOI】 10.12208/j.jmmn.20250211

Observation on the blood sugar control of chronic disease nursing intervention based on stress and adaptation theory in diabetes patients

Lijuan You

Tianmen City Traditional Chinese Medicine Hospital, Tianmen, Hubei

【Abstract】Objective To investigate the application effect of chronic disease care intervention in diabetic patients and the influence on glycemic control. **Methods** A randomized controlled clinical trial was designed from June 2023 to June 2024. The included sample was hospitalized diabetic patients with a total of 72 patients, randomized at 1:1 in each group (n=36). The group for routine care was named the reference group; the group for carrying out routine care + chronic care based on stress and adaptation theory was named the research group, which finally evaluated the curative effect under different intervention strategies and compared the differences in patient compliance rate, nursing satisfaction, perceived pressure, self-care behavior, health literacy, and improvement of blood glucose control. **Results** Study group showed superiority reference group, $P < 0.05$. **Conclusion** The application and implementation of chronic disease nursing intervention of routine nursing + pressure and adaptation theory can not only effectively improve the health literacy of patients, reduce perceptual pressure, establish medical compliance behavior and self-nursing behavior, but also effectively reduce blood sugar and improve the patients' satisfaction with nursing work, which is worthy of reference.

【Keywords】 Diabetes development pressure; Adaptation theory; Chronic disease nursing; Blood sugar control

随着人们生活水准不断提升和生活方式的多样化，一类终身性疾病进入国民视野，严重影响着人们的生命健康和生活质量，此类疾病便是——糖尿病。糖尿病是一类慢性且终身性疾病，其发病机制是由于不同因素导致的胰岛素缺乏或周围组织的抵抗，造成机体、血糖、蛋白质以及脂肪代谢异常，主要症状表现为多饮、多食、多尿、体重下降，同时还会诱发多种并发症，严

重危及患者生命健康^[1]。据最新公布数据显示，2017 年全球成人糖尿病患者人数可达 4.25 亿，中国成人糖尿病患者人数可达 1.144 亿，高居全球之首，尤其在老龄化问题严重的今天，更进一步促进了糖尿病的发生发展趋势^[2]。那么，如何最大限度控制病情进展，保障患者生命健康，提高其生活质量，帮助患者应对压力，适应当下角色，便成为了领域专家持续探讨的重要课题。

故此,本文拟定《糖尿病开展压力与适应理论的慢性病护理干预血糖控制情况的观察》为研究主题,针对72例患者展开了分析探讨,详细内容作如下汇报:

1 资料与方法

1.1 一般资料

将2023年6月至2024年6月设立为试验开展期限,将本时段院内收治的糖尿病患者设为分析对象,纳入人数共72例,按照1:1比例进行随机分组,每组($n=36$)。样本资料细化如下:参照组中包含男性20例,包含女性16例,年龄均值区域(48.24 ± 3.06)岁;病程均值区域(19.36 ± 2.17)个月;BMI指数均值(21.37 ± 4.06) kg/m^2 ;研究组中包含男性19例,包含女性17例,年龄均值区域(49.53 ± 3.18)岁;病程均值区域(18.09 ± 2.55)个月;BMI指数均值(22.66 ± 4.14) kg/m^2 。基线资料($P>0.05$)。

1.2 护理方法

1.2.1 参照组:方案策略如下:(1)首先采用通俗易懂的语言表达形式为患者介绍糖尿病病因、症状、治疗方法及相关注意事项,使其充分认识自身疾病,更好的配合治疗、护理工作开展。(2)细心观察患者心理状态,作出合理评估,而后采用温暖的言辞,亲和的行为给予患者鼓励、安抚和疏导,消除其疑虑,缓解其内心压力。(3)通过发放宣教手册、播放视频等方式,为患者普及严格遵医用药、科学饮食、合理开展运动、定期监测血糖的重要性^[3]。(4)护患间留取联系方式或添加微信,每月开展1次电话随访,对患者用药、饮食、运动情况进行跟踪了解,并提出纠正指导意见,以保证护理持续性。

1.2.2 研究组:常规护理等同参照组,另外实施基于压力与适应理论的慢性病护理干预策略,具体内容简介如下:

(1)成立专业护理小组:护士长任组长,专科护士任组员,同时纳入心理咨询师、营养师和康复师,护理工作开展前,对小组成员进行理论知识与技能的培训,并完成考核,通过后方可入组。

(2)分析压力源:对糖尿病患者一般资料、知觉压力情况进行收集,并通过压力知觉量表(PSS)来分析患者压力情况,而后结合患者表述情况对压力程度进行划分,一类属于疾病相关压力源;二类属于医护行为压力源;三类属于生活环境改变压力源。

(3)分析压力反应:糖尿病病程较长,并发症较多,患者会在压力源刺激下出现各种压力反应,其中孤独、自卑、依赖、退缩、震惊、焦虑、猜疑是常见心理

反应。血压升高、心跳加速、胃肠蠕动减慢是常见生理反应,明确患者存在压力反应后,由专科护士进行记录和分类^[4]。

(4)解除压力,适应角色:**a:**疾病相关压力源:通过微信为患者提供用药、饮食、运动、巩固训练等宣教内容,每月6次,每日40-60min;采用医患对话漫画模式,为患者介绍用药知识,包括种类、剂量、方法和不良反应;饮食方面由营养师指导患者参照以下实例自制食谱,并进行总结,每周1次,并上交,营养师负责反馈和调整。标准体重=身高(cm)-105,每日总热量=标准体重(kg) \times 每日每公斤体重所需热量,食品交换份=每日总热量 $\times 90\text{kcal}$;运动方面由康复师根据患者实际情况制定,运动持续时间为20-50min,运动频率每周4次,运动时间为餐后1h最佳,运动项目以慢跑、骑自行车、打乒乓球为宜。提示:运动期间需有家属或护理人员陪伴和指导,对心率进行实时监测,若有异常,即刻停止。**b:**医护行为压力源:重视和加强医护人员理论与实践知识培训考核,以实景演练为主,每组至少完成2轮以上情景演练,且每次演练情景不可相同,并实施考核,通过者给予奖励,未通过者进行一对一培训^[5-6]。定期开展爱心帮扶活动,由心理咨询师为患者答疑解惑,疏导负面情绪,鼓励其乐观积极的面对生活,配合治疗。将心理疏导方法教授于患者,如开展表达性写作,书写时长20min左右,每3周上交一次,写作内容可包括情感表达、认知状况、积极探索、展望未来四个主题。**c:**生活环境改变压力源:鼓励存在相似病情、生活经历、生活环境的患者互留联系方式,或添加微信,通过线上分享锻炼、饮食、用药情况,还可在线下约见,共同逛街、散步、看电影等,相互提供安慰和支持^[7]。上述干预措施,两组均实施3个月。

1.3 观察指标

对两组患者在遵医率、护理满意度、知觉压力、自我护理行为、健康素养、血糖控制改善情况上的差异表现实施观察分析,对比评价。

1.4 统计学方法

运用SPSS26.0系统实行专业分析,当中计量数据计均数 \pm 标准差,两组差别比照运用T、 χ^2 检测。计数数据运用百分率(%)代替,若两组对照结果表明 $P<0.05$,则说明实验价值显现。

2 结果

不同方案策略均对患者影响作用积极,但研究组所获效果更加显著($P<0.05$),见表1。

表 1 两组护理效果比较 ($\bar{x} \pm s$ 、分、%)

组别	遵医行为				PSS 评分	SDSCA		
	饮食	运动	用药	压力管理		饮食	药物	运动
参照组 (n=36)	31 (86.1)	28 (77.8)	30 (83.3)	30 (83.3)	27.72±4.29	4.68±0.46	4.25±0.39	4.32±0.47
研究组 (n=36)	35 (97.2)	33 (91.7)	34 (94.4)	35 (97.2)	22.29±3.25	6.02±0.38	5.92±0.43	5.88±0.52
χ^2/t 值	5.396	6.026	6.212	8.13	8.362	19.051	24.392	18.552
p 值	0.021	0.015	0.012	0.003	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

表 2 两组护理效果比较 ($\bar{x} \pm s$ 、分、%)

组别	健康素养			血糖水平			护理满意度		
	改善健康意愿	交流活动能力	信息获取能力	FPG	HbA1c	非常满意	满意	不满意	总满意度
参照组 (n=36)	14.5±1.13	30.2±2.75	33.2±2.45	8.13±0.45	8.03±0.45	12 (33.3)	16 (44.4)	8 (22.2)	28 (77.8)
研究组 (n=36)	17.2±1.02	35.5±3.12	38.5±2.14	7.55±0.42	7.12±0.39	16 (44.4)	17 (47.2)	2 (8.33)	33 (91.7)
χ^2/t 值	14.327	10.297	13.563	7.363	12.962	-	-	-	4.713
p 值	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001	-	-	-	0.031

3 讨论

社会在进步,时代在发展,科技、文化日新月异,医学领域的脚步也从未停歇,不断取得成果,各类疾病均可通过先进的医疗手段得以控制和解除。大数据调研发现,良好的治疗需^[8]配合优质、完善、科学、个体化、延续性的护理干预策略方可达到理想治疗效果。为此,本文通过对照形式,有针对性的对压力与适应理论的慢性病护理在糖尿病患者中的影响价值展开分析探讨,结局呈现,研究组患者在各项指标数值的体现上均显参照组, $P < 0.05$ 。究其原因:常规护理单一、固化、针对性不足、目光局限,重点在于普及糖尿病知识,鲜少涉及自我管理行为相关内容,再加患者常处于被动接受状态,随着时间推移,极易出现反感甚至拒绝护理,从而极大影响血糖控制效果^[9]。基于压力与适应理论的慢性病护理则恰恰能弥补上述不足,干预目光所及之处有饮食、运动、药物自我护理知识及行为等方面的宣教,能够有效提升患者自护行为,达到控制血糖的目的。盘点其优势,研究中通过一般资料、PSS 评分明确糖尿病患者压力源,并根据个体情况开展针对性干预策略。采用 SD-SCA 量表对患者进行自我管理行为评估,得出糖尿病患者运动、饮食、药物评分较低,尤其在用药方面,怀疑多与社会角色不同相关,自我支配时间少,出现遗忘服药现象,还有未能掌握药物正确使用方法^[10]。经护理干预后,患者在各项评分上均有切实改善和提高,表明基于压力与适应理论的慢性病护理对糖尿病患者影响意义重大,值得肯定和推广。

参考文献

- [1] 丁辰辰,郑星,梁夷凤.基于压力与适应理论的慢性病护理干预对 2 型糖尿病患者的效果分析[J]. 糖尿病新世界 . 2023 ,26 (15):155-159.
- [2] 郭婧,李琳.压力与适应理论指导下的慢性病护理模式对 T2DM 患者的干预效果[J]. 中外医学研究 . 2024 ,22 (10):89-95.
- [3] 张丽,杨小燕.慢性病护理管理对老年糖尿病合并高血压患者的护理效果[J].
- [4] 朱林林,裔粉娣.慢性病护理管理联合健康教育在 2 型糖尿病合并冠心病患者中的应用价值研究[J]. 中西医结合心血管病电子杂志 . 2021 ,9 (31):83-85.
- [5] 陈圆妹,陈桂贤,谢莉莉.医院慢性病管理团队联合分级护理对城镇糖尿病患者自我管理行为的影响[J]. 中国当代医药 . 2021 ,28 (30):216-219.
- [6] 王位琼,李彩虹,张艳.基于慢性疾病轨迹框架的糖尿病患者的自我管理教育干预及效果分析[J]. 生命科学仪器 . 2023 ,21 (06):135-138.
- [7] 黄豪,陈黎,朱慧蓉.基于互联网的社区-医院一体化慢性病管理模式在 2 型糖尿病患者中的应用效果[J]. 中国初级卫生保健 . 2023 ,37 (09):36-38-41.
- [8] 胡玥,胡慧娴.慢性病管理护理在老年高血压合并糖尿病中的应用分析[J]. 心血管病防治知识 . 2023 ,13 (23):81-

- 83.
- [9] 田华雨,谷晓玲,胡玲. “互联网+护理服务”模式在慢性病管理中的应用现状[J]. 护理实践与研究 . 2023 ,20 (15):2253-2258.
- [10] 张莉,唐莉莉,郭曼丽.基于 E-Coach 慢性病管理理论的健康信念宣教对门诊糖尿病患者的护理效果[J]. 护理实践

与研究 . 2023 ,20 (11):1660-1664.

版权声明: ©2025 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