

Watson 关怀理论指导下的护理干预对门诊老年代谢综合征患者 糖脂代谢水平的影响

徐立君, 王修菊, 周萌萌*

苏州一〇〇医院 江苏苏州

【摘要】目的 分析基于 Watson 关怀理论的护理干预对门诊老年代谢综合征 (MetS) 患者糖脂代谢水平的影响。**方法** 随机抽选本院门诊就诊的 120 例老年 MetS 患者, 纳入时间 2023 年 1 月到 2024 年 12 月, 分组以随机数字表法, 划分 2 组, 各 60 例。其中接受常规门诊指导和随访的一组为对照组, 另一组则同时开展 Watson 关怀理论为指导的护理干预。评估对比组间糖脂代谢指标。**结果** 干预后, 观察组较对照组的 FPG、HbA1c、TC、TG、LDL-C 水平均低, 而 HDL-C 水平更高 ($P < 0.05$)。**结论** 实施 Watson 关怀理论为指导的护理干预, 可有效改善门诊老年代谢综合征患者的糖脂代谢水平, 其注重人文关怀、整体性和互换信任关系构建, 有助于长期积极管理慢性病。

【关键词】 Watson 关怀理论; 护理干预; 老年人; 代谢综合征; 糖脂代谢

【收稿日期】 2026 年 1 月 4 日

【出刊日期】 2026 年 2 月 6 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20260089

The effect of nursing intervention guided by Watson care theory on the glucose and lipid metabolism levels of elderly patients with metabolic syndrome in outpatient clinics

Lijun Xu, Xiujun Wang, Mengmeng Zhou*

Suzhou 100 Hospital, Suzhou, Jiangsu

【Abstract】 Objective To analyze the impact of nursing interventions based on Watson care theory on the glucose and lipid metabolism levels of elderly patients with metabolic syndrome (MetS) in outpatient settings. **Methods** 120 elderly MetS patients who visited our outpatient department were randomly selected and included from January 2023 to December 2024. They were divided into two groups using a random number table method, with 60 patients in each group. One group received routine outpatient guidance and follow-up as the control group, while the other group received nursing interventions guided by Watson care theory. Evaluate and compare glucose and lipid metabolism indicators between groups. **Results** After intervention, the observation group had lower levels of FPG, HbA1c, TC, TG, and LDL-C compared to the control group, while the HDL-C level was higher ($P < 0.05$). **Conclusion** Implementing nursing interventions guided by Watson care theory can effectively improve the glucose and lipid metabolism levels of elderly patients with metabolic syndrome in outpatient settings. It emphasizes humanistic care, integrity, and the construction of trust relationships, which is helpful for long-term active management of chronic diseases.

【Keywords】 Watson care theory; Nursing intervention; The elderly; Metabolic syndrome; Glucose and lipid metabolism

在人口老龄化趋势的加剧下, 老年代谢综合征 (MetS) 患病率升高, 其是心脑血管疾病和糖尿病高危因素, 对患者长期健康造成严重威胁^[1]。门诊是 MetS 管理的主要场所, 但常规护理模式多侧重知识灌输和指标控制, 对患者心理及社会支持等综合需求关注不足, 影响干预效果^[2]。Watson 关怀理论强调建立信任关

系和综合性人文关怀, 为慢性病管理提供了指导^[3]。本研究着重评估了基于 Watson 关怀理论的护理干预对门诊老年 MetS 患者糖脂代谢水平的影响, 详见下述。

1 资料与方法

1.1 资料

随机抽选本院门诊就诊的 120 例老年 MetS 患者,

*通讯作者: 周萌萌

纳入时间 2023 年 1 月到 2024 年 12 月, 分组以随机数字表法, 划分 2 组, 各 60 例。对照组中, 男、女各 30 例; 年龄 60-80 岁, 平均 (67.4±5.3) MetS 病程平均 (4.8±2.1) 年。观察组中, 男 35 例, 女 25 例; 年龄 61-80 岁, 平均 (68.1±5.6) 岁; MetS 病程 1-11 年, 平均 (5.1±2.3) 年。组间基础资料相似 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组: 予以常规门诊护理及随访, 即首诊时予以健康评估, 提供标准化的 MetS 健康教育手册, 实施运动、口头饮食和用药指导, 嘱其定期 (每 1-3 个月) 复诊复查有关指标。复诊时按照检查结果予以常规反馈与用药调整。

观察组: 同时接受 Watson 关怀理论为指导的护理干预。(1) 建立初期关系和深度评估 (第 1-2 周): 由经过专科培训的护士担任关怀调解员, 和患者第一次进行长达 1h 的结构化访谈。运用同理心、主动倾听等技巧, 建立信任关系。评估其对疾病的感受和认知、主要困扰、日常自我管理习惯、家庭和社会支持系统、健康期望和个人价值观。(2) 共同制定个性化关怀方案 (第 2-3 周): 以深度评估结果为准, 和患者及照护者一同商议, 制定个体化关怀、健康促进计划。内容有具体饮食方案、运动方法、用药提醒、社交活动和融入感情支持目标。(3) 实施多元化关怀干预 (持续 6 个月): a. 认知和情感支持: 每月组织 1 次关怀分享会, 以小组的形式, 由护士引导, 采用案例讨论和成功病友经验分享等形式, 强化健康知识, 并鼓励患者表达管理治疗中的困难和情绪。建立微信群, 定期发送鼓励性和

关怀性信息, 而非单纯发送通知。b. 赋能和环境创造: 指导患者使用自我记录本, 记录每日运动、饮食、血糖、情绪/血压监测情况, 并每周记录一件健康管理的感恩之事、小成就, 强化积极体验。教授简易放松技巧。c. 持续关系维系和调整: 关怀调解员每两周 1 次 20min 左右的电话随访, 注重方案执行情况和患者感受, 及时提供支持 and 调整建议。鼓励患者在需要时主动联系护士。

两组均进行为期 6 个月的护理干预。

1.3 观察指标

1.3.1 糖代谢指标: 空腹血糖 (FPG) 和糖化血红蛋白 (HbA1c)。

1.3.2 血脂指标: 总胆固醇 (TC)、高密度脂蛋白胆固醇 (HDL-C) 以及甘油三酯 (TG)、低密度脂蛋白胆固醇 (LDL-C)。

1.4 统计学方法

收集到的数据均用 SPSS26.0 处理, 计数项表述形式 n (%), χ^2 检验; 计量项表述形式 ($\bar{x} \pm s$), t 检验; 组间数据统计, $P<0.05$ 时, 差异显著。

2 结果

2.1 糖代谢指标对比

组间干预前数据相似 ($P>0.05$), 干预后, 观察组较对照组 FPG、HbA1c 水平均低 ($P<0.05$), 见表 1。

2.2 血脂指标对比

组间干预前数据一致 ($P>0.05$), 干预后, 观察组比对照组的 TC、TG、LDL-C 水平要低, 而 HDL-C 水平要高 ($P<0.05$), 见表 2。

表 1 糖代谢指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数	FPG (mmol/L)		HbA1c (%)	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	60	8.06±1.36	7.42±1.12*	7.68±0.85	7.15±0.75*
观察组	60	8.11±1.42	6.53±0.85*	7.62±0.65	6.71±0.46*
t		0.197	4.903	0.434	3.874
P		0.844	0.000	0.665	0.000

注: 同组前后对比, $P<0.05$ 。

表 2 血脂指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

分组	例数	TC (mmol/L)		TG (mmol/L)		LDL-C (mmol/L)		HDL-C (mmol/L)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	60	5.81±0.69	5.40±0.71*	2.65±0.81	2.20±0.70*	3.61±0.68	3.45±0.66*	1.02±0.18	1.08±0.19*
观察组	60	5.86±0.70	4.91±0.46*	2.58±0.77	1.82±0.62*	3.58±0.71	2.95±0.54*	1.04±0.16	1.25±0.21*
t		0.394	4.486	0.485	3.148	0.236	4.542	0.643	4.650
P		0.694	0.000	0.629	0.002	0.814	0.000	0.521	0.000

注: 同组前后对比, $P<0.05$ 。

3 讨论

在本研究中, 干预后, 观察组较对照组的 FPG、HbA1c、TC、TG、LDL-C 水平均低, 而 HDL-C 水平更高 ($P < 0.05$)。该结果得益于 Watson 关怀理论为指导的护理干预和老年慢病患者的管理需求相契合。首先, 这一模式经过建立信任、合作及尊重的护患关系, 处理了常规模式下患者内在动力欠缺和被动遵从的重要问题^[4]。研究开始阶段从关系调解员进行结构化深度访谈、以及对患者价值观、个人经验和困扰的主动倾听和接纳, 有效构建治疗同盟^[5]。如此信任的伙伴关系, 有效增强了患者的自我效能感和参与感, 使其从被管理者转变为健康管理的共同决策者, 从持久地、主动地执行运动、饮食等行为改变方案^[6]。其次, 干预内容超越了单纯的生理指标管理, 体现了对人的关怀。经过情绪记录、关怀分享会、社会支持网络构建和放松技巧教授, 直接对于老年患者的疾病无助感、孤独感和认知负担^[7]。如此心理社会层面的支持, 便于改善慢性应激状态, 而慢性应激已被证实可经过神经内分泌机制加剧胰岛素抵抗及脂代谢紊乱。所以, 观察组患者不仅行为依从性提高, 其内在的生理应激水平也显著改善, 进而协同促进了糖脂代谢指标的优化^[8]。此外, 持续 6 个月和多元化的支持对策为患者营造了一个鼓励性、稳定性的健康行为维持环境, 从而防止了行为改变的衰退。

总之, 实施 Watson 关怀理论为指导的护理干预, 可有效改善门诊老年代谢综合征患者的糖脂代谢水平, 其注重人文关怀、整体性和互换信任关系构建, 有助于长期积极管理慢性病。这为门诊慢病管理深化人文关怀护理和提高管理成效提供了指导。今后可深入分析该模式的长期效果和成本效益。

参考文献

- [1] 吴菁华, 万红弟. 多元化营养教育对中老年代谢综合征患者健康营养知行水平及糖脂代谢的影响[J]. 深圳中西医结合杂志, 2024, 34(15): 122-125.

- [2] 杨昕, 职志威, 谢福萍, 杨慧慧, 李菁. Watson 关怀理论指导下的护理干预对门诊老年代谢综合征患者糖脂代谢水平及护理满意度的影响[J]. 黑龙江医药科学, 2024, 47(01): 114-115, 118.
- [3] 李小红, 张慧美, 董卫欣, 姜丽. Watson 关怀理论应用于老年代谢综合征患者的效果[J]. 中外医学研究, 2022, 20(10): 88-92.
- [4] 赵欣, 张蓉. 多元化营养教育对老年代谢综合征患者健康营养知行水平及糖脂代谢的影响[J]. 中国医药导报, 2021, 18(22): 168-171.
- [5] 周淑敏, 张欣悦, 李宜蔓. 老年幽门螺杆菌感染合并代谢综合征患者糖脂代谢的相关性分析[J]. 公共卫生与预防医学, 2023, 34(2): 135-138.
- [6] 潘欣. 基于 Watson 关怀理论的护理干预在老年代谢综合征患者中的应用[J]. 中华现代护理杂志, 2021, 27(7): 5-6.
- [7] 王聪, 王琴, 郑凤鸣, 等. 腹部内脏脂肪厚度, 尿酸, 脂代谢变化及对老年人代谢综合征的预测价值[J]. 中国临床保健杂志, 2025, 28(1): 120-124.
- [8] 曾毅群, 李伟, 陈睿鹏, 等. 中国中老年人代谢综合征识别模型: 一项基于 CHARLS 数据库的研究[J]. 湖南师范大学学报(医学版), 2024, 2(5): 143-150.

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