

健康体检中护理管理对糖尿病患者血糖控制的干预效果评价

陈旭丹

长治市第二人民医院 山西长治

【摘要】目的 评估对参与健康体检的糖尿病患者实施护理管理对血糖控制效果的干预作用。**方法** 本研究随机选取了 2023 年 12 月至 2024 年 12 月期间在我院体检中心接受体检的糖尿病患者 80 例。采用随机数字表法将患者分为两组，每组 40 例。对照组患者在体检期间接受常规护理管理，而观察组则接受加强版健康教育护理管理。对两组患者的护理管理效果进行对比分析。**结果** 观察组的患者在疾病知识掌握程度、用药依从性以及自我管理能力方面的评分均显著高于对照组。此外，观察组的血糖控制效果也优于对照组，差异有统计学意义($P<0.05$)。**结论** 对于健康体检中的糖尿病患者，实施健康教育护理管理能够有效提升患者对糖尿病相关知识的掌握程度和重视度，增强自我管理能力，进而改善血糖控制效果，降低疾病带来的危害。

【关键词】 健康体检；糖尿病；护理管理；血糖控制；干预效果评价

【收稿日期】2025 年 5 月 19 日

【出刊日期】2025 年 6 月 22 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250322

Evaluation of intervention effect of nursing management on blood glucose control in diabetic patients during physical examination

Xudan Chen

Changzhi Second People's Hospital, Changzhi, Shanxi

【Abstract】Objective To evaluate the intervention effect of nursing management on blood glucose control in diabetic patients participating in physical examination. **Methods** In this study, 80 patients with diabetes who underwent physical examination in the physical examination center of our hospital from December 2023 to December 2024 were randomly selected. Patients were divided into two groups with 40 cases in each group by random number table method. The control group received routine nursing management during physical examination, while the observation group received enhanced health education nursing management. The nursing management effect of the two groups of patients was compared and analyzed. **Results** The scores of disease knowledge, medication compliance and self-management ability of the observation group were significantly higher than those of the control group. In addition, the blood glucose control effect of the observation group was better than that of the control group, and the difference was statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** For diabetic patients in physical examination, the implementation of health education and nursing management can effectively improve their mastery and attention to diabetes-related knowledge, enhance their self-management ability, and then improve the effect of blood sugar control and reduce the harm caused by the disease.

【Keywords】 Physical examination; Diabetes mellitus; Nursing management; Blood sugar control; Evaluation of intervention effect

糖尿病是一种慢性代谢紊乱，特征是血糖持续升高。其成因包括遗传、生活方式和环境因素。患者可能因胰岛素分泌不足或作用受阻而难以利用血糖，导致血液中糖分积累，可能引发多种并发症。早期症状不明显，可能包括多饮、多尿和体重下降。早期诊断和治疗对病情控制至关重要。在健康体检中，护理管理对血糖

控制至关重要，包括精确监测、生活方式干预和用药指导，以及心理支持和健康教育，以提升患者的自我管理能力，降低血糖控制风险^[1-2]。为了进一步提升护理服务的质量，本研究深入探讨了针对健康体检糖尿病患者实施健康教育护理管理的实际效果，具体分析内容详见下文。

1 资料与方法

1.1 基础资料

在本研究中,选取了 2023 年 12 月至 2024 年 12 月期间于我院健康体检中心接受检查的 80 名糖尿病患者作为研究样本。通过随机数字表法将这 80 名患者随机分配至观察组和对照组各包含 40 名。在观察组中,男性 22 例,女性 18 例,平均年龄为 (63.00±2.10) 岁。而在对照组中,男性 23 例,女性 17 例,平均年龄为 (63.50±2.20) 岁。经过统计学分析,两组患者的基线资料对比无明显差异 (P>0.05),具有可比性。

1.2 护理方法

对照组采取常规护理管理,护理管理内容主要包括对糖尿病患者的病情评估、血糖监测、饮食指导、运动建议以及心理支持。护理人员需详细记录患者的血糖变化,根据医嘱调整治疗方案,并监督患者遵守饮食和运动计划,同时提供心理疏导,以帮助患者更好地控制血糖。

观察组开展健康教育护理管理,1)定制化健康教育方案编制:根据每位糖尿病患者的具体特征和需求,精心编制了一套综合性的教育方案。该方案涵盖了生活方式的优化、疾病知识的增强以及心理关怀的加强,旨在为每位患者提供个性化的健康教育服务。2)糖尿病核心知识深入教育:通过举办专题讲座、组织互动式问答以及提供图文结合的教育资料,以通俗易懂的方式向患者讲解糖尿病的病理生理学、典型症状、可能的并发症以及预防策略,旨在帮助患者形成基于科学的疾病管理理念。3)心理健康支持服务:提供专业的心理咨询和情感支持,运用认知行为疗法等心理干预技术,帮助患者克服焦虑、抑郁等心理障碍,增强患者面对疾病的积极心态和自我效能感。4)精细化饮食管理培训:结合患者的饮食习惯和营养需求,制定个性化的饮食处方,包括每日饮食摄入量的计算、食物交换份的使用以及烹饪方法的指导,确保患者能够遵循饮食原则,实现血糖的稳定控制。5)个性化运动指导策略:基于患者的健康状况和

运动承受能力,制定针对性的运动指导方案,涵盖运动种类、频次、持续时间和强度等方面的推荐,并负责监督患者逐步适应运动计划,以提升患者的生活质量。6)血糖监测技能全面培训:通过实操演示、视频教学和模拟练习,教授患者正确使用血糖仪的方法,强调血糖监测的频率和时机,以及如何根据血糖读数调整饮食和药物治疗。7)药物知识全面普及:详细讲解各类降糖药物的适应症、作用机制、用药方法、剂量调整以及可能出现的副作用,帮助患者和家属正确理解药物治疗的必要性。8)紧急情况应对策略培训:通过模拟演练和案例分析,教导患者识别低血糖和高血糖的早期信号,掌握自我救助和紧急联系医疗机构的正确步骤。9)定期随访与效果评估:建立患者健康档案,定期进行电话或面对面随访,评估健康教育计划的实施效果,根据患者的反馈和病情变化,及时调整护理策略。

1.3 观察标准

1)评估标准:评估体系涵盖疾病知识掌握情况、用药依从性以及自我管理能力和采用自编的调查问卷进行评分。每项指标的满分设定为 10 分,得分越高表明相应指标的表现越佳。2)焦虑水平评估:采用汉密顿焦虑量表 (HAMA) 进行实时评估,量表总分达到 100 分。得分越低,表明患者的焦虑程度越低。3)血糖控制效果记录与对比:记录并对比两组患者在健康管理前后血糖控制的效果。

1.4 统计学分析

在数据分析中,使用 SPSS25.0 处理数据。计量数据以均值±标准差表示,采用 t 检验分析,P<0.05 视为统计显著。

2 结果

管理前,两组临床指标结果对比无明显差异 (P>0.05);但与对照组管理后结果比较显示,观察组患者对疾病知识掌握度、用药依从性和自我管理能力均得到显著提升,最终血糖控制效果更加理想,两组数据对比差异有统计学意义 (P<0.05),见下表 1。

表 1 组间各指标对比详情 ($\bar{x} \pm s$)

分组	n	疾病知识掌握度/分		用药依从性/分		自我管理能力/分		餐前血糖/mmole/L		餐后 2h 血糖/mmole/L	
		实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后	实施前	实施后
观察组	40	6.5±0.6	9.2±0.7	6.1±0.6	9.3±0.4	6.2±0.2	9.6±0.5	9.2±2.1	6.3±0.6	11.3±1.2	8.2±0.7
对照组	40	6.4±0.4	8.7±0.5	5.9±0.4	8.8±0.3	6.3±0.4	8.6±0.3	9.3±2.2	7.2±0.7	11.4±1.3	9.1±1.1
t 值		0.8770	3.6760	1.7541	6.3245	1.4142	10.8465	0.2079	6.1739	0.3574	4.3656
P 值		0.3831	0.0004	0.0833	0.0001	0.1613	0.0001	0.8358	0.0001	0.7217	0.0001

3 讨论

糖尿病的发生受遗传背景、饮食习惯、体重状况、生活方式等多重因素的共同影响。持续的血糖高水平可能引发血管、神经以及器官等多系统的损害,进而增加患心血管疾病、肾病、视网膜病变等并发症的风险,这对患者的生命质量及预期寿命造成了严重的影响。因此,对糖尿病的早期发现与有效管理是预防并发症的关键。糖尿病患者应当接受全面且个性化的护理服务^[3-4]。护理需求涵盖了从疾病知识教育到日常生活的全方位管理,旨在提高患者自我管理能力,降低血糖波动,减少并发症风险。护理团队应当重视患者的心理健康状况,并予以情感上的援助以及健康生活方式的建议。伴随着我国健康体检产业的迅速进步,护理干预在糖尿病患者血糖管理中的作用日益凸显,其重要性持续增强。然而,当前健康体检护理管理仍存在一定问题,如护理专业人员的不足、护理知识更新不及时、护理质量评价体系不完善等,这些问题在一定程度上削弱了糖尿病患者血糖控制的成效^[5-6]。为此,我院对健康体检糖尿病患者实施了健康教育护理管理,且最终获得了较好的护理管理效果。在健康体检的范畴内,健康教育与护理管理理念的核心是患者中心的全方位服务。这一理念倡导通过针对性的个体化健康教育方案,深化糖尿病患者对疾病本质的认识,同时提升其自我管理技能。护理管理实践强调以预防疾病为核心,综合运用生活方式的调整、心理健康的维护以及连续性的护理服务^[7-8]。这些策略的目标是帮助患者建立并保持健康的生活习惯,以实现血糖水平的有效管理,降低并发症发生的可能性,并提升患者的生活品质。通过这样的护理管理模式,不仅能够促进患者对疾病治疗的积极参与,还能够增强其应对糖尿病挑战的信心和能力^[9-10]。

由此可知,健康体检过程中的健康教育与护理管理,通过定制化的健康教育计划,增进糖尿病患者对血糖控制重要性的认识,并增强患者的自我管理技能。该管理强调持续的教育与辅导,不仅传授相关知识,还促进患者生活习惯的改善,从而在心理、行为及生理等多

个层面产生正面效应,为血糖控制提供稳固的支撑。

参考文献

- [1] 蔡小珍.高血压合并糖尿病患者体检给予健康教育联合心理护理的临床价值[J].中国医药指南,2024,22(13):72-74.
- [2] 魏珊,李银,黄永红.探析健康体检中护理管理对糖尿病患者血糖控制的干预效果[J].当代护理,2023,4(10):10-11.
- [3] 程久琪,刘艳梅.探析健康体检中护理管理对糖尿病患者血糖控制的干预效果[J].健康必读,2022,18(2):109-112.
- [4] 宋芳,杨爽,曹君君,等.优化血糖管理在门诊初始胰岛素治疗 2 型糖尿病患者中的应用价值[J].长治医学院学报,2024,38(2):136-140.
- [5] 李冬梅.探析健康体检中护理管理对糖尿病患者血糖控制的干预效果[J].健康必读,2021,18(14):105-106.
- [6] 谢朴仙,刘荣华,锡友兰,等.动机性访谈在体检中心糖尿病慢病体检人群健康管理中的应用[J].首都食品与医药,2023,30(24):133-136.
- [7] 汤雪峰,夏青,陈云莹,等.基于信息化个案管理的多学科模式在糖尿病前期人群中的实践研究[J].健康必读,2022,19(32):194-195.
- [8] 李瑞.体检科护士系统化护理在糖尿病及糖尿病高危人群健康护理中的干预效果[J].糖尿病天地,2024,21(12):192-193.
- [9] 杜震萍.个性化护理干预在糖尿病患者健康体检中的应用效果分析[J].糖尿病天地,2024,21(4):203-204.
- [10] 史丽红.探析综合护理对高血压糖尿病健康体检患者血压、血糖的影响[J].妇幼护理,2024,4(21):5264-5266.

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