

基于跨学科团队协作的肥胖症患者综合护理干预效果评价

付 敏, 顾菲菲, 魏蓓蕾

江苏省中西医结合医院 江苏南京

【摘要】目的 探究基于跨学科团队协作的肥胖症患者综合护理干预效果评价。**方法** 选取 2024 年 9 月-2025 年 5 月期间, 医院收治的肥胖症患者 60 例, 通过随机数字表法分为两组, 对照组 30 例, 观察组 30 例。对照组应用常规护理, 观察组应用基于跨学科团队协作治疗综合护理干预, 对比两组患者护理前后体重和身体质量指数 (Body Mass Index, BMI)、腰围变化情况。**结果** 护理后, 两组患者的体重均有所下降, 观察组明显低于对照组 ($P<0.05$); 护理后, 两组患者的 BMI 指数均有所下降, 观察组明显低于对照组 ($P<0.05$); 护理后, 两组患者的腰围均有所下降, 观察组明显低于对照组 ($P<0.05$)。**结论** 基于跨学科团队协作的肥胖症患者综合护理干预效果明显, 值得临床推广应用。

【关键词】 跨学科团队协作; 肥胖症; 综合护理; 身体质量指数

【收稿日期】 2025 年 10 月 18 日

【出刊日期】 2025 年 11 月 27 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20250564

Evaluation of the comprehensive nursing intervention effect on obese patients based on interdisciplinary team collaboration

Min Fu, Feifei Gu, Beilei Wei

Jiangsu Provincial Hospital of Integrated Traditional Chinese and Western Medicine, Nanjing, Jiangsu

【Abstract】 Objective To explore the evaluation of the comprehensive nursing intervention effect on obese patients based on interdisciplinary team collaboration. **Methods** Sixty obese patients admitted to the hospital from September 2024 to May 2025 were selected and randomly divided into two groups using a random number table method: a control group of 30 cases and an observation group of 30 cases. The control group received routine nursing care, while the observation group received comprehensive nursing interventions based on interdisciplinary team collaboration. The changes in weight, body mass index (BMI), and waist circumference before and after nursing care were compared between the two groups of patients. **Results** After nursing, the weight of both groups of patients decreased, and the observation group was significantly lower than the control group ($P<0.05$); After nursing, the BMI index of both groups of patients decreased, and the observation group was significantly lower than the control group ($P<0.05$); After nursing, the waist circumference of both groups of patients decreased, and the observation group was significantly lower than the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The comprehensive nursing intervention for obese patients based on interdisciplinary team collaboration has a significant effect and is worthy of clinical promotion and application.

【Keywords】 Interdisciplinary team collaboration; Obesity; Comprehensive nursing; Body mass index

肥胖症是食物摄入超过消耗导致体内脂肪堆积, 呈现为肥胖症状, 该病可能引发代谢障碍, 但并无明显神经或内分泌异常^[1]。随着社会不断发展和个人生活习惯的改变, 肥胖问题已经变得十分普遍, 且容易诱发高血压、糖尿病以及冠心病等并发症发生^[2]。目前在肥胖症患者的减重护理中, 主要为身体锻炼与健康指导, 但暂时无法解决患者的实际问题, 现代医学模式和健康

观念的转变, 将护理范围从单纯的疾病护理扩展到全面的预防性医疗护理^[3]。基于跨学科团队协作治疗综合护理指在医院医护人员的齐心协力下, 为患者提供全面和全面的护理服务^[4]。本文即分析讨论基于跨学科团队协作的肥胖症患者综合护理干预效果, 以下是具体研究结果。

1 资料和方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 9 月-2025 年 5 月期间, 某三甲医院内分泌科收治的肥胖症患者 60 例, 通过随机数字表法分为两组, 对照组 30 例, 男 15 例, 女 15 例, 年龄 25~55 岁, 平均 (38.20±4.31) 岁; 观察组 30 例, 男 16 例, 女 14 例, 年龄 24~56 岁, 平均 (37.50±5.34) 岁, 两组一般资料差异无统计学意义 ($P>0.05$)。本研究中的所有患者均对本研究知情并签署知情同意书。

纳入标准: (1) 符合肥胖症诊断标准; (2) 对本次研究知情, 且签署知情同意书; (3) 认同本次研究理念。

排除标准: 研究对象符合下列任意一条被排除: (1) 耳聋、失语无法正常沟通的患者; (2) 研究中途退出; (3) 临床资料不全。

1.2 方法

1.2.1 对照组

对照组采用常规护理: 均衡饮食, 调整饮食结构, 多食粗纤维素食物, 保证饮水量充足, 运动指导等。

1.2.2 观察组

观察组采用基于跨学科团队协作治疗综合护理: (1) 创建跨学科团队: 包括主治医生、营养顾问和心理治疗师各 1 名, 护理人员 3 名, 专注于患者的护理需求。通过评估, 团队制定个性化干预方案, 以提供有效的护理支持。(2) 营养评估, 营养顾问在患者入院时评估患者饮食喜好、营养状况以及进食情况, 结合饮食喜好给予针对性的饮食指导。(3) 健康教育, 在患者入院后, 护理人员向患者及家属强调肥胖症治疗期合理饮食的重要性以及营养特点, 提高患者及家属对饮食营养合理性的认知, 从而提高其配合性。(4) 护理路径, 主治医生与营养顾问根据肥胖症患者营养需求不同制定食谱方案, 并根据患者食量、饮食习惯等进行调整, 护理人员负责执行, ①均衡饮食 (1-2 周): 采用 16: 8 饮食法 (16 小时断食, 8 小时进食) 和高纤饮食, 旨在降低炎症水平, 稳定胰岛素分泌, 稳定血糖, 促进肠道蠕动。②肠道修整 (3~4 周): 低 GI 饮食和食材多元化, 富含益生元, 促进肠道蠕动, 降低炎

症, 改善胰岛素阻抗。③代谢激活 (5-8 周): 采用 168 饮食法+低能量饮食法和中碳饮食, 持续激活代谢, 促进细胞自噬, 降低免疫应激。④血管健康 (9-11 周): 间歇性断食 (如 5: 2 断食法), 延续细胞自噬, 持续提升抗氧化。⑤彩虹平衡 (12 周): 抗炎饮食, 富含益生元, 提升抗氧化力, 支持肝解毒功能, 持续降低炎症。干预过程中, 患者每日进行营养师咨询, 通过饮食记录评估其对方案的依从性, 并根据个体情况给予指导和心理支持。研究期间未对患者进行专门的运动干预, 但建议其维持原有日常活动水平。

1.3 观察指标

(1) 体重: 患者早晨起床后、空腹状态下采用电子秤测量体重, 对比护理前后患者的体重变化情况。(2) 身体质量指数 (Body Mass Index, BMI): 对比护理前后患者的 BMI 变化情况。计算公式为=体重 (kg) / 身高² (m²)。BMI<18.5 kg/m² 为低体重; 18.5 kg/m²≤BMI<22.9 kg/m² 时, 体重为正常范围; 23 kg/m²≤BMI<24.9 kg/m², 为肥胖前期; 25 kg/m²≤BMI<29.9 kg/m² 为 I 级肥胖; BMI≥30 kg/m² 为 II 级肥胖。(3) 腰围: 患者早晨起床后、空腹状态下采用卷尺在护理人员帮助下测量腰围, 选择身体两侧找到距离髋骨上缘和肋骨下缘约 1-2 英寸位置, 在裸露的皮肤上进行测量。

1.4 统计学分析

应用 SPSS 20.0 软件检验本研究数据, 计数资料用 [n (%)] 表示、使用 χ^2 检验; 计量资料用 ($\bar{x} \pm s$) 表示, 使用 t 检验。 $P<0.05$ 表示差异存在统计学意义。

2 结果

2.1 体重对比

两组患者护理后体重均有所下降, 观察组明显低于对照组 ($P<0.05$), 如表 1。

2.2 BMI 对比

两组患者护理后 BMI 均有所下降, 观察组明显低于对照组 ($P<0.05$), 如表 2。

2.3 腰围对比

两组患者护理后腰围均有所下降, 观察组明显低于对照组 ($P<0.05$), 如表 3。

表 1 体重对比 ($\bar{x} \pm s$, kg)

组别	例数	护理前	护理后
观察组	30	85.96±3.23	70.74±1.67
对照组	30	86.36±2.67	75.43±2.13
t	-	0.5228	9.4909
P	-	0.6031	0.0001

表 2 BMI 对比 ($\bar{x} \pm s$, kg/m²)

组别	例数	护理前	护理后
观察组	30	37.43±4.32	27.43±2.65
对照组	30	38.43±2.02	34.51±2.35
<i>t</i>	-	1.1485	10.9486
<i>P</i>	-	0.2555	0.0001

表 3 腰围对比 ($\bar{x} \pm s$, cm)

组别	例数	护理前	护理后
观察组	30	98.36±5.51	73.21±6.87
对照组	30	97.96±6.54	85.33±5.14
<i>t</i>	-	0.2562	7.7371
<i>P</i>	-	0.7987	0.0001

3 讨论

肥胖症的主要特征是体内脂肪堆积过多，且没有明确的医学原因或疾病参与而导致体重超重现象^[5]。尽管肥胖的确切病因尚不明确，但过度进食、心理压力、家族遗传、缺乏运动等因素均被认为可能会促进脂肪的积累，诱发肥胖症^[7]。采取积极有效的措施治疗肥胖对患者的身体健康至关重要。

本研究结果显示，护理后两组患者的体重均有所下降，观察组明显低于对照组，两组患者的 BMI 指数与腰围也均有所下降，观察组明显低于对照组 ($P < 0.05$)。提示基于跨学科团队协作的综合护理干预效果显著。这是因为跨学科团队协作整合了不同专业领域的专业知识和技能，为患者制定个性化、全面的综合护理干预计划，以改善其营养状况并促进康复^[8]。这种跨学科方法有助于增强患者对外部压力的应对能力，提高胃肠道的消化功能。此外，它还可以通过营养补充计划有效地降低营养过剩风险。在本次研究所实施的基于跨学科团队协作治疗综合护理中，先通过组建跨学科团队确定参与人员后，将各小组成员的职责明确，各司其职，再制定与实施护理路径，配合饮食措施可以产生更大效果，如高纤维摄入可延缓碳水化合物吸收、促进肠道菌群产生成分（如短链脂肪酸），从而改善胰岛素敏感性和血脂代谢；低 GI 饮食通过降低餐后血糖波动，减少胰岛素分泌负担，使葡萄糖代谢更平稳；益生元强化可能在血脂改善方面发挥额外的积极作用。高纤维、低 GI、中等碳水和益生元等措施相辅相成，在持续热量控制和间歇断食的背景下，全面改善机体代谢状况。值得强调的是，在基于跨学科团队协作的综合

护理干预的最后一周设置了“抗炎饮食”阶段。近年来的研究表明，肥胖、糖尿病等慢性病状态常伴随低度慢性炎症，炎症因子与胰岛素抵抗或血脂异常存在相互促进的恶性循环。抗炎饮食强调增加富含抗氧化物质和抗炎成分的食物（如蔬果、全谷物、坚果、种子以及橄榄油等优质脂肪），减少精制糖、反式脂肪酸以及过量饱和脂肪酸的摄入，这有助于进一步抑制促炎性通路并减轻氧化应激。

综上所述，基于跨学科团队协作的肥胖症患者综合护理干预效果显著，值得临床推广应用。

参考文献

[1] 舒梓心,朱绘,卢晨霞,等.基于真实世界数据中医药综合方案干预肥胖症的临床疗效研究[J].中西医结合肝病杂志,2025,35(2):154-158.

[2] 胡海红.2 型糖尿病合并肥胖症患者应用健康教育结合饮食护理在血糖指标与腰围作用研究[J].中文科技期刊数据库（引文版）医药卫生,2025(1):133-136.

[3] 孙倩倩.循证护理对内分泌失调型肥胖症患者情绪及体重的影响研究[J].中国科技期刊数据库 医药,2025(3):164-167.

[4] 袁迁,李平,吴蔓.基于多学科团队协作的全方位干预在髋关节置换术患者围手术期护理中的应用[J].当代护士(中旬刊),2025,32(5):55-59.

[5] 高晶,陈慧.积极心理学理论下的护理干预在超重/肥胖 2 型糖尿病患者中的应用[J].四川解剖学杂志,2025,33(2):190-192.

[6] 徐小芳.全过程护理模式+人文护理干预措施在内分泌

失调肥胖型患者中的应用[J]. 中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2025(7):190-193.

- [7] 俞亚媛, 缪海林, 杨艳. 基于多学科团队协作的护理干预措施对妊娠糖尿病患者的应用效果观察[J]. 现代诊断与治疗, 2025, 36(2):297-299302.
- [8] 武晓慧, 李红, 翟瑞华. 基于延续护理的心理护理干预对 2 型糖尿病肥胖女性患者血糖控制、负性情绪及生活质量

的影响[J]. 糖尿病新世界, 2024, 27(3):117-120.

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