

## 妊娠期糖尿病护理中应用 PBL 式健康宣教的效果

李烨琳

山西省长治市潞州区人民医院 山西长治

**【摘要】目的** 讨论及研究妊娠期糖尿病护理中应用 PBL 式健康宣教的效果。**方法** 参与本次研究患者的数量为 60 例，时间为 2024 年 4 月份至 2025 年 4 月份，平均分成对照组和实验组，每组 30 例患者，对照组患者常规护理，实验组在对照组基础上提供 PBL 式健康宣教，对比两组患者干预前后的血糖水平、妊娠结局以及自我管理能力（依据 ESCA 量表评估患者的自我管理能力）。**结果** 两组患者提供不同的干预措施后，实验组患者的血糖水平优于对照组， $p<0.05$ ，分析患者的妊娠结局，实验组患者优于对照组， $p<0.05$ ，对比患者自我管理能力，实验组显佳， $p<0.05$ 。**结论** 对妊娠期糖尿病患者护理过程中开展 PBL 式健康宣教，可以改善患者的血糖水平，改善其妊娠结局，提升患者的自我管理能力，值得提倡。

**【关键词】** 妊娠期糖尿病；护理；PBL 式健康宣教；效果

**【收稿日期】** 2025 年 10 月 24 日    **【出刊日期】** 2025 年 11 月 28 日    **【DOI】** 10.12208/j.jacn.20250598

### Effectiveness of problem-based learning (PBL) health education in gestational diabetes care

Yelin Li

Luzhou District People's Hospital, Changzhi, Shanxi

**【Abstract】Objective** To investigate the effectiveness of PBL-style health education in the nursing care of gestational diabetes mellitus (GDM). **Methods** A total of 60 patients were enrolled in this study from April 2024 to April 2025, evenly divided into a control group and an experimental group (30 patients each). The control group received standard nursing care, while the experimental group received PBL-style health education in addition to standard care. Comparative analysis was conducted on blood glucose levels, pregnancy outcomes, and self-management abilities (assessed using the ESCA scale) before and after intervention. **Results** After receiving different interventions, the experimental group demonstrated significantly better blood glucose levels than the control group ( $p<0.05$ ). Pregnancy outcomes showed statistically significant superiority in the experimental group ( $p<0.05$ ), and self-management abilities were markedly better in the experimental group ( $p<0.05$ ). **Conclusion** Implementing PBL-style health education in the nursing care of GDM patients can effectively improve blood glucose levels, optimize pregnancy outcomes, and enhance self-management capabilities, making it a recommended practice.

**【Keywords】** Gestational diabetes; Nursing care; PBL-style health education; Effectiveness

对于妊娠期出现的糖尿病或者妊娠前潜在糖耐量减退或者糖代谢正常的患者称之为妊娠期糖尿病。妊娠期糖尿病会对孕妇的妊娠结局造成影响，也作为产科常见的妊娠期并发症。孕产妇若出现妊娠糖尿病，需要得到有效的干预，若未得到合理的管理，会增加不良妊娠结局的风险，比如巨大儿或者早产儿。同时也会增加新生儿高胆红血症或者新生儿窒息的风险<sup>[1]</sup>。随着当前人们生活水平的进一步提升，疾病的发病率呈现上升的趋势。多数孕产妇或者家属对疾病的认知度缺乏，相关管理措施不到位，对孕产妇以及胎儿造成了较大

的影响。妊娠期糖尿病患者通过有效的护理干预后，在缓解临床症状的同时，满足了患者的护理需求。PBL 式健康教育是护理人员以通过一系列的健康教育模式，为患者提供心理管理，有利于患者主动恢复到健康的生活习惯以及日常生活行为当中，有效的消除影响健康的因素，以实现保证母婴健康的目的。现报道如下。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

本次研究的患者数量为 60 例，时间为 2024 年 4

月至2025年4月。随机分成对照组和实验组，每组30例患者，对照组患者年龄在24-35岁之间，平均年龄 $31.79\pm2.55$ 岁，平均孕周 $28.34\pm3.12$ 周；BMI水平 $25.68\pm2.47\text{kg}/\text{m}^2$ ；实验组患者年龄在25-35岁，平均年龄 $30.66\pm1.89$ 岁，平均孕周 $30.66\pm1.89$ 周；BMI水平 $25.72\pm2.53\text{kg}/\text{m}^2$ ；分析我院在此期间患者的各项资料， $P>0.05$ 。

**纳入条件：**符合妊娠期糖尿病诊断标准；口服葡萄糖耐量试验结果餐后1h血糖在 $10\text{mmol/L}$ 以上；空腹血糖在 $5.1\text{mmol/L}$ 及以上；患者以及家属对本次研究知情同意；自愿参与研究；

**排除条件：**孕前存在糖尿病；多胎妊娠的患者；存在原发疾病的患者。

## 1.2 方法

对照组常规干预，监测患者的血糖以及尿糖水平，必要时提供胰岛素或者降糖类药物，记录患者空腹以及餐后血水平为患者讲解妊娠期糖尿病的相关知识，有效的减轻患者因为疾病导致的负性情绪。让患者了解治疗成功的案例，积极与患者沟通，分享治疗的经验、内心的想法，多与患者或者家属沟通，缓解产妇的负性情绪，提升产妇干预的依从性<sup>[2-3]</sup>。让患者了解因为疾病可能引发的不良因素，提升干预效果。指导正确使用血糖仪，监测血糖的重要性，鼓励开展健康饮食和运动，定时、定量进食，控制单日进食总热量，合理调节营养比例，满足机体营养需求。

实验组开展PBL的健康宣教，具体包括：

(1) 确定PBL式的教育方案，结合患者的个体差异，建立问题管理，(比如，如何通过合理的饮食来控制血糖？孕期运动过程中的注意事项？若出现低血糖症状时该如何处理？)设置情景案例，分析治疗过程的现状，并综合性分析和归纳，制定健康宣教手册，给予心理、用药、血糖控制以及饮食指导，日常孕期注意事项，帮助患者恢复健康<sup>[4]</sup>。

(2) 建立小组讨论，对患者进行分组，每5-6人为一组，医务人员建立课堂教学方案，开展PBL线下课堂，每次45分钟，为患者讲解妊娠期糖尿病的相关知识，帮助患者了解治疗方案，注意事项，建立线上线下沟通，选择针对性的健康知识宣教。宣教过程中通过问答的方式进行，共计分成两部分，前10分钟，将教育重心放置在患者的治疗需求，如何解决疑难问题，医务人员配置健康宣教手册，选择通俗易懂的语言进行讲解，提升教育效果。后35分钟，鼓励患者自由沟通，明确当前存在的疑惑，在该基础上进行全方位思考，建

立良好的作息习惯，更好的控制血糖水平，帮助患者建立学习的积极性<sup>[5-6]</sup>。线上建立微信群，每周推送妊娠期糖尿病的管理方案，比如如何正确的监测血糖，如何开展孕期体管理管理，鼓励患者积极参与答题，护理人员在24内回答患者的问题。

(3) 宣教质量管理，医务人员每两周评估一次孕妇对相关知识的掌握度，结合评估的结果，发现当前存在的问题，制定针对性的问题，完善教学时间管理，确定下一阶段的目标，建立循环管理，提升宣教效果。

## 1.3 实验指标

1.3.1 所有患者在入院前以及出院前一天记录血糖水平，分别为空腹血、餐后两小时血糖水平以及糖化血红蛋白水平。

1.3.2 依据自我管理评分量表评估患者的自我管理能力，量表共个四项领域，计40个条目，满分50分。评分越高，自我管理能力越佳。

1.3.3 明确产妇妊娠结局。

## 1.4 统计学方法

文中计数资料使用n表示，检验通过 $\chi^2$ 。若存在计量资料时使用 $(\bar{x}\pm s)$ 表示，检验通过t，本文所涉及的数据均通过SPSS25.0软件进行统计分析， $P<0.05$ 具有统计学意义。可以进行研究。

## 2 结果

2.1 对照组患者干预前，空腹血糖 $13.12\pm2.71\text{mmol/L}$ ；餐后2h血糖 $15.13\pm3.15\text{mmol/L}$ ；糖化血红蛋白为 $11.69\pm1.03\%$ ；干预后，空腹血糖 $9.71\pm0.52\text{mmol/L}$ ；餐后2h血糖 $11.24\pm2.55\text{mmol/L}$ ；糖化血红蛋白为 $8.04\pm0.52\%$ ；

实验组患者干预前空腹糖 $13.14\pm2.81\text{mmol/L}$ ；餐后2h血糖 $15.16\pm3.25\text{mmol/L}$ ；糖化血红蛋白为 $11.67\pm1.63\%$ ；干预后，空腹血糖 $7.21\pm0.92\text{mmol/L}$ ；餐后2h血糖 $9.12\pm2.14\text{mmol/L}$ ；糖化血红蛋白为 $6.53\pm0.27\%$ ，干预后，实验组患者的血糖水平以及糖化血红蛋白水平优于对照组， $p<0.05$ 。

2.2 管理后，实验组患者的自我管理行为更佳， $p<0.05$ 。

2.3 对照组患者13例不良妊娠结局，发生率43.00%（5例新生儿窒息；3例胎儿窘迫；2例产后出血；3例巨大胎儿）；实验组5例不良妊娠结局，发生率为16.67%，（1例新生儿窒息；2例胎儿窘迫；1例产后出血；1例巨大胎儿），实验组不良妊娠结局更低， $p<0.05$ 。

表1 对比2组患者自我管理能力 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	自我责任		自我概念		自我技能		健康知识水平	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	26.21±5.12	31.56±5.24	26.18±4.92	31.35±5.28	25.76±4.04	31.76±5.26	26.45±5.21	32.49±5.24
实验组	26.37±5.14	35.58±5.34	26.08±4.82	36.49±5.42	25.79±5.14	37.59±5.48	26.42±5.14	39.48±5.44
t	0.452	4.269	0.879	5.628	0.745	6.214	0.789	10.264
p	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

### 3 讨论

妊娠糖尿病是指妊娠前糖代谢正常或有潜在的糖耐量减退的女性，在妊娠期出现或者确诊的糖尿病。我国当前针对于该病以饮食以及运动疗法为主，同时合理的服用降糖类药物，在控制血糖上升的同时，减轻对母婴健康造成的影响。妊娠期糖尿病属于妊娠期间常见并发症，对产妇和新生儿造成了较大的威胁。积极的鼓励孕妇接受健康教育，作为一种有效的干预模式<sup>[7]</sup>。为患者提供常规的管理模式，存在一定的不足，护理人员只是为患者开展口头指导，患者的治疗依从性相对较低，对相关知识的掌握度不牢固，影响管理效果。开展PBL式健康教育，是通过课堂教育模式，将所有课程围绕孕期进行，指导患者开展集体讨论，寻找有效的解决方案，促进患者恢复健康<sup>[8]</sup>。

本文通过对两组患者提供不同的干预模式后，实验组患者的血糖水平更佳，自我管理能力各维度评分明显更高，同时患者的妊娠结局更佳， $p<0.05$ ，分析原因：通过对患者提供PBL式的健康教育，所有医务人员将培训、微信、面对面咨询等模式相结合，将宣教内容与手册内容相融合，有利于患者得到更为清晰、全面的健康知识，选择简洁且易懂的语言，有效的提升患者的治疗依从性，提升患者的配合度<sup>[9]</sup>。并建立问答管理，纠正患者的想法。自我管理作为个体对自身目标、思想、心理以及行为的管理。PBL式的健康教育，有效的改善患者的自我管理能力，提升患者接受能力的同时，促进患者早日恢复到健康的状态，正确的发现问题、解决问题，发现自身的潜力，确保患者可以正确的面对疾病，建立健康行为。与常规管理相比，患者接受教育的主动性更强，减轻了患者心理或者生理上的问题，建立良好的自我管理职责，继而患者自我管理能力进一步提升<sup>[10]</sup>。

本研究的局限性在于样本量较小，且未对患者远期预后进行随访。今后可开展多中心、大样本研究，进一

步验证PBL式健康宣教对妊娠期糖尿病患者远期生活质量和母婴健康的影响。

综上所述，对于妊娠期糖尿病患者而言，在开展PBL式健康教育后，有效的调节了患者的血糖水平，同时患者的分娩结局更佳，促进了患者自我管理水平的进一步提升，为患者后续健康提供指导作用，值得在临床推广实施。

### 参考文献

- [1] 毛柳妹.早期护理干预对肥胖孕妇妊娠期糖尿病发生率及妊娠结局的影响[J].名医,2024,(24):129-131.
- [2] 张政香,胡芷夔,吕予,王嵛英,田亚利.微视频联合提问式健康宣教在老年糖尿病患者护理中的应用研究[J].中西医结合护理,2024,10(5):31-35.
- [3] 呼满英.APP平台反馈式健康宣教联合个体化饮食护理在妊娠期糖尿病患者中的应用[J].青岛医药卫生,2023,55(2):93-97.
- [4] 肖秀玲,肖雅玲,陈玉林.PBL式健康教育应用于妊娠期糖尿病患者护理中的价值探究[J].糖尿病新世界,2023,26(14):157-161.
- [5] 李海燕,陈娟.妊娠期糖尿病高龄产妇采用微信平台健康教育的护理效果[J].糖尿病新世界,2024,27(4):129-132.
- [6] 布阿吉·肉孜,王志梅.体质量管理联合正念行为训练对妊娠期糖尿病孕妇糖脂代谢及分娩结局的影响[J].河北医药,2024,46(23):3609-3611+3615.
- [7] 于晓婷.PBL式健康教育以及早期护理干预对妊娠期糖尿病患者的影响[J].航空航天医学杂志,2021,32(1):94-95.
- [8] Min G ,Judith P ,Angus F , et al.A qualitative study exploring partner involvement in the management of gestational diabetes mellitus: The experiences of women and partners.[J].Journal of clinical nursing,2023,33(2):653-

663.  
2024,59(22):2766-2773.
- [9] 肖小丽,包金莲.专科门诊延续性护理开展于妊娠期糖尿病孕妇临床护理中的应用研究[J].中外医疗,2019,38(20):166-168.
- [10] 彭玉美,柯慧莹,赵梅晶,等.妊娠期糖尿病孕妇血糖管理行为决策量表的编制及信效度检验[J].中华护理杂志,

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