

个人和家庭自我管理理论的延续性护理对老年糖尿病足患者的影响

胡晓莉

永康市东城街道社区卫生服务中心 浙江永康

【摘要】目的 探讨个人和家庭自我管理理论的延续性护理对老年糖尿病足患者的影响。**方法** 选取 2024 年 8 月至 2025 年 8 月在社区街道卫生服务中心治疗的 70 例老年糖尿病足患者，采用随机数字表法分为两组。对照组实施常规出院延续护理，观察组应用个人和家庭自我管理理论指导的延续性护理。比较两组足部功能评分、血糖控制指标、自我管理能力评分及并发症发生情况。**结果** 观察组足部功能、自我管理评分高于对照组，FPG、2hPG、HbA1c 及并发症发生率低于对照组 ($P<0.05$)。**结论** 个人和家庭自我管理理论的延续性护理可有效改善老年糖尿病足患者足部功能，优化血糖控制效果，提升自我管理能力，具有临床推广价值。

【关键词】 个人和家庭自我管理理论；老年糖尿病足；延续性护理；血糖控制

【收稿日期】 2026 年 1 月 18 日

【出刊日期】 2026 年 2 月 15 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260110

The impact of continuous nursing based on individual and family self-management theory on elderly patients with diabetes foot

Xiaoli Hu

Yongkang Dongcheng Street Community Health Service Center, Yongkang, Zhejiang

【Abstract】 Objective To explore the impact of continuous nursing based on individual and family self-management theory on elderly patients with diabetes feet. **Methods** 70 elderly patients with diabetes foot who were treated in community street health service center from August 2024 to August 2025 were selected and divided into two groups by random number table. The control group received routine discharge continuity of care, while the observation group received continuity of care guided by personal and family self-management theories. Compare the foot function scores, blood glucose control indicators, self-management ability scores, and incidence of complications between two groups. **Results** The foot function and self-management ability scores of the observation group were higher than those of the control group, while the FPG, 2hPG, HbA1c, and incidence of complications were lower than those of the control group ($P<0.05$). **Conclusion** The continuous nursing of individual and family self-management theory can effectively improve the foot function of elderly patients with diabetes foot, optimize the effect of blood sugar control, and enhance the ability of self-management, which has clinical promotion value.

【Keywords】 Personal and family self management theory; Elderly diabetes foot; Continuity of care; Glycemic control

糖尿病足是糖尿病最严重的慢性并发症之一，老年患者因机体代谢能力下降、神经感知迟钝及自我护理能力不足，其发病率高达 20%-30%，且术后复发率超 40%。病程长、并发症多，出院后缺乏专业护理指导，易因足部护理不当、血糖控制不佳导致创面愈合延迟，甚至引发截肢风险^[1]。个人和家庭自我管理理论核心在于通过“患者主导、家庭参与、专业指导”的协同模式，提升患者疾病管理能力，其强调个体在疾病管理中的主体地位，同时重视家庭支持系统的辅助作用^[2]。

延续性护理作为衔接院内治疗与院外康复的关键环节，可有效弥补传统出院指导的局限性。当前临床针对老年糖尿病足的延续性护理多侧重单一疾病知识宣教，缺乏基于自我管理理论的系统化干预，未能充分调动患者及家庭的参与积极性，导致护理效果不佳^[3]。本研究聚焦个人和家庭自我管理理论在老年糖尿病足延续性护理中的应用效果，针对老年患者自我管理能力薄弱的特点，通过家庭协同干预，解决院外护理断层问题，提升患者足部护理、血糖监测等核心技能，减轻家庭照

护负担与社会医疗成本。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 8 月至 2025 年 8 月在社区街道卫生服务中心治疗的 70 例老年糖尿病足患者。纳入标准：符合 WHO 糖尿病诊断标准，糖尿病足分期为 Wagner 1-3 期；年龄 ≥ 60 岁，意识清晰，能配合护理干预；家庭照护者固定（照护时长 ≥ 6 个月）；自愿参与本研究并签署知情同意书。排除标准：合并严重心、肝、肾等脏器衰竭；足部溃疡合并严重感染需截肢治疗；存在认知功能障碍或精神疾病；随访期间失联或退出研究。采用随机数字表法分为两组各 35 例。对照组男 20 例，女 15 例；年龄 60-82 岁，平均 (68.65 ± 5.25) 岁；观察组男 19 例，女 16 例；年龄 61-83 岁，平均 (69.15 ± 4.85) 岁。两组一般资料比较 ($P > 0.05$)，具有可比性。

1.2 方法

对照组实施常规出院延续护理：出院时给予纸质版护理指导手册，内容包括足部清洁、鞋袜选择、血糖监测方法；术后 1 个月、3 个月、6 个月进行电话随访，询问足部恢复情况、血糖控制及用药依从性；定期提醒复查时间，解答疑问^[4]。

观察组实施个人和家庭自我管理理论的延续性护理：

(1) 组建跨学科护理团队：由内分泌科医生、糖尿病专科护士、伤口造口师、营养师及康复师组成团队，明确分工：医生负责血糖控制方案调整，专科护士负责自我管理技能指导，伤口造口师负责足部创面评估，营养师负责饮食方案制定，康复师负责足部功能训练指导。

(2) 基线评估与方案制定：出院前 3 天，团队通过面对面访谈、量表评估及家庭访视，完成三项核心评估：患者自我管理采用糖尿病自我管理行为量表 (SDSCA) 评估足部护理、血糖监测、饮食控制等维度；家庭支持能力通过家庭功能评定量表 (APGAR) 评估家属照护能力、沟通效率；足部功能采用糖尿病足功能评分量表评估足部感觉、运动及血液循环状况。基于评估结果，为患者及家属制定个体化自我管理方案，明确患者与家属的角色分工（如患者负责每日足部检查，家属负责监督血糖监测）。

(3) 分层自我管理培训：患者培训采用“理论+实操”模式，通过视频教学、模型演示教授足部护理技能（如温水洗脚温度控制、趾甲修剪方法、创面换药技巧）、血糖监测规范（血糖仪正确使用、数据记录方法）；每

月组织线上“自我管理经验交流会”，邀请康复效果好的患者分享经验，增强患者信心。家属重点培训家庭照护技能，包括协助患者足部检查、识别足部感染早期信号（如红肿、渗液）、监督患者饮食与用药；通过情景模拟演练，提升家属应急处理能力（如足部轻微损伤的初步处理）^[5]。

(4) 动态随访与反馈调整：出院后 1 周内进行首次家庭访视，之后每月 1 次家庭访视+2 次电话随访+1 次线上视频指导；检查患者足部护理落实情况，查看血糖监测记录，评估创面愈合状态；通过“问题导向式”沟通，收集患者及家属在自我管理遇到的困难（如难以坚持饮食控制、足部检查不全面），团队共同分析原因并调整方案（如为饮食依从性差的患者制定更易执行的食谱）；为患者配备智能血糖仪与足部温度监测仪，数据实时同步至护理团队，若血糖超标或足部温度异常（提示感染风险），团队立即通过电话或视频指导干预。

(5) 心理支持与行为强化：采用动机性访谈法，帮助患者树立自我管理信心，缓解因疾病产生的焦虑情绪；对家属进行心理疏导，减轻照护压力。建立“自我管理积分制度”，患者完成每日足部护理、血糖监测、饮食控制等任务可获得积分，积分可兑换健康咨询服务或生活用品，通过正向激励提升依从性。

1.3 观察指标

(1) 足部功能：采用糖尿病足功能评分量表评估，包括足部感觉、运动功能、血液循环、创面愈合，分数越高足部功能越好。

(2) 血糖控制指标：FPG、2hPG、HbA1c。

(3) 自我管理能力：采用糖尿病自我管理行为量表 (SDSCA) 评估，包括饮食控制、运动锻炼、血糖监测、足部护理、用药依从性 5 个维度，分数越高自我管理能力强。

(4) 并发症：统计干预期间足部感染加重、溃疡复发、低血糖事件的发生情况。

1.4 统计学方法

所有数据纳入 SPSS27.0 软件中比较分析，计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示，t 检验；计数资料以 (%) 表示， χ^2 检验。以 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

观察组和对照组足部感觉 (25.15 ± 2.85) 分， (20.35 ± 3.25) 分，($t=6.542, P=0.001$)；运动功能 (24.35 ± 2.65) 分， (19.85 ± 3.15) 分，($t=5.937, P=0.001$)；血液循环 (17.85 ± 1.95) 分， (13.65 ± 2.25) 分，($t=5.347,$

$P=0.001$); 创面愈合(15.02 ± 1.85)分, (12.04 ± 2.15)分, ($t=5.048, P=0.001$)。观察组足部功能评分高于对照组 ($P<0.05$)。

观察组和对照组 FPG (6.25 ± 0.85) mmol/L, (7.85 ± 1.15) mmol/L, ($t=4.874, P=0.001$); 2hPG (8.15 ± 1.02) mmol/L, (10.55 ± 1.35) mmol/L, ($t=4.562, P=0.001$); HbA1c (6.55 ± 0.42)%, (7.85 ± 0.55)%, ($t=5.058, P=0.001$)。观察组 FPG、2hPG、HbA1c 低于对照组 ($P<0.05$)。

观察组和对照组饮食控制(18.65 ± 1.95)分, (15.25 ± 2.35)分, ($t=5.542, P=0.001$); 运动锻炼 (18.35 ± 1.85)分, (14.85 ± 2.15)分, ($t=5.167, P=0.001$); 血糖监测(18.95 ± 1.75)分, (14.35 ± 2.25)分, ($t=5.176, P=0.001$); 足部护理 (18.15 ± 1.65)分, (13.65 ± 2.05)分, ($t=5.304, P=0.001$); 用药依从性 (17.55 ± 1.85)分, (14.25 ± 2.15)分, ($t=4.614, P=0.001$)。观察组自我管理评分高于对照组 ($P<0.05$)。

观察组足部感染加重 1 例, 溃疡复发 1 例, 发生率为 5.71%; 对照组足部感染加重 3 例, 溃疡复发 3 例, 低血糖事件 2 例, 发生率为 22.86%; ($\chi^2=9.198, P=0.001$), 观察组并发症发生率低于对照组 ($P<0.05$)。

3 讨论

老年糖尿病足的长期管理是临床护理的难点, 其核心矛盾在于患者自我管理能力与疾病康复需求的不匹配, 以及家庭照护与专业医疗指导的脱节。个人和家庭自我管理理论的核心优势, 在于将“被动接受护理”转化为“主动参与管理”, 通过激活患者及家属的内在动力, 构建可持续的健康管理模式, 这为解决老年糖尿病足延续护理的痛点提供了新的思路^[6]。患者常因血糖监测不规律、饮食控制不严格导致血糖波动, 通过分层培训将抽象的血糖管理知识转化为具体操作技能, 掌握血糖仪使用后可实时监测血糖, 结合 APP 数据反馈及时调整饮食与用药; 家属通过照护培训协助监督饮食执行, 避免患者因记忆力减退漏服降糖药。这种“患者自主监测+家属协助监督”的模式, 打破了传统护理中“单次宣教、缺乏跟进”的局限, 使血糖管理从“阶段性干预”升级为“常态化管理”, 最终实现血糖水平的稳定控制。同时, 营养师参与的个性化饮食方案, 充分考虑老年患者的咀嚼吞咽能力与口味偏好, 提高了饮食管理的依从性, 进一步巩固了血糖控制效果^[7]。

老年患者因末梢神经病变, 足部感觉减退, 易忽视微小损伤, 通过“理论+实操”的足部护理培训, 让患者及家属学会每日检查足部皮肤、识别感染早期信号,

尤其是针对 Wagner II 级患者的创面自我换药指导, 减少了因换药不及时或操作不当导致的创面延迟愈合。家庭照护的强化则解决了老年患者行动不便的问题, 家属协助完成足部清洁、鞋袜更换, 确保足部护理无遗漏; 而线上创面照片反馈机制, 使护理团队能及时发现创面异常, 调整换药方案, 避免感染加重^[8]。此外, 目标激励机制让患者及家属更关注创面愈合进度, 主动优化护理行为。因年龄大、疾病病程长, 易产生“无力管理”的消极心态, 通过与患者及家属共同制定阶段性目标, 让患者感受到“可实现的进步”, 如空腹血糖达标、创面缩小等小目标的达成, 逐步增强其自我效能感; 线下实操考核与康复勋章的激励, 进一步强化了患者的主动管理意识^[9]。同时, 家庭协同管理缓解了患者的孤独感与焦虑情绪, 家属的参与让患者感受到支持, 减少了对疾病的恐惧; 患者互助群的经验分享则提供了情感共鸣, 帮助其重建社会交往信心。这种“生理康复+心理支持”的双重干预, 不仅提升了患者的自我管理能力, 更从根本上改善了其生活质量, 实现了从“疾病控制”到“健康生活”的转变^[10]。

综上, 个人和家庭自我管理理论的延续性护理可显著改善老年糖尿病足患者的血糖控制水平, 缩短足部创面愈合时间, 有效提升患者自我管理能力, 值得推广。

参考文献

- [1] 黄小慧,陈旭梅,钟婉君.延续性护理在老年糖尿病足患者中的应用效果[J].中国乡村医药,2023,30(12):66-68.
- [2] 付玉,沈延艳,贾天姝,等.分层级延续性护理模式在脊髓电刺激治疗老年糖尿病足中应用[J].中国老年学杂志,2022,42(18):4485-4487.
- [3] 杨静,潘淑芬,李乐荣,等.延续性护理在提高糖尿病足患者自我效能中的作用[J].当代医药论丛,2021,19(4):175-177.
- [4] 徐涛,白璐.延续性护理服务措施在糖尿病足患者护理工作中的应用效果分析[J].国际护理学研究,2025,7(6):75-77.
- [5] 钱月婷,何兰香,胡春丽,等.基于个人和家庭自我管理理论的延续性护理对老年糖尿病足患者自我管理能力的影 响[J].临床护理杂志,2025,24(2):23-25.
- [6] 袁书琪,杨筱曼,蔡青,等.社区居家老年人糖尿病足监测及干预的研究进展[J].护理学杂志,2023,38(22):120-124.
- [7] 陈兰,张雅杰,蔡桂程,等.延续性护理在糖尿病足患者中

- 的临床应用价值[J].世界最新医学信息文摘,2023,23(44):202-205.
- [8] 李喆,朱志娟,吴淑媛,等.ADOPT 问题解决模式延续性护理对糖尿病足患者自我管理能力的影晌[J].糖尿病新世界,2025,28(8):145-148.
- [9] 左环环,马丽静,齐微微.自我效能指导下延续性护理在下肢动脉粥样硬化合并糖尿病足患者中的应用效果分析[J].当代医药论丛,2025,23(24):149-152.
- [10] 苏维维,宋新荣,张宁.链式专案管理下的延续性护理对糖尿病足患者自护行为、认知能力及生活质量的影响[J].国际护理学杂志,2024,43(12):2293-2296.

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