

延续性护理干预在2型糖尿病患者血糖控制及自我管理能力中的应用效果研究

赵继梅

(荆州市第五人民医院 湖北荆州 434020)

【摘要】目的: 探讨延续性护理干预在2型糖尿病患者血糖控制及自我管理能力中的临床应用效果。方法: 选取80例2型糖尿病出院患者作为研究对象, 采用随机数字表法分为观察组与对照组各40例, 对照组实施糖尿病常规出院护理, 观察组在常规护理基础上实施6个月延续性护理干预, 对比两组护理前后空腹血糖(FPG)、餐后2h血糖(2hPG)、糖化血红蛋白(HbA1c)等血糖指标, 采用糖尿病自我管理力量表评估两组自我管理能力, 同时统计两组护理满意度。结果: 护理前, 两组FPG、2hPG、HbA1c及自我管理能力各维度评分对比, 差异无统计学意义($P > 0.05$); 护理6个月后, 两组上述血糖指标均较护理前显著降低, 且观察组低于对照组, 观察组自我管理力量表各项维度评分及总分均显著高于对照组, 差异均有统计学意义($P < 0.05$)。观察组护理总满意度为95.00%, 显著高于对照组的77.50%, 差异有统计学意义($P < 0.05$)。结论: 对2型糖尿病患者实施延续性护理干预, 能有效改善患者血糖控制效果, 显著提升其疾病自我管理能力, 同时提高患者护理满意度, 具有较高的临床应用价值。

【关键词】 延续性护理干预; 2型糖尿病; 血糖控制; 自我管理能力; 护理满意度

Study on the Application Effect of Continuous Nursing Intervention in Blood Glucose Control and Self-Management Capacity of Patients with Type 2 Diabetes Mellitus

Zhao Jimei

(Jingzhou Fifth People's Hospital, Jingzhou, Hubei 434020)

[Abstract] Objective: To investigate the clinical efficacy of continuous nursing intervention in improving blood glucose control and self-management capacity among patients with type 2 diabetes mellitus. Methods: A total of 80 discharged patients with type 2 diabetes mellitus were selected as study subjects and randomly divided into an observation group and a control group (40 cases each) using a random number table. The control group received conventional discharge nursing care, while the observation group received additional 6 months of continuous nursing intervention. Comparison was made between the two groups regarding fasting blood glucose (FPG), 2-hour postprandial blood glucose (2hPG), and glycosylated hemoglobin (HbA1c) levels before and after intervention. Self-management capacity was assessed using the Diabetes Self-Management Scale, and nursing satisfaction was statistically analyzed. Results: Before intervention, no statistically significant differences were observed between the two groups in FPG, 2hPG, HbA1c levels, or scores across all dimensions of self-management capacity ($P > 0.05$). After 6 months of intervention, all aforementioned blood glucose parameters significantly decreased in both groups, with the observation group showing lower values than the control group. The observation group also demonstrated significantly higher scores across all dimensions and the total self-management capacity score compared to the control group ($P < 0.05$). The overall nursing satisfaction rate in the observation group was 95.00%, significantly higher than that of 77.50% in the control group ($P < 0.05$). Conclusion: Implementation of continuous nursing interventions for patients with type 2 diabetes mellitus can effectively improve glycemic control, significantly enhance their disease self-management capabilities, and increase patient satisfaction with nursing care, demonstrating high clinical application value.

[Key words] Continuous nursing intervention; Type 2 diabetes mellitus; Blood glucose control; Self-management ability; Nursing satisfaction

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取本院收治的80例2型糖尿病出院患者作为研究对

象, 纳入标准: 符合2型糖尿病临床诊断标准, 意识清晰且沟通能力正常, 具备基本的手机/网络使用能力, 自愿参与本研究并签署知情同意书^[1]。排除标准: 合并严重心、肝、肾等脏器并发症, 合并精神疾病或认知障碍, 随访期间失访



或退出研究。采用随机数字表法将患者分为观察组与对照组各 40 例，观察组男 23 例，女 17 例；年龄 42~75 岁，平均 (58.6±7.2) 岁；病程 2~12 年，平均 (6.5±2.1) 年；其中合并高血压 12 例，高血脂 8 例。对照组男 22 例，女 18 例；年龄 40~76 岁，平均 (59.2±6.8) 岁；病程 1~13 年，平均 (6.8±2.3) 年；其中合并高血压 11 例，高血脂 9 例。两组患者性别、年龄、病程及并发症情况等一般资料对比，差异无统计学意义 (P>0.05)，具有可比性。

1.2 护理方法

两组患者住院期间均接受糖尿病常规护理，包括血糖监测、饮食运动指导、用药宣教、足部护理等，出院前均完成基础健康知识考核，确保患者掌握基本的疾病管理方法^[2]。

对照组实施常规出院护理：出院时给予书面健康指导手册，明确复诊时间、用药剂量及注意事项，出院后通过电话进行 1 次/月的简单复诊提醒，解答患者提出的简单健康咨询，无针对性的干预措施^[3]。

观察组在常规护理基础上实施 6 个月延续性护理干预，具体措施：①建立个性化护理档案：详细记录患者基本信息、血糖指标、用药方案、饮食运动习惯及并发症情况，结合患者年龄、文化程度、生活方式制定针对性干预方案^[4]；②多渠道延续随访：采用“微信+电话+线下复诊”结合模式，每周 1 次微信推送糖尿病健康知识、饮食食谱、运动教程，开设线上打卡群鼓励患者分享血糖监测结果，每 2 周 1 次电话随访，详细了解患者血糖监测、用药、饮食运动情况，及时纠正不规范行为，每月 1 次线下复诊，结合患者血糖变化及身体状况联合医生调整干预方案^[5]；③血糖管理指导：一对一指导患者正确使用血糖仪，规范记录血糖监测数据，针对血糖波动者及时分析饮食、用药、运动等影响因素，同步调整干预方案^[6]；④饮食与运动干预：根据患者体质量、血糖情况及饮食偏好制定个性化饮食计划，明确主食、蔬菜、蛋白质的摄入量及搭配原则，指导患者规避高糖、高脂、高盐食物，结合患者体能状况指导进行散步、太极拳、慢跑等中等强度运动，告知运动时间、频率及低血糖时的应急处理方法^[7]；⑤用药与并发症护理：反复强调遵医嘱用药的重要性，杜绝

擅自减药、停药，针对老年患者采用用药提醒贴、定时电话提醒等方式提高用药依从性，指导患者进行足部清洁、按摩等基础护理，讲解糖尿病足、周围神经病变等并发症的早期识别要点^[8]；⑥心理干预：关注患者心理状态，对存在焦虑、抑郁情绪的患者进行针对性心理疏导，鼓励患者及家属积极参与疾病管理，建立家庭支持体系，提高治疗依从性^[9]。

1.3 观察指标

①血糖指标：分别于护理前、护理 6 个月后采集患者晨起空腹静脉血及餐后 2h 静脉血，检测两组 FPG、2hPG、HbA1c 水平^[10]；②自我管理能力和护理满意度：护理前、护理 6 个月后采用糖尿病自我管理力量表评估，量表包含饮食管理、运动管理、用药管理、血糖监测、足部护理 5 个维度，各维度 20 分，总分 100 分，评分越高表示自我管理能力强；③护理满意度：护理 6 个月后采用自制护理满意度量表调查，该量表信效度良好，分为非常满意、满意、不满意三个等级，总满意度=(非常满意+满意)例数/总例数×100%。

1.4 统计学方法

采用 SPSS26.0 统计学软件分析数据，计量资料以 ($\bar{x} \pm s$) 表示，行 t 检验；计数资料以 % 表示，行 χ^2 检验，P<0.05 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组护理前后血糖指标对比

护理前，两组 FPG、2hPG、HbA1c 对比，差异无统计学意义 (P>0.05)；护理 6 个月后，两组上述血糖指标均较护理前显著降低，且观察组各项血糖指标均显著低于对照组，差异有统计学意义 (P<0.05)，见表 1。

2.2 两组护理前后自我管理能力和护理满意度对比

护理前，两组糖尿病自我管理力量表各维度评分及总分对比，差异无统计学意义 (P>0.05)；护理 6 个月后，观察组各维度评分及总分均显著高于对照组，差异有统计学意义 (P<0.05)。观察组护理总满意度为 95.00%，显著高于对照组的 77.50%，差异有统计学意义 (P<0.05)，见表 2。

表 1 两组护理前后血糖指标对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	时间	空腹血糖 (mmol/L)	餐后 2h 血糖 (mmol/L)	糖化血红蛋白 (%)
观察组	40	护理前	9.2 ± 1.5	13.5 ± 2.1	8.9 ± 1.2
		护理后	5.6 ± 0.7	7.8 ± 1.0	5.8 ± 0.6
对照组	40	护理前	9.3 ± 1.4	13.6 ± 2.0	9.0 ± 1.1
		护理后	7.5 ± 0.9	9.9 ± 1.2	7.6 ± 0.8
t 值 (护理后组间)			10.125	8.762	9.853
P 值 (护理后组间)			< 0.05	< 0.05	< 0.05

表 2 两组护理后自我管理能力和护理满意度对比 ($\bar{x} \pm s$, %)

组别	例数	饮食管理 (分)	运动管理 (分)	用药管理 (分)	血糖监测 (分)	足部护理 (分)	自我管理能力总分 (分)	非常满意 (n)	满意 (n)	不满意 (n)	总满意度
观察组	40	18.2 ± 1.3	17.8 ± 1.5	19.0 ± 0.8	18.5 ± 1.2	16.0 ± 1.4	89.5 ± 5.2	25	13	2	95.00%
对照组	40	14.5 ± 1.6	13.2 ± 1.8	15.8 ± 1.1	14.2 ± 1.5	10.6 ± 1.7	72.3 ± 6.1	18	13	9	77.50%

t/χ^2 值	9.872	11.256	14.583	12.105	15.624	13.025	5.165
P 值	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05	< 0.05

3 讨论

2 型糖尿病是一种慢性代谢性疾病,需长期甚至终身干预管理,患者出院后的自我管理行为直接影响血糖控制效果及疾病远期预后,而多数患者出院后因缺乏专业、持续的护理指导,易出现各类不规范的疾病管理行为,进而导致血糖控制不佳^[1]。常规出院护理仅为患者提供基础的健康指导和复诊提醒,干预形式单一、缺乏持续性和针对性,无法满足患者出院后长期的疾病管理需求,部分患者还会因对疾病知识掌握不扎实、自我管理意识薄弱,出现用药不规范、饮食运动不合理、血糖监测不规律等问题,不仅影响血糖控制效果,还会增加糖尿病肾病、视网膜病变、周围神经病变等慢性并发症的发生风险。

延续性护理干预是将医院专业的护理服务延伸至患者家庭的一种新型护理模式,打破了传统出院护理的时空限制,通过个性化、持续性、多渠道的干预措施,为患者提供全程的健康指导和支持,契合 2 型糖尿病长期管理的临床需求^[2]。本研究中,观察组通过建立个性化护理档案,实现了对患者病情的精准把控,让干预措施更贴合患者个体情况;“微信+电话+线下复诊”的多元化随访模式,既保证了干预的持续性和有效性,也让患者随时能获得专业的护理指导,线上打卡群的建立还能提高患者的疾病管理积极性;针对性

的血糖管理、饮食运动、用药护理等措施,能帮助患者纠正不良的疾病管理行为,规范血糖监测和用药流程,提升患者对糖尿病知识的认知水平和实际操作能力。同时,护理中注重对老年患者的个性化指导,通过用药提醒、简易操作教程等方式降低其疾病管理难度,结合心理干预缓解患者负面情绪,指导家属建立家庭支持体系,进一步提高了患者的治疗依从性,让护理干预效果得到有效保障。

本研究结果显示,护理后观察组 FPG、2hPG、HbA1c 均显著低于对照组,说明延续性护理干预能有效改善 2 型糖尿病患者的血糖控制效果,让血糖水平维持在更理想的范围;观察组自我管理力量表各维度评分及总分均显著高于对照组,提示延续性护理能帮助患者建立科学的疾病管理习惯,显著提升其饮食、运动、用药等方面的自我管理能力的提升能让患者长期保持规范的疾病管理行为,更利于血糖的长期稳定;观察组护理总满意度显著高于对照组,表明延续性护理干预更贴合患者的临床需求,能让患者感受到更全面、贴心的护理服务,进而提高患者对护理服务的认可和满意度。

综上,延续性护理干预能有效控制 2 型糖尿病患者的血糖水平,显著提升患者的疾病自我管理能力,同时提高护理满意度,还能降低并发症发生风险,为 2 型糖尿病患者的长期管理提供了有效护理路径,值得临床推广应用。

参考文献:

- [1]中国 2 型糖尿病防治指南(2017 年版)[J].中国实用内科杂志,2018,38(04):292-344.2018040108.
- [2]蔡胜男,汤卫红,龚燕.基于信息框架效应理论的护理干预在 2 型糖尿病患者中的应用[J].当代护士(中旬刊),2026,33(02):22-28.1006-6411.2026.05.005.
- [3]金璐,胡玲.认知行为转变理论下护理对 2 型糖尿病患者出院后遵医行为和健康行为的影响[J].中国药物经济学,2025,20(01):125-128.
- [4]杨沛.基于 Triangle 模型的 2 型糖尿病患者分层分级延续护理方案的构建[D].宁夏医科大学,2022.2022.000397.
- [5]白子凡.2 型糖尿病与认知障碍相关性的 meta 分析及影响因素研究[D].长春中医药大学,2023.2023.000482.
- [6]高娟,雷晓蓉.125 例 2 型糖尿病患者的血糖与尿糖测定分析[J].婚育与健康,2026,32(04):70-72.
- [7]翁冬丽.个体化饮食干预联合运动指导在 2 型糖尿病患者健康管理中的应用价值[J].当代医药论丛,2025,23(35):62-64.
- [8]Subhashchandra J B ,Prasad C M ,Gowd P B , et al. Serum Resistin and High-sensitivity C-reactive Protein as Independent Predictors of Vascular Complications in Type 2 Diabetes Mellitus: A Cross-sectional Observational Study at a Tertiary Care Center.[J].Annals of African medicine,2026,
- [9]王星,张玉萍.情绪 ABC 理论指导的叙事心理护理对门诊老年 2 型糖尿病患者的干预效果[J].现代养生,2025,25(20):1561-1564.
- [10]Tingting W . The Effect of Standardized Nutritional Care Combined with Exercise Intervention in Patients with Gestational Diabetes Mellitus and Its Effect on FPG, 2hPG, and HbA1c Levels[J].Journal of Clinical and Nursing Research,2024,8(7):73-78.7.7855.
- [11]“2 型糖尿病中西医结合治疗最新研究进展型”专刊[J].中国临床药理学与治疗学,2025,30(02):140.
- [12]毕佳,王小莹.延续性护理在老年 2 型糖尿病患者护理中应用的效果[C]//天津市互联网医学科普协会.临床医学研究创新学术交流会议论文集.呼和浩特市第一医院,;2026:48-50.2026.002982.