

# 得了糖尿病肾病如何护理?

杜梅

通江县新区医院 四川 巴中 636700

【中图分类号】R473

【文献标识码】B

【文章编号】2096-1685(2021)16-0004-01

相关调查显示,近年来,随着饮食结构的不断变化与人口老龄化趋势的大幅升高,糖尿病在我国临床过程中的发病率出现了升高的趋势,从而对人民群众的身体健康造成了不良的影响与阻碍。

## 1 糖尿病肾病概述

相关研究显示,糖尿病的并发症数量相对较多,其中,作为常见并发症之一,糖尿病肾病往往不利于患者肾脏健康的保障。在这一问题上,相关数据显示,该病可导致患者肾脏功能的紊乱,从而不利于其健康的合理维系。对于中晚期患者而言,其可出现水肿、血压异常以及大量蛋白尿等症状,若不能得到合理管控,则可诱发肾衰竭问题,继而危及患者生命。基于此,研究人员指出,医护人员应积极做好对于糖尿病肾病问题的合理关注,从而结合患者实际情况给予相应的护理干预。

## 2 糖尿病肾病的护理要点

2.1 合理控制日常饮食 作为糖尿病常见并发症,糖尿病肾病往往与患者血糖值之间具有较为密切的关联性。因此,为了进一步实现对于患者健康的合理保障,其应在日常工作中积极做好对于饮食结构的科学调整,从而有效控制每日对于糖分的摄入量。在具体做法上,患者应合理做好对于雪糕与糖果等食材的戒除,同时积极做好对于肉蛋奶等优质食材的食用。在饮食方面,建议患者以清淡膳食为主。与此同时,患者应合理做好对于主食的控制,在食材选择方面,应尽量食用面食,避免食用大米,从而有效实现对于血糖指标的充分管控。在水果选择方面应选择甜度较低的水果进行食用,在这里应特别注意一点,糖尿病患者也可适当食用一些西瓜或香蕉等水果,这一点并不是绝对的,但是应严格做好对于相关食材摄入量的充分控制,以免患者血糖值过量上升。

2.2 疏导患者心理状态 总的来看,对于糖尿病肾病患者而言,多数患者在得知自身病情后往往会产生紧张、焦虑等负性心理,从而不利于其生活质量的合理维系。为了有效应对这些问题,在护理过程中,护理人员应近期做好对于患者心理状态的充分关注,以便根据患者实际情况对其进行心理引导工作,从而帮助患者更好地实现对于不良心态的充分缓解,保障患者健康。在这一问题上,有研究资料证实,通过建立良好的生活信心,糖尿病肾病患者生活质量可出现合理提高,对于其病情的有效控制同样具有积极的指导意义。

2.3 监测患者体重 在日常生活中为了有效实现对于糖尿病肾病患者健康的充分关注,患者应积极做好对于自身体重的合理监测,因为体重往往是反映其身体健康情况的重要指标,在此过程中,若患者在某一段时间内出现体重的大幅波动,则应及时入院就医,避免高血糖值对患者身体造成进一步的损害。在这一问题上,建议患者在家中自备一个体重秤,每日早晚称重,从而对于自身健康情况做到心中有数。

2.4 观察患者尿量 相关调查显示,糖尿病肾病往往会对于患者肾脏功能造成影响,基于此,患者肾小球功能可出现异常。研究人员指出,相关症状可以从患者的尿液情况中进行了了解。因此,患者在日常生活中应做好对于排尿情况的充分观察,重点观察每日尿量与尿液的颜色并合理记录,以便进一步

结合排尿情况有效了解自身健康情况。与此同时,患者应参考体重监测工作的相关做法,即当排尿情况出现异常后应及时入院就医。

2.5 营造良好休养环境 为了合理实现患者临床症状的充分改善,护理人员应积极做好对于良好休养环境的科学营造。在这一问题上,大量数据显示,在日常生活中,护理人员应积极做好对于房间内部温湿度的合理调控,同时有效实现对于光照条件的有效控制,从而为患者营造一个较为安静舒适的休养范围,继而为其体质的有效改善提供助力。

2.6 监督患者药物使用 对于糖尿病肾病患者而言,为了进一步实现对于临床症状的充分控制,患者往往需要在日常生活中长期进行降血糖药物的合理服用。在此过程中,护理人员应充分监督患者药物使用情况,以便确保患者可以严格遵医嘱进行药物服用,从而为患者血糖值的充分管控提供助力。在此期间,应严禁患者私自进行药物剂量调整。与此同时,对于自觉症状改善或加重的患者而言,其应及时入院就医并在医生指导下合理进行药物剂量的调整。总的来看,通过积极做好对于药物的合理应用,有利于帮助患者更好地实现对临床症状的改善,对于患者肾脏功能的合理恢复具有积极的推动价值。

2.7 调整作息习惯 医疗人员指出,良好的生活作息习惯有利于帮助患者实现身体健康的合理恢复,因此,在糖尿病肾病患者护理过程中,医护人员应引导其积极做好对于作息习惯的科学调整,确保每日早睡早起,避免熬夜。与此同时,患者应合理管控自身情绪,避免情绪的大幅波动。大量研究数据显示,通过积极做好作息习惯的科学调整,患者身体素质可以在短期内得到明显改善,对于患者临床症状的减轻与生活质量的提高均具有良好的促进作用。此外,部分数据显示,通过作息习惯的改善,患者在日常生活中可以有效实现自身精力的有效提升。

2.8 及时戒除烟酒 相关调查显示,抽烟酗酒等不良生活习惯往往不利于患者健康的合理维系,因此,对于糖尿病肾病患者而言,为了进一步实现其生命质量的提高,患者应及时有效戒除烟酒。在这一问题上,大量临床数据显示,抽烟酗酒患者的生存质量往往低于无此类不良嗜好的糖尿病肾病患者。与此同时,大量数据显示通过合理戒除烟酒,患者临床症状可以得到显著缓解,对于其生活质量的优化至关重要。基于此,医疗人员指出,在糖尿病肾病患者护理过程中,护理人员应积极做好对于相关内容的充分关注,从而有效引导患者戒除烟酒,养成良好的生活习惯。

总的来看,作为糖尿病患者常见并发症之一,糖尿病肾病可对患者肾脏功能造成严重损害,若不能及时进行合理治疗,则不利于患者健康的合理维系。在日常生活中,为了进一步实现护理工作综合质量的提高与优化,医护人员针对患者护理方法进行了总结性整理,从而进一步提出了相应的护理要点。对于患者而言,通过严格执行相关护理要点,有利于控制血糖指标,从而实现肾脏负担的降低,对于患者健康的保障至关重要。相信在广大医护人员与患者的不懈努力下,糖尿病肾病患者的明天一定会更加美好。