

自我健康行为管理配合循证基础护理 在早期糖尿病肾病中的应用

陈波

盐城市大丰人民医院肾内科 盐城 224100

【摘要】目的：探讨自我健康行为管理配合循证基础护理在早期糖尿病肾病中的应用效果。**方法：**选取我院2017年1月—2020年1月收治的70例早期糖尿病肾病患者，将受试者进行随机分组，各35例，对照组接受常规护理，研究组在对照组的基础上行自我健康行为管理配合循证基础护理，对比两组出院时及出院后6个月的DN危险因素自控达标率及自护能力变化，并评价两组患者的护理满意度。**结果：**出院时两组的DN危险因素自控达标率比较无统计学差异($P > 0.05$)，出院后6个月研究组的DN危险因素自控达标率显著高于对照组($P < 0.05$)；出院时两组的ESCA总分比较无统计学差异($P > 0.05$)，出院后6个月研究组的ESCA总分显著高于对照组($P < 0.05$)；研究组护理满意度(97.14%)较对照组(80.00%)更高($P < 0.05$)。**结论：**自我健康行为管理配合循证基础护理可有效提高患者的自控达标率及自护能力，患者满意度高，在早期糖尿病肾病患者护理中具有较高的应用价值。

【关键词】自我健康行为管理；循证基础护理；早期糖尿病肾病；自控达标率；自护能力

【中图分类号】R473.5

【文献标识码】A

【文章编号】2096-1685(2021)46-54-02

糖尿病肾病(DN)是糖尿病最为常见的一种并发症，以肾小球功能及结构改变为主要病理特征，对于大多早期DN患者一般经急性期治疗后则会进入病情稳定期，需长期进行保守治疗以预防不良预后^[1]。临床实践证实，大多DN患者病情稳定后常因对疾病认知不足、治疗依从性差、自护能力低而导致病情进展，因此如何采取健康干预手段提高患者自身健康行为及自护能力一直是护理界关注的热点^[2]。本研究选取我院收治的70例早期糖尿病肾病患者为研究对象，探讨自我健康行为管理配合循证基础护理的应用效果，现进行如下报道。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取我院2017年1月—2020年1月收治的70例早期糖尿病肾病患者作为研究对象，所有患者均经临床相关检查确诊，糖尿病病程5年以上，病情稳定，患者认知及沟通能力良好，可主动配合参与本次研究，且排除合并严重并发症、其他肾脏疾病、心脑血管病变、感染性疾病、精神疾病、认知及沟通障碍、失访者及拒绝参与本次研究者。其中男39例、女31例，年龄46~78岁，平均(60.42±3.57)岁，糖尿病病程5~21年，平均(13.32±2.42)年。将受试者进行随机分组，各35例，两组在上述基本资料方面无统计学差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组患者接受常规护理 患者住院期间根据DN的2级、3级预防内容对患者进行专科健康宣教，提高患者对疾病的认知度及防控意识。出院时为患者建立个人健康档案，定期通过电话随访关注患者病情，并根据患者存在的问题给予相应的健康指导。

1.2.2 研究组患者在对照组的基础上行自我健康行为管理配合循证基础护理，由高年资专科医师及护理专家成立专科健康教育小组，以循证医学为基础，以DN危险因素控制链为主线，确立健康管理服务机制。具体为：(1)患者入院后由专职护士进行入院评估，通过沟通全面了解患者的基本信息、病情资料、心

理状态及对疾病的认知度，为制定健康干预打下基础。(2)根据患者的具体病情、治疗进展、体质量及各生化指标水平进入循证实践，明确循证问题后查阅文献资料，经专家审核后制定个体化的自我健康行为管理方案。(3)方案执行：通过多次一对一沟通达成共识，之后通过发放健康教育资料、定期组织肾友会、集中授课、微信群互动等形式增进患者自我管理能力及坚定治疗疾病的信心。对认知能力较差者可增加沟通次数，重点反复讲解自我健康行为对疾病的影响。同时鼓励家属参与，督促、鼓励患者将自我健康行为落实到位。(4)患者出院时发放个体化健康教育手册，指导患者科学饮食，坚持运动，出院后全程跟踪随访，每2周电话随访1次，了解患者的健康行为并及时纠正不良行为，并定期在微信群推送疾病健康知识，巩固健康管理认知度。

1.3 观察指标

1.3.1 DN危险因素自控达标率比较两组患者出院时及出院后6个月空腹血糖、餐后2h血糖、糖化血红蛋白、血压、总胆固醇、体质量及24h尿蛋白的自控达标率。

1.3.2 自护能力采用自我护理能力测量量表(ESCA)从自我概念、自护责任感、自护技能、健康知识认知四方面评价两组患者出院时及出院后6个月的自护能力，共43个条目，满分172分，评分与患者的自护能力呈正比^[3]。

1.3.3 护理满意度 护理满意度采用我院自制的调查问卷，根据满意程度从满意、一般满意、不满意三个级别予以评价，总满意=满意+一般满意。

1.4 统计学方法

采用SPSS 19.0统计软件分析处理数据， $P < 0.05$ 时为存在统计学差异。

2 结果

2.1 DN危险因素自我控制达标率

出院时两组DN危险因素自控达标率比较无统计学差异($P > 0.05$)，出院后6个月研究组DN危险因素自控达标率显著高于对照组($P < 0.05$)，见表1。

表1 DN危险因素自控达标率[n(%)]

组别	空腹血糖	餐后2h血糖	糖化血红蛋白	血压	总胆固醇	体质量	24h尿蛋白
研究组(n=35)	出院时	18(51.43)	17(48.57)	16(45.71)	18(51.43)	17(48.57)	16(45.71)
	出院后6个月	33(94.29)*#	32(91.43)*#	33(94.29)*#	33(94.29)*#	32(91.43)*#	32(91.43)*#
对照组(n=35)	出院时	17(48.57)	16(45.71)	17(48.57)	19(54.29)	18(51.43)	17(48.57)
	出院后6个月	27(77.14)*	25(71.42)*	27(77.14)*	27(77.14)*	25(71.42)*	25(71.42)*

注：组内及组间相比，* $P < 0.05$ ；# $P < 0.05$ 。

2.2 自护能力改善情况

出院时两组的 ESCA 总分比较无统计学差异 ($P > 0.05$)，

出院后 6 个月研究组的 ESCA 总分显著高于对照组 ($P < 0.05$)，

见表 2。

表 2 自护能力改善情况 [$(\bar{x} \pm s)$ ， $n=35$ ，分]

组别		自护责任感	自护技能	健康知识认知	自我概念	总分
研究组	出院时	39.31 ± 2.23	21.58 ± 3.36	12.63 ± 2.35	16.36 ± 2.32	103.63 ± 5.54
	出院后 6 个月	45.42 ± 2.35 [#]	33.61 ± 2.08 [#]	24.22 ± 3.37 [#]	24.72 ± 2.18 [#]	145.38 ± 7.22 [#]
对照组	出院时	39.26 ± 2.18	21.49 ± 3.27	12.57 ± 2.42	16.24 ± 2.43	102.58 ± 6.32
	出院后 6 个月	41.33 ± 2.26 [*]	24.23 ± 2.32 [*]	15.52 ± 2.44 [*]	18.51 ± 2.38 [*]	128.46 ± 8.18 [*]

注：组内及组间相比，^{*} $P < 0.05$ ；[#] $P < 0.05$ 。

2.3 护理满意度

研究组护理满意度 (97.14%) 较对照组 (80.00%) 更高，两

组比较存在统计学差异 ($P < 0.05$)，见表 3。

表 3 护理满意度 [n (%)]

组别	例数	满意	一般满意	不满意	总满意
研究组	35	21 (60.00)	13 (37.14)	1 (2.86)	34 (97.14) *
对照组	35	18 (51.43)	10 (28.57)	7 (20.00)	28 (80.00)

注：组间比较，^{*} $P < 0.05$ 。

3 讨论

DN 的发病机制目前尚未明确，但其发生的主要基础为糖尿病代谢紊乱，WHO 认为，对早期 DN 患者给予及时用药治疗保护肾脏，同时养成健康生活行为方式、控制血压、血糖、血脂水平对稳定及延缓疾病进展具有积极意义^[4]。可见实施有效的自我健康行为管理帮助患者养成良好的生活行为习惯、提高其遵医行为尤为重要。循证医学是根据患者错综复杂的病情明确循证问题并获取具有科学的循证证据以指导临床，近年来深受临床决策的重视。在本研究中将循证为基础的健康教育融入到自我健康行为管理中，为患者提供更多、更系统的支持，帮助其提高自我管理能力和更好地控制病情^[5-6]。本研究结果表明，出院后 6 个月研究组患者 DN 危险因素自控达标率显著高于对照组 ($P < 0.05$)；出院后 6 个月研究组患者的 ESCA 总分显著高于对照组 ($P < 0.05$)；研究组患者护理满意度 (97.14%) 较对照组 (80.00%) 更高 ($P < 0.05$)。

综上所述，自我健康行为管理配合循证基础护理可有效提高患者的自控达标率及自护能力，患者满意度高，在早期糖尿病肾

病患者护理中具有较高的应用价值。

参考文献

- [1] 鹿梅. 糖尿病肾病病人自我管理行为及社会支持与病情控制的关系研究 [J]. 全科护理, 2017, 15(30): 3819-3821.
- [2] 刘向玲, 吕晓春. 基于循证基础的自我健康行为管理对早期糖尿病肾病的影响 [J]. 实用临床医药杂志, 2017, 21(18): 130-132.
- [3] 刁艳, 赵锦仲, 陈少华. 心理护理联合常规护理在老年人早期糖尿病肾病患者中的应用效果 [J]. 中国当代医药, 2019, 26(27): 210-212.
- [4] 韩雅纯, 孙林. 糖尿病肾病治疗的循证医学新进展 [J]. 中华肾病研究电子杂志, 2015, 4(5): 251-256.
- [5] 王芳, 袁丽, 李饶, 等. 住院 2 型糖尿病患者自我管理行为现状及影响因素分析 [J]. 护理学杂志, 2015, 30(17): 29-31.
- [6] 杨丽萍. 老年 2 型糖尿病患者应用循证护理干预措施的效果及生活质量研究 [J]. 当代医学, 2016, 22(15): 116-117.

(上接第 39 页)

- [2] 肖琪, 徐健峰, 李步阳. HPLC 法测定复方冻疮乳膏中维生素 E 及消旋山莨菪碱的含量 [J]. 中国处方药, 2021, 19(11): 21-23.
- [3] 王绍伟, 郭会敏, 安静霞, 等. 山莨菪碱联合重组人脑利钠肽对急性前壁心肌梗死患者 PCI 术后心功能及炎症因子的影响 [J]. 四川医学, 2021, 42(11): 1117-1121.
- [4] 郭松林. 急性胃炎采用阿托品联合奥美拉唑治疗的观察及评价 [J]. 中国医药指南, 2021, 19(31): 19-21.
- [5] 袁方. 利多卡因注射液、山莨菪碱注射液与曲马多注射液治疗急诊泌尿系结石疼痛的效果 [J]. 数理医药学杂志, 2021, 34(10): 1509-1511.
- [6] 彭海萍, 吴广礼. 山莨菪碱对顺铂诱导的急性肾损伤大鼠 TLR4/NF- κ B 信号通路的调节作用研究 [J]. 中国中西医结合肾病杂志, 2021, 22(9): 769-773, 848.