

以目标为导向的延续性护理对糖尿病患者康复效果及满意度的影响

王晓玲 吕颖 (通讯作者) 王硕 王丽宏

解放军第九六八医院朝阳院区 122000

【摘要】目的：探讨以目标为导向的延续性护理在糖尿病患者中的应用效果，分析其对患者康复指标及护理满意度的影响。**方法：**选取本院内分泌科收治的 120 例 2 型糖尿病患者，对照组采用常规延续性护理，观察组实施以目标为导向的延续性护理，对比两组患者干预效果。**结果：**观察组 FPG、2hPG、HbA1c 水平均显著低于对照组，观察组护理满意度为 96.67%，明显高于对照组的 83.33% ($P < 0.05$)。**结论：**以目标为导向的延续性护理可有效改善 2 型糖尿病患者的血糖控制效果，提升患者护理满意度。

【关键词】以目标为导向；延续性护理；糖尿病；康复效果；护理满意度

近些年来，随着生活方式以及饮食结构发生改变，糖尿病的发病几率呈现出逐年递增的态势，已然演变成一个全球性的公共卫生方面的问题^[1]，该疾病是一种由胰岛素分泌缺陷和（或）胰岛素作用障碍引起的慢性代谢性疾病，由于病程迁延反复，需长期干预治疗。然而临床实践中发现，多数患者出院后缺乏专业指导，用药、饮食、运动及血糖监测依从性较差，导致血糖波动大，再入院率升高，而以目标为导向的延续性护理则强调根据患者的具体情况设定个性化、量化的护理目标，通过分阶段落实护理措施、动态优化护理方案，实现护理服务的精准化、系统化，为患者提供全程、连续的护理支持。

1. 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 1 月—2026 年 3 月在本院内分泌科住院治疗的 120 例 2 型糖尿病患者，随机分为对照组和观察组，均符合《中国 2 型糖尿病防治指南(2020 年版)》^[2] 的诊断标准，具有一定读写与沟通能力，能配合完成问卷调查。排除 1 型糖尿病或特殊类型糖尿病，近 3 个月内有糖尿病酮症酸中毒等急性并发症史，合并恶性肿瘤或精神疾病，指标间 $P > 0.05$ ，具备可比性。

表 1 患者一般资料对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别	例数	男性/女性	平均年龄(岁)	平均病程(年)
对照组	60	34/26	57.89±9.01	5.13±1.46

观察组	60	32/28	58.65±8.42	5.21±1.38
-----	----	-------	------------	-----------

1.2 方法

1.2.1 对照组（常规延续性护理）：患者出院时，护理人员给予常规健康指导，包括饮食、运动、用药、血糖监测等相关知识讲解，发放健康手册；出院后1个月、3个月、6个月进行电话随访，询问患者血糖控制情况、用药依从性，解答患者疑问，提醒患者定期到院复查。

1.2.2 观察组（以目标为导向的延续性护理）：

（1）目标设定：患者出院前1天，由责任护士、主治医师及营养师组成护理小组，结合患者血糖水平、病程、年龄等个体情况，联合患者及家属制定个性化护理目标，分为1-3个月短期目标与6个月长期目标。其中，短期目标为熟练掌握血糖监测及用药方法，空腹血糖 $\leq 6.5\text{mmol/L}$ 、餐后2h血糖 $\leq 9.0\text{mmol/L}$ ，而长期目标为糖化血红蛋白 $\leq 6.5\%$ ，掌握科学饮食运动方案，提升自我管理能力，无新增严重并发症，护理满意度 $\geq 90\%$ ^[3]。

（2）目标落实：①出院精准指导：一对一讲解血糖监测时间与方法、降糖药物使用规范（剂量、时间及不良反应处理），营养师结合患者饮食偏好制定低糖低脂高纤维饮食方案，控制总热量，并依据患者体质制定有氧运动计划，每周3-5次、每次30-40min，规避剧烈运动。②全程随访管理：出院1周内首次电话随访，排查适应情况及目标落实问题；出院1、3、6个月采用电话+微信随访，每月开展1次线上健康讲座，每3个月进行1次门诊随访，检测血糖并评估目标完成情况。③心理疏导：关注患者负性情绪，通过案例分享、家属鼓励等方式疏导焦虑、抑郁情绪，增强治疗信心，提高护理依从性。

（3）目标评估与优化：每次随访时，护理小组对照目标评估患者血糖控制、自我管理及并发症情况，结合病情变化和护理需求优化方案。对未完成短期目标者，分析原因并强化指导，而对目标完成较好者，适当提高标准，推进达成长期康复目标。

1.3 观察指标

对比两组患者的血糖指标和护理满意度。

1.4 统计学分析

应用 SPSS26.0 软件进行数据处理,用 t 检验 ($\bar{x}\pm s$),用 χ^2 检验[n(100%)],若 $P<0.05$ 说明存在对比意义。

2. 结果

表 2 两组患者血糖指标对比 ($\bar{x}\pm s$)

分组		例数	FPG (mmol/L)	2hPG (mmol/L)	HbA1c (%)
对照组	干预前	60	8.87±1.31	12.76±2.08	8.41±1.12
	干预后	60	7.63±1.02	10.21±1.47	7.48±0.84
观察组	干预前	60	8.92±1.24	12.85±2.13	8.46±1.05
	干预后	60	6.58±0.87	8.94±1.25	6.52±0.68
t 值 (干预后)		—	5.124	4.876	6.342
P 值		—	<0.05	<0.05	<0.05

表 2 两组患者护理满意度对比 [n(%)]

组别	例数	很满意	一般满意	不满意	满意度
对照组	60	22 (36.67%)	28 (46.67%)	10 (16.67%)	50 (83.33%)
观察组	60	32 (53.33%)	26 (43.33%)	2 (3.33%)	58 (96.67%)
χ^2	—	—	—	—	5.926
P 值	—	—	—	—	<0.05

3. 讨论

此次研究表明,以目标为导向的延续性护理在 2 型糖尿病患者干预中效果显著,干预后观察组 FPG、2hPG、HbA1c 水平均显著低于对照组,护理满意度明显高于对照组 ($P<0.05$)。主要得益于以目标为导向的延续性护理通过组建专业护理小组,联合患者及家属制定个性化目标,从出院指导、全程随访、心理疏导三方面落实护理措施,同时动态评估并优化护理方案,既帮助患者熟练掌握血糖管理技能,又有效缓解负性情绪,提升治疗依从性,契合糖尿病长期干预的治疗特点。

综上,以目标为导向的延续性护理可有效优化 2 型糖尿病患者的血糖控制指标,提高护理满意度,兼顾针对性与系统性,适合在临床糖尿病护理中推广应用。

参考文献

- [1] 诸葛绪芬. 社区延续性护理在糖尿病患者中的应用效果研究[J]. 婚育与健康, 2024, 30(11):175-177.
- [2] 中华医学会糖尿病学分会, 朱大龙. 中国 2 型糖尿病防治指南(2020 年版)[J]. 中华糖尿病杂志, 2021, 13(4):315-409. DOI:10.3760/cma.j.cn115791-20210221-00095.
- [3] 李新杨, 徐琳, 安朝凤. 以目标为导向的延续性护理对糖尿病患者康复效果及满意度的影响[J]. 糖尿病新世界, 2026, 29(1):148-151. DOI:10.16658/j.cnki.1672-4062.2026.01.148.