

·护理研究·

延伸行为靶向干预模式对初诊中青年糖尿病患者自我管理行为的影响

刘良红,方国美,金丽红,陈敏华,郑晓佳,施赵维

(丽水市人民医院内分泌科,浙江 丽水 323000)

摘要:目的 探讨实施延伸行为靶向干预对出院后初诊中青年糖尿病患者自我管理行为的影响。方法 采取便利抽样的方法,选择丽水某三甲医院 2016 年 5-12 月因糖尿病首次住院的中青年糖尿病患者 60 例作为研究对象,随机分为试验组和对照组,每组 30 例。对照组仅实施常规健康教育与出院随访,试验组在对照组的基础上实施延伸行为靶向干预方法。应用糖尿病自我管理行为量表(SDSCA)分别于入院时、出院后 6 个月对两组患者进行测评并比较。结果 两组干预前自我管理行为量表 6 个维度得分情况比较,差异无统计学意义($P>0.05$);出院后两组 6 个月试验组总体饮食、具体饮食、运动、血糖监测、足部护理和遵医用药 6 个维度得分均较对照组高,差异有统计学意义($P<0.05$)。结论 与常规糖尿病健康教育和出院随访相比,延伸行为靶向干预模式有助于更好地促进初诊中青年糖尿病患者建立良好的自我管理行为,是一种行之有效的管理模式。

关键词:延伸;行为靶向干预;初诊;中青年患者;糖尿病;自我管理

中图分类号:R473.5

文献标识码:A

DOI: 10.3969/j.issn.1006-1959.2020.07.059

文章编号:1006-1959(2020)07-0175-03

Effects of Extended Behavior Targeted Intervention Model on Self-management Behaviors of Young and Middle-aged Diabetic Patients

LIU Liang-hong, FANG Guo-mei, JIN Li-hong, CHEN Min-hua, ZHENG Xiao-jia, SHI Zhao-wei

(Department of Endocrinology, Lishui People's Hospital, Lishui 323000, Zhejiang, China)

Abstract: Objective To explore the effect of implementing extended behavior targeted intervention on self-management behaviors of young and middle-aged diabetic patients after initial discharge. Methods A convenient sampling method was used to select 60 young and middle-aged diabetic patients who were hospitalized for diabetes for the first time in a top three hospital in Lishui from May to December 2016, and randomly divided into experimental group and control group, with 30 cases in each group. The control group only implemented routine health education and discharge follow-up, and the experimental group implemented extended behavior targeted intervention based on the control group. The Diabetes Self-management Behavior Scale (SDSCA) was used to evaluate and compare the two groups of patients at admission and 6 months after discharge. Results The score comparison of the 6 dimensions of the self-management behavior scale before intervention between the two groups, the difference was not statistically significant ($P>0.05$); After discharge, the 6 months test group had higher scores in 6 dimensions of the overall diet, specific diet, exercise, blood glucose monitoring, foot care, and compliance medicine than the control group, the difference was statistically significant ($P<0.05$). Conclusion Compared with routine diabetes health education and discharge follow-up, the extended behavioral targeted intervention model helps to promote the establishment of good self-management behaviors in young and middle-aged diabetic patients, and is an effective management model.

Key words: Extension; Behavioral targeted intervention; Initial diagnosis; Young and middle-aged patients; Diabetes; Self-management

自我管理是指患者在无任何医护人员的协助和指导下,根据科学适宜的行为方式来管理自身的慢性疾病^[1]。随着糖尿病(diabetes mellitus, DM)发病率的日益攀升和研究的不断深入,自我管理及教育在糖尿病的治疗方法中越来越受到关注及重视^[2]。调查显示^[3],我国 20~39 岁和 40~59 岁糖尿病的患病率分别达到 3.2%和 11.5%,中青年人群糖尿病患病率增长迅猛。中青年糖尿病患者是社会、单位、家庭的中流砥柱,如其血糖控制不良,常易使并发症过早出现,极大影响其生活与工作,并给家庭和社会带来沉重的负担^[4]。为加强初诊中青年糖尿病患者出院后的延伸管理,强化其遵医行为,改善患者代谢控制状态,本研究对 2016 年 5-12 月因糖尿病首次住院

的中青年糖尿病患者开展出院后行为靶向干预模式管理,取得较好的效果,现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 采取便利抽样的方法,选择 2016 年 5-12 月因糖尿病首次入住丽水市某三级甲等医院内分泌科的中青年糖尿病患者 60 例。纳入患者均符合 1999 年 WHO 糖尿病诊断标准,因糖尿病首次住院,年龄 20-59 岁,意识清楚、有阅读能力,生活能自理,能使用手机、电话等通讯设备的习惯和条件,能配合血糖监测方案及复诊计划。采用随机数字表法分为试验组和对照组,各 30 例。本研究通过伦理委员会审批,患者知情同意并签署知情同意书。两组性别、年龄、文化程度、婚姻状况、经济收入、付费方式比较,差异无统计学意义($P>0.05$),有可比性,见表 1。

1.2 方法

1.2.1 对照组 入院时应用糖尿病自我管理行为量表(revised version of the summary of diabetes self-care activities measure, SDSCA)进行基线测评。给予常规

基金项目:浙江省丽水市科技计划项目(编号:2015sjzc41)

作者简介:刘良红(1975.8-),女,浙江丽水人,本科,主任护师,主要从事糖尿病患者的教育与管理工作的

通讯作者:陈敏华(1977.10-),女,浙江丽水人,本科,主任护师,主要从事护理管理工作

表 1 两组一般情况比较(n)

项目	试验组 (n=30)	对照组 (n=30)	χ^2	P
性别			0.621	>0.05
男	19	16		
女	11	14		
年龄(岁)			3.498	>0.05
20~29	4	3		
30~39	9	7		
40~49	11	14		
50~59	6	5		
文化程度			0.960	>0.05
小学及以下	2	4		
初中	6	7		
高中及以上	22	19		
婚姻状况			0.901	>0.05
未婚	3	5		
已婚	26	24		
离异或丧偶	1	2		
经济收入(元/个月)			1.241	>0.05
<2000	5	3		
2000~3999	12	16		
>4000	13	11		
付费方式			1.670	>0.05
公费医疗	12	15		
农村合作医疗保险	14	12		
自费	1	0		
其他	3	2		

糖尿病健康教育,组织患者参与糖尿病课堂教育 2 次,由糖尿病专科护士、营养师实施个体化床边教育各 1 次,出院后常规随访 1 次。

1.2.2 试验组 住院期间实施常规糖尿病健康教育,出院后实施延伸行为靶向干预模式,对患者存在的行为问题进行分阶段针对性干预,具体方法为:①住院期间由糖尿病专科护士、营养师根据教育前评估结果实施常规糖尿病健康教育。②由 1 名糖尿病专科护士收集患者病史资料,录入糖尿病信息化管理平台。③根据患者出院前自我管理行为现状制订分阶段靶向行为干预策略,预设随访频次,每位患者至少电话随访 5 次,随访时间常规为出院后的第 1、3 周、第 1、3、6 个月,记录患者自我管理行为状况、行为改变及维持情况,针对电话随访中患者存在的不同自我管理行为问题,由随访糖尿病专科护士首先进行评估、指导和干预,包括与患者及家属共同讨论影响其行为的主要因素及可及性资源,共同商讨针对影响其行为的主要因素及行为本身的干预方案,在信息化管理系统中记录行为干预关键执行点,设置下一次随访重点和时间。④负责随访人员不能解决的问题由糖尿病专科护士按照转介流程由团队其他专业人员进行指导和干预,如药物治疗转介给专科医生、饮食问题转介给营养师、戒烟困难者转介给戒烟门诊医生等,由上述团队成员进行电话随访和干预,由糖尿病专科护士进行干预后的行为跟踪,对其持续存在的行为问题,重新进行评估,分析原因,共同制定可行的干预方案,继续电话随访和跟踪。

同自我管理行为问题,由随访糖尿病专科护士首先进行评估、指导和干预,包括与患者及家属共同讨论影响其行为的主要因素及可及性资源,共同商讨针对影响其行为的主要因素及行为本身的干预方案,在信息化管理系统中记录行为干预关键执行点,设置下一次随访重点和时间。④负责随访人员不能解决的问题由糖尿病专科护士按照转介流程由团队其他专业人员进行指导和干预,如药物治疗转介给专科医生、饮食问题转介给营养师、戒烟困难者转介给戒烟门诊医生等,由上述团队成员进行电话随访和干预,由糖尿病专科护士进行干预后的行为跟踪,对其持续存在的行为问题,重新进行评估,分析原因,共同制定可行的干预方案,继续电话随访和跟踪。

1.3 评价指标及标准 比较两组入院时、出院后 6 个月 SDSCA 评分。由同 1 名研究人员进行评估,应用统一指导语,由患者本人填写,对于出院后来院不方便的患者由研究者以电话访谈的形式协助填写,填写完成后当场检查,核对无误后回收。SDSCA 由总体饮食、具体饮食、运动、血糖监测、足部护理和用药 6 个维度 11 个条目构成,可用于评价和测量患者最近 7 d 内上述 6 个维度的具体自我管理行为,除 1 个条目反向得分(最近 7 d 中,有多少天吃过脂肪性食物)外,其它各个条目的得分均为正向得分。每个维度包括 2 个条目,每个条目得分范围为 0~7 分,总分 0~77 分,得分越高,说明自我管理行为执行得越好。

1.4 统计学方法 采用 SPSS 20.0 统计软件进行数据分析,计量资料所有数值用($\bar{x} \pm s$)表示,对非正态分布数据进行对数转换后再进行统计分析,两组比较采用两独立样本 t 检验,计数资料使用(n)表示,采用 χ^2 检验, $P < 0.05$ 认为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组量表填写情况 两组患者在入院时和出院后 6 个月分别发放糖尿病自我管理行为量表(SDSCA)30 份,均有效回收,有效率 100.00%。

2.2 两组干预前后 SDSCA 评分比较 两组干预前自我管理行为量表 6 个维度得分情况比较,差异无统计学意义($P > 0.05$)。出院后 6 个月试验组在总体饮食、具体饮食、运动、遵医用药、血糖监测、足部护理 6 个维度得分高于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表 2。

表 2 两组干预前后 SDSCA 评分比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别	n	总体饮食		具体饮食		运动	
		干预前	出院后 6 个月	干预前	出院后 6 个月	干预前	出院后 6 个月
试验组	30	2.17±0.29	6.17±0.29	2.73±0.32	5.93±0.32	1.53±0.34	4.53±0.34
对照组	30	2.23±0.18	3.23±0.18	2.86±0.38	2.76±0.28	1.57±0.26	2.65±0.26
t		0.971	-47.584	1.446	-41.184	0.516	-24.264
P		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 (续)

组别	遵医用药		血糖监测		足部护理	
	干预前	出院后 6 个月	干预前	出院后 6 个月	干预前	出院后 6 个月
试验组	2.57±0.15	5.68±0.15	0.62±0.32	4.62±0.32	0.46±0.18	3.46±0.43
对照组	2.61±0.19	2.57±0.19	0.71±0.26	0.71±0.26	0.51±0.21	1.22±0.16
t	0.913	-70.972	1.206	-52.387	0.999	-26.971
P	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

3 讨论

糖尿病可导致多系统、多器官的慢性进行性病变或损害,但因其发病较隐匿,多数患者无典型临床表现和不适症状,如患者对疾病的危害认知不足,往往可导致患者心理上的疏忽。中青年患者往往肩负家庭、社会的多重责任,生活、工作压力大,自主支配时间少,生活缺乏规律等,多种原因导致患者无暇顾及自身的健康保健。研究表明^[6],自我管理是糖尿病护理的一个核心组成部分,自我管理行为各维度值与糖化血红蛋白的水平呈负相关,良好的自我管理行为可显著减少和延缓糖尿病并发症的发生和发展。另有研究也表明^[6],中青年 2 型糖尿病患者对疾病的认知及自我管理状况不容乐观,而初发糖尿病患者由于缺乏持续有效的支持和监督,在血糖控制较好时往往放松对自我的管理,从而导致自我管理行为的退化^[6]。研究显示^[7],探讨和应用先进的教育管理模式对中青年 2 型糖尿病患者进行有效的教育和管理,有助于提升目标人群对疾病的认知,建立良好的自我管理行为,减轻疾病所带来的危害,提升生活质量。

行为改变是衡量糖尿病教育和管理成功与否的标志^[8]。饮食治疗是糖尿病自我管理行为改变的重点和难点,中青年糖尿病患者往往因生活不规律、工作强度大、精神压力、家庭环境、工作条件、个人意志等诸多因素的影响,饮食往往更难以控制,靶向行为干预中由专职糖尿病专科护士、营养师进行对患者及家属制订居家饮食方案,为其寻找可及性资源和家庭支持。本研究中出院后 6 个月试验组在总体饮食、具体饮食得分均高于对照组,说明饮食治疗实施方案更加贴近生活,可操作性更强,更容易实施,提高了患者的饮食治疗依从性。研究显示,能规律监测血糖并按计划复诊者遵医用药的依从性亦更高。此外试验组运动、血糖监测遵医用药维度得分均较对照组高($P<0.05$),可能与药物治疗和血糖监测是糖尿病患者入院后治疗的主要手段,已成为患者的共识,同时,患者在住院期间接受医护人员相关内容反复教育并纳入出院后随访和干预的重点有关,因此在出院后仍能较好地延续。干预后足部护理得分较对照组虽高,但较饮食、遵医用药、血糖监测、运动等得分低,可能与本研究患者为初发、并发糖尿病足

病的风险相对较小,故未重点强化和监督其实施足部护理措施有关,提示今后在对糖尿病患者执行行为干预中应加强对各个维度自我管理行为改变效果的跟踪,注重从知识的传授到观念的转变再到行为改变的全过程,并充分调动患者行为改变的主观能动性,促进患者建立并维持良好的自我管理行为。

综上所述,延伸行为靶向干预管理模式有助于提升初诊中青年糖尿病患者的自我管理依从性,从而建立更加健康的生活方式和遵医行为,为改善患者长期的糖尿病综合控制目标、预防和延缓慢性并发症的发生和发展提供切实保障。说明延伸行为靶向干预模式能更好地促进初诊中青年糖尿病患者建立良好的自我管理行为,是一种行之有效的延伸管理模式。在干预管理中应综合考虑患者实际情况及资源的可及性,和患者共同制订切实可行的个体化行为改变实施方案,同时,还需加强医护患间的有效沟通和紧密配合,充分发挥家庭支持系统在患者行为改变中的作用,及时对自我管理行为各个维度干预效果进行分析、持续跟踪和干预,确保患者自我管理行为各维度干预效果的均衡性和可持续性。

参考文献:

- [1]刘静,谭敏,朱卫花,等.不同健康教育模式对糖尿病患者自我管理水平的的影响[J].当代医学,2015,17(4):96-97.
- [2]姚平,嵇加佳,薛存屹,等.糖尿病患者态度对自我管理行为及代谢指标的影响[J].护理学报,2015,22(1):33-36.
- [3]陈敏华,应秀华,刘良红.家属联动干预模式对初发中青年糖尿病患者自我管理行为影响的研究[J].护理与康复,2016,15(4):385-387.
- [4]刘良红,陈敏华,付丹,等.住院中青年 2 型糖尿病患者自我管理现状调查及对策[J].中医药管理杂志,2015,23(8):121-123.
- [5]嵇加佳,刘林,楼青青,等.2 型糖尿病患者自我管理行为及血糖控制现状的研究[J].中华护理杂志,2014,49(5):617-620.
- [6]Vatankhah N, khamseh ME, Nouddeh YJ, et al. The effectiveness of foot care education on people with type 2 diabetes in Tehran, Iran[J]. Primcare Diabetes, 2009, 3(2):73-77.
- [7]刘良红,韩蔚,陈敏华,等.教育路径联合数据库管理模式在住院中青年 2 型糖尿病患者中的应用[J].中国健康教育,2015,31(3):261-263.
- [8]刘良红,陈日秋.阶段性改变模式在住院初诊青少年糖尿病患者个体化教育中的应用[J].护理与康复,2015,14(3):285-287.

收稿日期:2020-02-06;修回日期:2020-03-12

编辑/肖婷婷