

# 健康教育对糖尿病患者康复的疗效

吴永珍, 吴晓燕, 叶荣, 林晰敏, 陈肖坚

**【摘要】** 目的: 探讨电话回访式健康教育对糖尿病患者出院后的疗效。方法: 经胰岛素泵强化治疗后出院的糖尿病患者 116 例随机分 2 组各 58 例, 观察组出院后进行系统的电话回访式健康教育, 对照组出院后按常规出院指导。结果: 干预 6 个月后, 观察组患者糖尿病知识知晓率、遵医率、血糖和糖化血红蛋白控制效果均显著于对照组 ( $P < 0.05$ ); 发生低血糖和再入院率明显低于对照组 ( $P < 0.05$ )。结论: 电话回访式健康教育能增强患者遵医行为, 对延缓病情进展, 提高生活质量, 促进病情康复, 最大限度防止并发症发生和发展方面起到了积极的作用。

**【关键词】** 电话回访; 健康教育; 糖尿病; 生活质量

**【中图分类号】** R49; R587.1 **【DOI】** 10.3870/zgkf.2012.03.027

糖尿病是一种常见病、多发病, 发病率随着人们生活方式的改变而迅速增加, 据现有资料表明, 我国糖尿病病例数已居世界第二位, 仅次于美国, 糖尿病已成为继心血管疾病和肿瘤之后的第三大非传染性疾病<sup>[1]</sup>。为更好地调动患者主观能动性, 积极参与防治过程。我院内分泌科对经胰岛素泵强化治疗后出院的糖尿病患者采用电话回访式健康教育<sup>[2]</sup>, 提高生活质量, 促进病情恢复, 最大限度防止并发症的发生和发展, 收到了良好的效果, 报道如下。

## 1 资料与方法

1.1 一般资料 2009 年 1 月~2011 年 10 月在我院内分泌科收治的糖尿病并经过胰岛素泵强化治疗后出院的患者 116 例, 均符合糖尿病的诊断标准<sup>[1]</sup>。116 例随机分为观察组和对照组各 58 例, ①观察组, 男 40 例, 女 18 例; 年龄 62~82 岁, 平均 67.5 岁; 病程 5~15 年; 合并并发症 21 例。②对照组, 男 37 例, 女 21 例; 年龄 45~78 岁, 平均年龄 66.5 岁; 病程 5~15 年; 合并并发症 18 例。2 组患者一般资料比较差异无统计学意义。

1.2 方法 对照组出院后按常规出院指导; 观察组在此基础上采用电话回访教育: ①建立回访数据库: 规范经胰岛素泵强化治疗后出院的糖尿病患者电话回访登记簿及电脑数据库, 内容包括患者的姓名、性别、年龄、职业、文化程度、ID 号码、地址、手机号码(或固定电话号码)、患者病情、出院带药情况等回访内容及相应指导措施<sup>[2]</sup>。②发放回访联系卡: 告知患者或家属, 医护人员

将会对患者出院后进行电话回访, 取得同意后发放联系卡, 内容包括回访科室及负责电话回访护士的联系方式, 患者有特殊情况随时咨询联系。③回访电话时间安排和内容: 患者出院后第 4 d, 由回访护士对患者进行首次电话出院指导, 巩固住院期间健康教育内容。首先问候患者后, 主动询问病情(三多一少等症状), 了解患者出院后血糖控制指标情况, 是否出现过低血糖及处理, 是否坚持按医嘱服药、饮食控制, 能否坚持适当锻炼、皮肤、足护理如何等, 告知预约门诊继续免费糖尿病知识讲座的时间和内容。发现新问题需要调整降糖药物剂量、用法, 由出诊医师解答, 有些电话中不明确的问题, 邀请患者返院在专科门诊解决。④心理护理: 在电话回访时多使用关心的语言安慰患者, 告知只要有战胜疾病信念, 配合医生治疗, 通过治疗和适当的体育锻炼也能象正常人一样生活和长寿, 及时缓解患者心理压力, 提高患者治疗依从性。回访电话时间, 每次控制在 10~30 min, 同时预留患者咨询时间, 及时解答患者提出问题。⑤第 2 次回访: 第 1 个月内每周 1 次, 之后每个月 2~3 次, 并根据患者病情适当增减次数, 必要时预约患者复诊, 详细记录回访内容; 下次回访前评估上次回访效果, 重点了解上次回访存在问题的处理过程和结果。

1.3 评定标准 2 组均在患者 6 个月后采用我院内分泌科设计的统一调查问卷进行调查。内容包括本疾病知识知晓率, 医嘱行为遵从率, 血糖、糖化血红蛋白控制达标效果, 以及出现低血糖和再入院次数 6 方面进行测评。血糖和糖化血红蛋白控制标准, 根据 2008 年中国糖尿病防治指南中老年糖尿病控制目标, 即空腹血糖  $\leq 7.8$  mmol/L; 餐后 2 h 血糖  $\leq 11.1$  mmol/L; 糖化血红蛋白  $\leq 7.0$  (%) 进行评价<sup>[3]</sup>。

1.4 统计学方法 采用 SPSS 11.0 统计软件进行分析, 计数资料用百分率比较,  $\chi^2$  检验, 以  $P < 0.05$  为差

基金项目: 广州中医药大学针灸推拿学院 2010 年度教学研究课题 (20101006)

收稿日期: 2012-01-09

作者单位: 廉江市人民医院门诊部, 广东 廉江 524400

作者简介: 吴永珍(1962-), 女, 主管护师, 主要从事临床护理工作。

异有统计学意义。

## 2 结果

干预6个月后,2组共发放调查问卷116份,收回有效调查表116份,有效回收率100%。调查显示观察组患者对本疾病知识知晓率、遵医率、血糖、糖化血红蛋白控制率均明显高于对照组,出现低血糖例数及再入院次数均明显低于对照组。见表1。

表1 2组干预前后各项指标比较 例(%)

组别	n	知识知晓	遵医行为遵从	血糖控制	糖化血红蛋白控制	低血糖	再入院
观察组	58	46(79.3) <sup>a</sup>	49(84.5) <sup>a</sup>	48(82.8) <sup>a</sup>	48(82.80) <sup>a</sup>	1(1.7) <sup>a</sup>	2(3.4) <sup>a</sup>
对照组	58	39(58.6)	29(50.0)	28(48.3) <sup>a</sup>	32(55.2) <sup>a</sup>	5(8.6) <sup>a</sup>	10(17.2) <sup>a</sup>

与对照组比较,<sup>a</sup>P<0.05

## 3 讨论

本文调查发现,通过出院电话回访式的健康教育的实施与落实,能使患者和家属主动参与护理计划互动,增加了患者对疾病知识的了解,增强了健康教育顺应性用药的效果,普遍提高了患者和家属糖尿病的知识水平。结果显示观察组知识知晓率比对照组提高20.7%,对患者自我管理起到积极作用。电话回访健康教育能给患者心理支持,增强自觉性,改变不良生活习惯,促进身心健康,增强战胜疾病信心,提高遵医率。结果显示观察组遵医率较对照组增强34.5%,

有效减少了糖尿病复发和减轻了症状,有利于患者生活质量的提高。电话回访有助于血糖的控制,起到及时提醒及指导,保证治疗效果。结果显示观察组血糖、糖化血红蛋白控制效果显著优于对照组,降低了高危因素,有效地控制各种并发症发生和发展。电话回访可以减轻患者经济负担,在家就可获得医疗服务;也提高了医院床位周转率,使患者得到更有效健康指导。

出院电话回访式健康教育使护理教育从医院走向家庭,把医疗服务延伸到患者出院后的康复过程中,使患者心理、生理、社会得到全面护理,促进了病情恢复<sup>[4]</sup>,有利于提高护理质量和患者生活质量,是防止、延缓糖尿病各种并发症发生、发展的有效途径,是一种经济实用且患者乐于接受的有效健康教育手段,值得推广。

### 【参考文献】

- [1] 陆再英. 内科学[M]. 北京:人民卫生出版社,2007,770-799.
- [2] 唐金凤,杨晓梅. 出院电话回访式健康教育在慢性阻塞性肺疾病患者中的应用[J]. 中国实用护理杂志,2008,24(11):44-44.
- [3] 王莺,赖家盈. 老年糖尿病并冠心病患者健康教育效果评价[J]. 中国实用护理杂志,2011,27(31):52-53.
- [4] 黄爱萍. 出院电话回访式健康教育对中风患者康复的影响[J]. 当代医学,2009,15(21):27-28.

作者·读者·编者

## 《中华物理医学与康复杂志》2012年征订启事

《中华物理医学与康复杂志》是中华医学会主办的物理医学与康复(康复医学)专业的高水平学术期刊。本刊严格贯彻党和国家的卫生工作方针政策,本着理论与实践相结合、提高与普及相结合的原则,积极倡导百花齐放、百家争鸣;全面介绍物理治疗、物理医学与康复领域内领先的科研成果和新理论、新技术、新方法、新经验以及对物理因子治疗、康复临床、疗养等有指导作用,且与康复医学密切相关的基础理论研究,及时反映我国康复治疗、物理医学与康复、康复医学的重大进展;同时密切关注国际康复医学发展的新动向,促进国内外物理治疗、物理医学与康复的学术交流。

《中华物理医学与康复杂志》为月刊,大16开,内芯80页码,中国标准刊号:ISSN 0254-1424 CN 42-1666/R,邮发代号:38-391,每月25日出版;每册定价15元,全年180元整。热忱欢迎国内外物理治疗、物理医学与康复、康复医学领域以及神经内科、神经外科、骨科等相关科室的各级医务工作者踊跃订阅、投稿。订购办法:①邮局订阅:按照邮发代号38-391,到全国各地邮局办理订阅手续。②直接订阅:通过邮局汇款至《中华物理医学与康复杂志》编辑部订购,各类订户汇款时务请注明所需的杂志名称及年、卷、期、册数等。编辑部地址:430030武汉市解放大道1095号同济医院内《中华物理医学与康复杂志》编辑部;电话:(027)83662874;传真:(027)83663264;E-mail:cjpmr@tjh.tjmu.edu.cn;杂志投稿网址:www.cjpmr.cn。