

电话回访在农村糖尿病出院患者健康教育的应用效果

福建省仙游县医院 (仙游 351200) 陈素琴

糖尿病是临床中的常见病与高发病,具有严重的危害性。糖尿病已经成为继肿瘤和脑血管疾病之后的第三大健康杀手,也是一种终身性疾病。糖尿病患者自身的日常行为方式对于血糖水平的控制有较大影响^[1]。故指导患者通过行为的改变以期影响其血糖水平,有利于降低糖尿病相关并发症的发生率和提高患者生活质量^[2]。近年来,我国农村糖尿病患者剧增,有限的医疗资源和自我管理能力较差使糖尿病及并发症不能很好控制,给社会和家庭带来沉重负担。电话随访是医院实施人性化护理服务,开展患者延续性护理的新举措,有利于将护理干预延伸至患者出院后。本文报告农村糖尿病出院患者电话随访情况,旨在探讨延伸护理的应用效果。

1 资料与方法

1.1 一般资料:选择我院 2016 年 1 月至 2017 年 12 月治疗出院的 80 糖尿病患者,以随机抽样法分为观察组和对照组各 40 例。观察组男 22 例,女 18 例;年龄 39~84 (62.1±0.7) 岁,糖尿病病程 1~24 (11.3±0.2) 年。对照组男 21 例,女 19 例;年龄 37~83 (61.6±0.4) 岁,糖尿病病程 2~23 (11.6±0.4) 年。两组患者一般资料比较的差异无统计学意义 ($P>0.05$)。

1.2 方法:1) 对照组:40 例患者仅在其出院之前进行常规出院指导,出院后不进行电话随访。2) 观察组:40 例患者出院后定期开展电话随访,实施院外健康教育,主要包括以下措施,①建立患者健康档案,详细记录患者的一般资料,包括年龄、联系方式、病情、回访内容和指导措施等。②由 1 名资历较高、临床经验丰富且专业知识扎实的科室护士实施患者出院后电话回访。于患者出院前进行健康宣教,并于患者出院后每 2 周进行 1 次电话随访,共计随访 1 年。另依据患者出院后的遵医行为适当增减电话回访次数。③电话回访包括以下内容。疾病知识指导:在电话随访中向患者讲解糖尿病为慢性的终身疾病,治疗过程中需要依据患者的病程进展对治疗方案和患者管理进行调整,特别是糖尿病患者的良好自我管理对于病情控制至关重要。用药指导:在电话随访中应该叮嘱患者严格遵医嘱按时按量服用。确保患者

能够了解相关药物的服用方法、时间以及注意事项等。针对使用胰岛素治疗的患者应该提醒患者在进行注射时严格遵循“三准一注意”的注射原则。饮食指导:叮嘱患者在出院后对每日所需的总热量进行估算,并根据热量换算为具体的食物,对三餐进行合理分配,确保三餐的定时定量,多食用粗纤维食物,并控制好体重。运动指导:依据患者身体机能情况,可指导患者选择快走、做广播体操、慢跑、打乒乓球及跳广场舞等有氧运动。并告知患者在运动之前、运动过程中以及运动之后的相关注意事项。指导患者对运动效果进行科学评估,并对运动强度进行合理设计,遵循循序渐进的原则,需要在每日餐后 1 h 开展运动。自我监测:指导患者每周监测血糖 1 次,每周监测血压水平,并测量腰围和臀围。每月进行 1 次小便常规检查。每季度进行 1 次糖化血红蛋白检测。每半年复查 1 次肝功能、血脂水平和肾功能等。每年对眼底进行 1 次监测,同时叮嘱患者每月携带相关指标的监测记录回院进行复诊,便于医生对治疗方案进行及时有效的调整。心理指导:在电话随访的过程中,引导并鼓励患者积极表达自己的内心想法,并通过交谈帮助患者排忧解难,确保患者能够保持愉悦的心情。

1.3 评价指标:比较两组患者的出院后的遵医行为,评定内容包括患者遵医用药、科学饮食、有氧运动、按时复诊、自我监测等、及时就诊、戒烟戒酒,以上 7 项内容完全执行者为完全遵医,执行 3~4 项为部分遵医,<3 项为不遵医。比较两组患者随访 1 年后的血糖水平。

1.4 统计学方法:采用 SPSS 17.0 软件分析。计量资料以均数±标准差表示,行 t 检验;计数资料采用率表示,行卡方检验。以 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

1) 遵医行为:观察组患者的完全遵医率显著高于对照组,而不遵医率明显低于对照组患者,两组间比较的差异均有统计学意义 ($P<0.05$)。2) 血糖水平:观察组患者复查空腹血糖水平和餐后 2 h 血糖水平均显著低于对照组患者 ($P<0.05$)。具体见表 1。

表 1 两组患者出院后遵医行为和复查血糖水平比较 [$n=40$, 例 (%), $\bar{x}\pm s$]

组别	完全遵医	部分遵医	不遵医	空腹血糖 / (mmol/L)	餐后 2 h 血糖 (mmol/L)
观察组	36 (90.00)	3 (7.50)	1 (2.50)	8.14±2.06	10.42±2.01
对照组	23 (57.50)	11 (27.50)	6 (15.00)	9.35±3.17	11.73±2.65
χ^2/t 值	4.526	3.171	3.672	4.196	5.378
P 值	0.001	0.000	0.001	0.000	0.000

3 讨论

糖尿病的病程时间长,且过程复杂相关并发症较多。患

者的治疗效果与患者对于自身疾病的认识、配合程度以及生活方式等均有密切关系,因而,加强对于糖尿病患者的科学

健康教育,特别是在患者出院之后开展健康教育和生活督导有利于提高患者的疾病医院治,对于控制患者血糖水平并降低相关并发症发生率和改善患者生活质量等均有重要意义^[3]。通过电话随访开展健康教育,能够将健康教育延伸至患者出院之后,有效的弥补了常规护理方式中患者出院后的护理干预空白^[4-5]。在电话随访过程中着重对患者开展糖尿病相关知识的健康教育。主要包括患者自我监测、遵医用药、科学膳食、按时复诊等方面,这尤其适用于农村糖尿病出院患者。本文观察组患者通过实施电话随访健康教育,1年后的血糖控制水平显著优于对照组患者,同时观察组患者的遵医行为明显优于对照组。这表明在糖尿病出院患者的健康教育中通过开展电话随访的形式有利于提升患者健康教育水平,对于控制患者血糖水平具有重要意义。

综上所述,对农村糖尿病出院患者定期的进行电话随访

和进行健康教育可以帮助患者养成良好的生活习惯,有助于血糖的控制。

参考文献

- [1] 张小燕. 电话回访式健康教育在 2 型糖尿病患者中的应用 [J]. 当代护士: 中旬刊, 2018, 25 (3): 117-118.
- [2] 朱海燕. 电话回访健康教育对老年 2 型糖尿病出院患者效果观察 [J]. 健康教育与健康促进, 2017, 12 (4): 359-360, 363.
- [3] 龚兴平, 陈莲, 夏伶俐. 追踪回访式健康教育在 1 型糖尿病患者管理中的应用 [J]. 中国药物经济学, 2014, 9 (1): 336-337.
- [4] 王惠芬, 郑岳青. 电话回访式健康教育在农村糖尿病人群中的应用 [J]. 中国农村卫生事业管理, 2013, 33 (4): 397-398.
- [5] 姜芹. 电话回访式健康教育对糖尿病出院患者遵医行为的影响 [J]. 齐鲁护理杂志, 2013, 19 (5): 121-122.