

团体互动营养治疗专项健康教育对 2 型糖尿病患者 营养治疗知识认知水平及饮食行为的影响探究

周丽芸, 张德宏, 贺吉龙

酒泉市肃州区黄泥堡裕固族乡卫生院, 甘肃 酒泉, 735000

【摘要】目的: 探究团体互动营养治疗专项健康教育对 2 型糖尿病患者营养治疗知识认知水平及饮食行为的影响。方法: 在 2021 年 8 月~2023 年 9 月期间选取 67 例 2 型糖尿病患者分为两组分别采用常规干预(对照组)和团体互动营养治疗专项健康教育(研究组), 记录并对比治疗效果。结果: 研究组经干预后对于营养治疗知识认知水平更高, 饮食行为配合水平更高, 血糖水平更低, 生活质量水平更高 ($P<0.05$)。结论: 在 2 型糖尿病患者临床期间, 通过积极结合团体互动营养治疗专项健康教育开展临床干预, 可以帮助患者有效强化对于相关知识的认知并提升其营养治疗效果, 这一点对于患者病情的控制与改善具有良好的辅助价值, 值得推广。

【关键词】团体互动营养治疗专项健康教育; 2 型糖尿病; 营养治疗; 饮食行为

【中图分类号】R47

【文献标识码】A

在日常生活中, 作为比较常见的慢性疾病之一, 2 型糖尿病对于患者身心健康的影响是比较持久而深远的, 若不能及时进行妥善治疗, 则该病往往会对患者的预后健康水平造成极大的影响与危害^[1]。就目前而言, 很多 2 型糖尿病患者对于自身的健康情况缺乏足够了解, 且其对于 2 型糖尿病这一疾病的认知相对较为片面, 因此, 其往往难以有效实现对于自身日常生活习惯和饮食结构的合理调整与转变, 进而增加了患者不良事件的发生几率^[2]。为了充分应对这一问题, 广大医务工作者对于二型糖尿病患者群体的特点进行了分析和梳理, 在此期间, 大量研究资料表明, 多数 2 型糖尿病患者在用药不积极的同时对于营养治疗问题的了解相对较少, 因此, 其无法根据科学的理论对于自身日常饮食结构和内容进行充分调节, 这一点并不利于患者病情的妥善管控^[3]。针对相关问题, 广大医务工作者在督促患者严格遵医嘱用药和参与体育锻炼的同时对于如何有效开展营养治疗问题进行了系统的剖析和探究。在此期间, 部分报道指出, 通过积极开展团体互动营养治疗专项健康教育, 可以帮助患者通过教育的形式强化对于知识认知水平, 这一点为患者遵循医嘱科学规范自身日常膳食结构和营养计划提供了强劲的助力与保障, 有利于实现患者营养治疗工作的稳步推进, 为患者身心健康的优化奠定了坚实的基础^[4]。本文针对团体互动营养治疗专项健康教育对 2 型糖尿病患者营养治疗知识认知水平及饮食行为的影响进行了探究, 现整理如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

在 2021 年 8 月~2023 年 9 月期间选取 67 例 2 型糖尿病患者, 对照组男女比例为 20:14; 年龄 44~75 岁; 研究组男女比例 19:14; 年龄 45~76 岁。差异无统计价值 ($P>0.05$)。

1.2 方法

对照组: 采用常规干预: ①定期监测患者血糖指标并完善患者档案中的记录。②据患者实际情况为其发放降糖药物并告知患者药物使用方法, 督促患者严格遵医嘱服药。③与患者进行沟通和交流, 告知患者 2 型糖尿病的康复注意事项与要点。④限制患者每日糖分摄入量, 规范患者每日膳食结构。⑤引导患者选择自己感兴趣的体育运动项目并加以长期坚持, 通过运动促进血糖的充分代谢。⑥做好患者预后随访工作。

研究组: 在常规干预的基础上采用团体互动营养治疗专项健康教育: ①建立护理工作小组: 由医生和护士长牵头, 带领责任护士共同组建团体互动营养治疗专项健康护理工作小组, 带领护士结合 2 型糖尿病患者致病因素、临床症状、患者群体特征等诸多问题进行健康教育计划的职能与完善, 利用网络搜集相关的健康教育资源, 以便有效促进健康教育工作的持续推进。②丰富健康教育工作内容: 护士应积极做好与营养师之间的沟通与交流, 结合 2 型糖尿病患者实际情况和饮食要点对于饮食健康教育工作加以实施。在此期间, 护士可以利用组织专题知识讲座、播放科普视频以及发放 2 型糖尿病饮食健康知识手册等多种形式帮助患者实现对有关知识的了解和兴趣认识, 帮助患者对于饮食结构以及饮食习惯等内容进行系统的学习, 强化患者的自我护理能力与意识。③组织团体健康教育活动: 护士在护理工作开展期间应积极鼓励患者以“糖友”作为主题建立相应的微信沟通交流群, 从而在群中引导患者和其他糖友分享自己在抗糖降糖问题上的一些经验和教训。这样一来, 可以使患者在集体讨论的过程中更加积极地实现对于相关活动的充分参与并结合其他患者朋友的一些经验和教训有效实现对于自身言行的充分规范, 这一点对于患者病情的控制与改善具有良好的辅助作用。④组织糖尿病主题交流讨论活动: 护士应组织糖尿病患者积极在微信群中结合糖尿病的不同知识进行专题讨论, 从而进一步强化患者对于有关知识的认知水平, 通过交流讨论的方式实现对于有关内容和饮食注意事项的充分了解, 这一点对于健康教育工作的循序渐进具有积极的辅助价值。⑤优化家庭健康教育活动: 护士在开展健康教育的过程中应及时做好与患者家属之间的沟通与交流, 引导患者家属通过学习掌握糖尿病饮食的一些知识并确保其在患者家庭生活中及时对其进行督促和指导, 帮助患者有效实现对于食材的合理选择, 做好对于不同食材的科学搭配, 并有效控制量。与此同时, 应避免患者食用生冷辛辣等刺激性食材, 以免对其身心健康造成影响与负担。此外, 对于含糖量较高的水果以及饮料与巧克力等食物应禁止患者食用, 以免对其血糖控制造成影响。

1.3 观察标准

本次研究将患者营养治疗知识认知水平、饮食行为配合情况、血糖水平以及生活质量作为评价干预效果的

参考指标。

1.4 统计学方法

SPSS25.0 计算差异， $P<0.05$ 证明差异在统计学领域中有价值。

2 结果

2.1 患者营养治疗知识认知水平

研究组经干预后对于营养治疗知识认知水平更高 ($P<0.05$)。见表 1。

表 1 患者营养治疗知识认知水平

组别	n	干预前	干预后
研究组	33	56.81 ± 2.78	92.12 ± 2.25
对照组	34	56.74 ± 2.80	84.34 ± 2.37
t	—	0.103	13.772
P	—	0.919	0.000

2.2 患者饮食行为配合度

研究组饮食行为配合水平更高 ($P<0.05$)。见表 2。

表 2 患者饮食行为配合度

组别	n	饮食自我监督	食物烹饪意识	糖脂类遵医嘱行为	油盐类遵医嘱行为	蔬果类遵医嘱行为
研究组	33	20.12 ± 1.02	17.22 ± 1.13	22.09 ± 1.20	18.17 ± 1.20	22.78 ± 1.20
对照组	34	16.21 ± 1.03	15.01 ± 1.08	18.31 ± 1.13	16.00 ± 1.02	19.01 ± 1.13
t	—	15.609	8.185	13.278	7.984	13.243
P	—	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

2.3 患者血糖水平

研究组经干预后血糖水平更低 ($P<0.05$)。见表 3。

表 3 患者血糖水平

组别	n	空腹 (mmol/L)		餐后 2h (mmol/L)	
		干预前	干预后	干预前	干预后
研究组	33	12.40 ± 1.01	6.20 ± 0.56	16.60 ± 1.12	8.12 ± 0.67
对照组	34	12.39 ± 1.04	7.12 ± 0.58	16.54 ± 1.19	9.98 ± 0.70
t	—	0.040	6.028	0.212	11.105
P	—	0.968	0.000	0.833	0.000

2.4 患者生活质量

研究组经干预后生活质量水平更高 ($P<0.05$)。见表 4。

表 4 患者生活质量

组别	n	干预前	干预后
研究组	33	72.70 ± 2.15	91.17 ± 2.95
对照组	34	72.65 ± 2.21	83.12 ± 2.78
t	—	0.094	11.498
P	—	0.926	0.000

3 讨论

相关调查结果显示，近年来，由于受到多种因素的影响，以 2 型糖尿病为代表的一系列慢性疾病在我国临床过程中的发病率均得到了相应的提升，这一问题的出现往往会对患者的身心健康造成极大的影响与危害，基于此，广大医务工作者对于 2 型糖尿病患者的临床干预手段进行了剖析与梳理，希望进一步促进患者病情的控制与改进^[5]。在具体工作开展期间，大量研究资料表明为了有效帮助患者实现对于营养治疗工作的充分参与，医务工作者应在开展护理工作的过程中，及时做好与患者之间的沟通交流，从而结合饮食这一血糖控制的重要事项，与患者进行互动^[6]。在此过程中，通过把糖尿病患者集中到一起开展相应的专项健康教育活动，医务人员可以通过形式多样的活动内容帮助糖尿病患者对于饮食健康问题和营养治疗知识进行系统地了解与掌握，其有助于帮助患者实现对于病情的充分控制。在此期间，

大量研究资料表明，通过组织 2 型糖尿病患者微信群中结合营养治疗的相关问题进行交流 and 讨论，可以帮助其对于饮食和血糖控制之间的联系实现一个更为清晰和全面的认识，这一点有利于帮助患者科学实现对于自身日常膳食结构的合理调整，确保其有效实现对于果蔬和肉蛋奶等食材的合理搭配，同时有效控制油盐糖等物质的摄入量，这一点对于患者身体负担的减轻与血糖值的分布降低具有积极的辅助意义，推动了患者健康水平的优化和持续拓展。另一方面，相关工作的推进还可以使医务工作者和患者之间加强沟通与联系，从而及时解答患者在血糖控制问题上存在的诸多疑问，其有利于帮助患者更加积极而主动地实现对营养治疗工作的充分配合，为患者健康的优化提供了更多的可能。实践表明，饮食和 2 型糖尿病患者血糖问题之间具有较为密切的联系。通过有效做好对于营养治疗工作的持续推进，医务工作者在护理患者的同时可以为其制定科学的膳食方案，其可以帮助患者有效实现对于营养的合理补充，其对于患者预后身体免疫力与抵抗力水平的优化具有积极的辅助价值，为患者预后健康的优化提供了更多的可能。另一方面，相关工作的持续推进还可以有效加强医务工作者和患者之间的沟通与交流，从而拉近二者之间的关系，这一点可以帮助患者在愈后生活中更加积极而主动地遵循医嘱对于自身的饮食习惯进行调节与改善，其有利于实现患者预后远期身心健康水平的优化和保障^[10]。此外，在具体工作实施期间，通过与患者家属进行沟通和交流并引导患者家属在预后日常生活中对患者的饮食加以控制，有利于实现患者营养治疗工作预期目标的充分达成，对于患者整体健康水平的优化具有积极的辅助价值。

本次研究结果显示，通过团体互动营养治疗专项健康教育的实施，2 型糖尿病患者对于营养治疗知识的认知水平得到了较为显著地改善。基于此，在日常饮食问题上，患者的饮食行为配合度有所提升，其有利于帮助患者进一步规范日常饮食，对于患者糖分摄入量的降低与血糖值的合理控制具有良好的促进作用。从全局观的角度分析，相关问题可导致患者预后的生活质量水平持续提升。

综上，在 2 型糖尿病患者临床期间，为了有效促进患者预后健康的合理恢复，医务工作者应积极结合团体互动营养治疗专项健康教育活动开展临床干预工作。

【参考文献】

[1] 白彩琴, 苏小青. 团体互动营养治疗专项健康教育在 2 型糖尿病患者营养治疗中的应用 [J]. 医学临床研究, 2022, 39(1): 141-144.

[2] 万群, 徐怡璐, 李頔, 等. 2 型糖尿病住院患者饮食知行现状及影响因素单中心横断面调查 [J]. 中国当代医药, 2023, 30(19): 124-129.

[3] 王凤娟, 王爱武, 张振美, 等. 个体化营养配餐方案及膳食评价对 2 型糖尿病患者治疗效果的影响 [J]. 齐鲁护理杂志, 2022, 28(23): 102-105.

[4] 卢法英. 心理疏导配合健康教育对门诊首诊 2 型糖尿病患者的护理效果 [J]. 中国保健营养, 2023, 33(16): 202-204.

[5] 王继, 张敏, 杨中亚, 等. 体力活动干预 2 型糖尿病肌少症的研究现状 [J]. 中国组织工程研究, 2023, 27(8): 1272-1277.

[6] 安红红, 宋凯琳, 马瑞, 等. 维生素 D 对维生素 D 缺乏的 2 型糖尿病患者的影响研究 [J]. 中国食物与营养, 2023, 29(3): 82-85.