

基于移动 APP 的同伴支持在初诊 2 型糖尿病患者护理中的应用观察

李艳利

(河南省长垣市中医院糖尿病肾病科 长垣 453400)

摘要:目的:观察基于移动 APP 的同伴支持在初诊 2 型糖尿病患者护理中的应用效果。方法:选取 2018 年 3 月~2020 年 2 月收治的初诊 2 型糖尿病患者 144 例,按照随机数字表法分为联合干预组和常规对照组各 72 例。常规对照组采用常规护理,联合干预组在常规护理基础上给予基于移动 APP(糖糖圈 APP)的同伴支持护理。比较两组干预前后自我管理能力及生活质量评分、依从性。结果:干预后联合干预组成年人健康自我管理能力测评表(AHMSRS)评分、世界卫生组织生活质量量表(WHOQOL-100)评分高于常规对照组($P<0.05$);联合干预组依从性高于常规对照组($P<0.05$)。结论:基于移动 APP 的同伴支持可改善初诊 2 型糖尿病患者自我管理能力及生活质量,提高其依从性。

关键词:初诊 2 型糖尿病;基于移动 APP 的同伴支持;自我管理能力;依从性

中图分类号:R473.5

文献标识码:B

doi:10.13638/j.issn.1671-4040.2021.18.067

2 型糖尿病是一种多基因遗传性慢性疾病,若血糖控制无效将引起患者心、肾、血管等多功能受损,威胁患者生命安全^[1]。对于初诊 2 型糖尿病患者而言,由于缺乏疾病知识及自我管理能力,患者血糖控制效果不甚理想,因此需给予其有效护理干预。同伴支持是指通过多种形式使类似疾病患者间能提供实质性帮助及生活、情感、社会方面支持^[2]。目前随着网络技术发展,网络技术开始逐步应用于医疗领域,尤其是为临床护理工作提供极大便利。本研究选取初诊 2 型糖尿病患者进行观察,旨在探讨基于移动 APP 的同伴支持的干预效果。现报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取 2018 年 3 月~2020 年 2 月我院收治的初诊 2 型糖尿病患者 144 例,按照随机数字表法分为联合干预组和常规对照组各 72 例。常规对照组男 40 例,女 32 例;年龄 38~72 岁,平均(55.31±7.83)岁;合并症:高血压 13 例,冠心病 8 例。联合干预组男 37 例,女 35 例;年龄 40~75 岁,平均(57.64±8.25)岁;合并症:高血压 15 例,冠心病 10 例。两组年龄、性别、合并症均衡可比($P>0.05$)。本研究已通过医院医学伦理委员会批准。

1.2 选取标准

1.2.1 纳入标准 (1)签署知情同意书;(2)经血糖检测,空腹血糖 $\geq 7.0 \text{ mmol/L}$,餐后 2 h 血糖 $\geq 11.1 \text{ mmol/L}$;(3)能熟练使用智能手机;(4)意识清楚,可正常沟通交流。

1.2.2 排除标准 (1)患有视听障碍疾病;(2)患有心、肝、肾等器官严重病变;(3)无法持续参加同伴教育活动;(4)既往有精神疾病史;(5)患有传染性疾病。

1.3 护理方法

1.3.1 常规对照组 采取常规护理。为患者讲解 2 型糖尿病护理方法、饮食注意事项、心理调节方法等,为患者示范血糖检测方法,告知其检测数值代表的意义。以讲座、宣传栏等多种方式宣传糖尿病的防治知识,每月电话随访 1 次,了解患者血糖控制情况及自我管理情况。院外护理 3 个月。

1.3.2 联合干预组 在常规护理基础上给予基于移动 APP 的同伴支持护理。(1)要求患者下载糖糖圈 APP 并注册个人信息,此 APP 分为首页、同伴、服务、学习、商城共 5 个模块。首页中设置有食物库及自定义食物项目,告知患者可依据日常饮食搜索或添加食物种类,查看食物的碳水、脂肪和蛋白质含量,科学控制糖分摄入;要求患者输入数据记录每日血糖情况,血糖日历可总览整月的血糖记录并给予专业健康建议;患者完善控糖档案后专业医师将提出治疗方案,并依据记录生成血糖报表,能有效追踪患者血糖,帮助患者改善血糖水平。在同伴项目里,来自全国的糖尿病患者会在此平台上分享抗病经验、心情及日常生活护理措施,患者可给予评论、鼓励,同时患者可匿名分享心情、发表提问等,宣泄内心情绪。服务项目主要为患者提供医疗咨询服务,患者可免费向专业医师、心理咨询师及营养师问诊,学习控糖知识,解决自身存在问题,另外,患者还可查询当地医保政策,预约医生,为患者看诊提供便利。学习模块主要包含科普文章学习、报名参加抗糖课程及每周五晚 8 点开设健康讲堂,以文字、视频、语音等多种形式提升患者学习兴趣,提高疾病认知。商城栏目可供患者购买专业控糖产品。(2)同伴支持教育。选择糖尿病防治知识掌握度较好、依从性高、血

糖控制良好患者作为同伴教育实施者,组建线下同伴教育分享会,每周 1 次。邀请同伴教育实施者为患者讲解其自我管理能力提升方法、血糖控制方法及饮食注意事项等,患者亦可提出疑问,由其他病友同伴给予解决措施。鼓励患者间建立良好人际关系,日常生活中可互帮互助,共同扶持对抗疾病。每周电话随访 1 次,询问患者糖糖圈 APP 使用情况,是否依照指示按时记录血糖情况,目前血糖水平等,督促患者提高自我管理意识,严格控制血糖水平。院外护理 3 个月。

1.4 观察指标 (1)采用成年人健康自我管理能力测评表(AHMSRS)^[3]测定干预前后两组自我管理能力,分值范围 38~190 分,得分越高表明自我管理能力越强。(2)采用世界卫生组织生活质量量表(WHOQOL-100)^[4]评价两组干预前后生活质量,分值 0~100 分,得分越高生活质量越高。(3)两组依从性比较,包括用药依从性、锻炼依从性、饮食依从性、护理依从性 4 个方面,每方面 25 分,总分 100 分,>90 分为完全依从,60~90 分为部分依从,<60 分为不依从。依从性为完全依从和部分依从之和。

1.5 统计学分析 采用 SPSS22.0 软件分析数据,以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示计量资料,行 t 检验;以%表示计数资料,行 χ^2 检验。检验标准 $\alpha=0.05$, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组自我管理能力及生活质量评分比较 干预后联合干预组 AHMSRS 评分、WHOQOL-100 评分高于常规对照组($P<0.05$)。见表 1。

表 1 两组自我管理能力及生活质量评分比较(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	n	AHMSRS		WHOQOL-100	
		干预前	干预后	干预前	干预后
联合干预组	72	128.69±7.66	172.06±10.59	60.57±3.20	82.67±5.69
常规对照组	72	129.14±7.73	157.24±9.40	60.89±3.27	75.28±4.30
t		0.351	8.881	0.594	8.792
P		0.726	<0.001	0.554	<0.001

2.2 两组依从性比较 联合干预组依从性高于常规对照组($P<0.05$)。见表 2。

表 2 两组依从性比较[%]

组别	n	完全依从	部分依从	不依从	依从性
联合干预组	72	49(68.06)	19(26.39)	4(5.56)	68(94.44)
常规对照组	72	27(37.50)	30(41.67)	15(20.83)	57(79.17)

3 讨论

2 型糖尿病是终身慢性疾病,需要患者长期控制血糖,坚持低糖饮食、遵医嘱用药、定时检测血糖等,因此对患者自我管理能力及依从性要求较高。

但据临床调查表明,2 型糖尿病患者依从性普遍较低,自我管理能力较弱,导致血糖控制效果不佳^[5]。给予 2 型糖尿病患者护理干预具有重要意义。

本研究常规对照组采用常规护理,联合干预组在常规护理基础上给予基于移动 APP(糖糖圈 APP)的同伴支持护理,结果显示干预后联合干预组 AHMSRS 评分、WHOQOL-100 评分高于常规对照组($P<0.05$),可见两种护理方法联合应用对患者自我管理能力及生活质量水平具有提升作用。分析原因认为:(1)同伴支持护理通过优秀抗病同伴分享自我管理方法、传授抗病经验等,为患者提供真实的学习榜样,可增强患者对抗疾病的动力,提高其自我管理能力,从而改善生活水平质量^[6]。据报道指出,社区 2 型糖尿病患者在应用同伴支持教育后,患者自我管理行为得到有效改善^[7],与本研究结果基本一致。(2)糖糖圈手机 APP 所包含的多种血糖监测功能、健康知识学习途径及线上问诊等服务,能为患者提供便利的血糖管理方法,可科学协助患者控制饮食及提供用药指导,使患者自我管理过程中存在问题得到及时解决,同时还通过线上课程学习到丰富的控糖知识,使患者健康认知提高,从而改变行为,提升能力。另外,本研究结果还表明,联合干预组依从性高于常规对照组($P<0.05$),提示糖糖圈手机 APP 的提醒功能及血糖记录功能有助于初诊 2 型糖尿病患者提高自我管理意识,同时同伴支持护理经过病友同伴线下的支持鼓励及监督可共同提高患者依从性,改善护理效果。

综上所述,基于移动 APP 的同伴支持应用于初诊 2 型糖尿病患者后,患者依从性明显提高,自我管理能力增强,生活质量提高。

参考文献

- [1]崔庆庆,王丽,戴莉敏,等.“居家糖尿病护理平台”在早发 2 型糖尿病患者延续护理中的应用研究[J].护理管理杂志,2020,20(1):65-68.
- [2]刘宏杰,石红梅,邢丽丽,等.同伴支持模式对 2 型糖尿病患者自我效能、自我管理及血糖控制的远期影响研究[J].中国全科医学,2018,21(7):861-866.
- [3]黄菲菲,赵秋利,沈晓颖,等.成年人健康自我管理能力测评量表条目的初步筛选[J].护理学杂志,2011,26(1):40-42.
- [4]都元涛,方积乾.世界卫生组织生存质量测定量表中文版介绍及其使用说明[J].现代康复,2000,4(8):1127-1129,1145.
- [5]曹梅娟,魏国芳,周其刚,等.基于 PRECEDE-PROCEED 模式的护理在社区 2 型糖尿病患者中的应用[J].中华现代护理杂志,2020,26(10):1281-1285.
- [6]蔡建,梁洁,姚岚,等.移动健康平台联合同伴支持教育在 2 型糖尿病患者中的作用[J].护士进修杂志,2019,34(12):1146-1148,1151.
- [7]吴丽琴,徐勤容,陈育群.同伴教育对糖尿病患者自我管理、血糖监测行为及糖代谢指标的影响[J].护理学报,2018,25(4):70-73.

(收稿日期:2021-05-11)