

# 糖尿病患者内科护理中的营养干预效果评估

卓玛拥宗

西安思源学院, 陕西省西安市, 710038;

**摘要:** 在糖尿病内科护理领域, 营养干预至关重要。例如给患者制定的营养方案不够个性化, 患者对饮食要求的依从性差等问题。在面对这些情况, 就需要护理人员去根据每个患者的具体病情和身体状况制定个性化方案, 加大力度对患者进行营养教育, 使内科医生、营养师、护士等多处协同合作, 完善监测评估体系以便及时调整方案, 让更多患者受益。

**关键词:** 糖尿病; 内科护理; 营养干预; 血糖控制; 生活质量

DOI:10. 69979/3029-2808. 24. 12. 015

## 引言

营养干预在糖尿病护理的护理中, 对控制血糖、预防并发症以及提升患者生活质量这些情况都很重要。实际操作时, 却遭遇不少麻烦。就拿干预方案来讲, 如果统一化, 就很难贴合每个患者的独特需求。患者依从性也不好, 致使干预效果大打折扣。这种问题不光让患者健康管理效果变差, 也妨碍糖尿病护理模式的优化进步。深入探究营养干预当下的状况、存在的问题以及优化办法, 并结合临床案例去分析, 对促进糖尿病护理实现高质量发展有着重大意义。

## 1 糖尿病内科护理中营养干预的现状

糖尿病专业护理的范畴而言, 对营养进行调节十分关键, 对其执行效果的关注度极高。持续增长的是糖尿病患者的数量, 疾病的管理环节而言, 营养干预必要性愈发得以凸显, 近些年糖尿病治疗范畴内的营养调控医学研究探索, 饮食控制已脱离单一层面范畴, 采用策略调整达成综合性营养供给, 囊括定制化的饮食规划、营养知识的普及推广以及营养健康状态的跟踪监测等多个方面。该策略呈现出综合性特质, 优化病人饮食的结构组成, 实现血糖水平稳定的效果, 减少并发症发生率的数值, 一同增进患者的生活质量, 于内科护理的实务操作当中, 营养干预已展现出明显成效, 好些医疗机构珍视营养师跟护理人员的协同效果, 为糖尿病患者呈上个性化的饮食相关建议。按照患者的年龄、性别、体重、活动参与水平及血糖控制状态, 已规划了这些建议, 配合患者建立科学的饮食规划模式。

营养教育也被融入护理流程, 借助定期讲座、发放宣传手册以及一对一指导等形式, 让患者明白糖尿病饮

食管理的重要性, 掌握合理搭配饮食的技巧。即便营养干预在糖尿病内科护理中受到一定重视, 实际实施时仍困难重重。营养干预的个体化程度急需提升。毕竟糖尿病患者病情复杂多变, 一种饮食模式无法满足所有患者的不同需求。营养干预的长期依从性问题很是突出。不少患者出院后, 难以一直按照营养建议饮食, 使得血糖控制效果不理想。不同地区、不同医疗机构在营养干预的资源分配和专业能力上参差不齐, 这对营养干预的普及以及最终效果都产生了影响。

在营养干预的监测和评估方面, 当下主要依靠血糖监测、糖化血红蛋白 (HbA1c) 检测以及体重变化等指标。虽说这些指标能反映患者整体健康情况, 可对营养干预直接效果的评估并不够全面<sup>[1]</sup>。怎么构建更科学、系统的营养干预监测体系, 是目前糖尿病内科护理亟待解决的重要问题。伴随科技进步, 一些新的营养干预手段陆续被应用到糖尿病护理里。借助移动医疗技术开展饮食监测和营养指导, 给患者带来更便捷、个性化的服务。这些技术的运用, 既提升了患者依从性, 又为护理人员提供患者实时数据, 方便及时调整营养干预方案。不过, 这些新兴技术的推广和应用还处在起步阶段, 在不同患者群体中的适应性和有效性还有待进一步验证。

## 2 营养干预在糖尿病护理中的现存问题

个性化程度不足这一棘手难题困扰着营养干预。糖尿病患者病情展现出复杂情形, 个体彼此间存在明显差异, 可现有的营养干预方案大多精准适配的针对性差, 不能契合不同患者的特定需求。合并了其他慢性疾病状况的患者而言, 常规且单一的饮食建议无法同时达成多种疾病的管理需求, 造成营养干预无法达成理想效果。

在营养干预里 依从性问题也显得十分突出, 诸多患者出院完毕后, 难以长久依照护理人员精心编排的饮食计划, 这极大地破坏了血糖控制的成效, 并且极大地拉高了并发症出现的风险水平, 主要是患者对营养干预认知的匮乏导致依从性差, 也归因于缺少长期有效的监督支持机制。即便护理团队于患者住院阶段开展营养教育内容, 然而若患者回到平常日子, 往往会因缺少持续的动力以及对应的资源, 造成难以维系健康饮食习惯。

在营养干预实施进程中, 专业人员配备不足的状况较为明显。在部分基层医疗机构, 营养师配备比例偏低, 这使得营养干预的落实主要由护理人员承担。护理人员虽然有着丰富的临床护理, 但是在营养专业知识层面存在欠缺, 很难给出全面、科学的营养建议。这种专业人员配置上的缺陷, 极大地制约了营养干预的质量与成效。

营养干预在不同地区、医疗机构间资源分配极不均衡。偏远地区以及基层医疗机构, 常常缺少专业营养师, 营养干预设施也不完备, 致使患者难以获取科学且个性化的营养指导。患者对营养干预的接受度受多种因素掣肘<sup>[2]</sup>。文化背景差异是其中之一, 部分患者深受传统饮食习惯影响, 对其依赖性极强, 难以接纳新的饮食建议。经济状况同样不容小觑, 有些患者因经济拮据, 无力承担营养干预所需的食材费用, 或是买不起营养补充剂。还有部分患者对营养干预效果心存疑虑, 又或者健康意识淡薄, 不愿改变现有的饮食模式。

### 3 优化营养干预的策略与方法

制定个性化营养方案这个阶段, 需全面考量患者存在的个体差异, 涉及年龄、性别、体重、身体活动达到的水平、血糖控制的既定目标以及有无并发症等情况。周全而入微的营养状态评估, 为每一位患者量身定制专属的饮食安排, 使此专属计划可契合血糖控制的要求, 又可以兼顾营养的全面均衡, 与患者日常的生活习惯相吻合。还可借助先进的营养评估工具外加软件, 精准核算患者的能量需求及营养素摄入量, 个性化方案科学性与实际可操作性实现进一步优化。提升患者依从性而言, 必须增强营养教育的深度及广度, 除了借助传统的讲座、分发宣传资料等途径, 亦可依托多媒体平台以及移动医疗技术, 为患者给予形式繁杂、种类多样的学习资源, 助力患者更精准地把握营养干预的重要意义。

确立长期随访机制极为关键, 可采用定期电话回访、线上问诊和门诊复查等多种途径, 及时了解患者在饮食

执行过程中碰到的障碍与麻烦, 进而予以精准且富有针对性的指引和鼓舞, 以此提振患者坚持营养干预的决心, 添加持续推进的动力。鉴于专业人员配备不充分的局面, 迫切要强化护理人员的营养相关培训, 使护理人员对基础营养知识与技能熟练掌握, 从而能为患者开展初步的营养指导工作。医疗机构需主动提升营养师的配备占比, 形成营养师跟护理人员协同合作的团队格局, 共同为患者搭建全面的营养支持架构。凭借按时组织团队会议及开展案例剖析, 提升双方的交流互动水平, 稳步增进整体护理的质量层次, 在进行营养干预监测与评估体系完善工作期间, 统一监测指标和评估标准的建立势不可挡。除过去传统的血糖监测以及糖化血红蛋白检测外, 要引入诸如血清蛋白水平、体成分分析等评估营养状况的指标, 由此对营养干预的实际效果进行全面精准评估, 为后续实现干预方案的优化调整提供有力佐证。

借助信息化技术构建患者营养档案意义重大, 它能详细的记录患者饮食执行状况、血糖波动情况以及营养指标的动态变化, 为护理人员及时调整营养方案提供坚实的数据支撑<sup>[3]</sup>。护理人员便能依据档案中的精准数据, 对营养方案做出科学、合理的优化, 让营养干预更贴合患者的实际需求。

### 4 营养干预效果的临床案例分析

以一项针对糖尿病患者营养干预的研究为案例, 研究团队选择了来自众多医院的血糖管理不佳的糖尿病患者作为研究对象。该研究团队为这些患者量身打造了特定的营养治疗方案, 涵盖饮食安排、营养常识推广以及持续的养分状况监控等多个方面。

在实施营养干预的三个多月里, 患者们接受了全面且系统的营养指导。依据患者的年龄、性别、体重以及活动水平等个体特征, 该饮食计划已细致地进行了修改, 确保患者的日常能量需求得到充分供应, 有力保障了血糖水平的有效控制。

在完成营养干预后, 患者的血糖水平在空腹及餐后均有明显下降, 糖化血红蛋白(HbA1c)的测量值偏高, 数值已下降至接近正常范围<sup>[4]</sup>。这一发现完全证实了, 有效的科学营养干预可以显著提高患者的血糖代谢能力, 有效降低高血糖对机体产生的长期损害, 有力地维护了患者的健康状况。处于执行营养干预的环节, 患者的营养状况同样显著改善。定期进行营养状况的检查, 可以观察到相关情况, 患者的血清蛋白水平呈现出上升

态势, 根据分析所得结果, 以下为体成分的具体情况, 患者的体脂比例有所下降, 肌肉比例有所增加。这无疑表明, 得益于营养干预的积极作用, 血糖得到了有效控制, 患者的营养水平同样得到显著提高, 增强患者的体质水平, 提升身体全面素质。

通过问卷调查这一方式, 患者对饮食的满意程度非常高, 营养干预的采纳率相对较高。这一情况完全暴露了, 提升患者生理指标水平, 营养干预扮演着关键角色, 该机制对心理健康和生活质量产生了积极的促进作用。随着患者健康状况的改善, 在心理上达到了满足和认同的状态, 整体的生活满意度得到了提升。对所提供的临床案例进行深入分析, 在糖尿病治疗中, 营养干预带来了广泛的好效果。从血糖管理的角度, 此举确保了血糖水平的稳定; 探讨营养状态, 提高了患者血清蛋白及体脂率等关键指标的数值; 在生活质量的层面上, 患者的疲劳感得到了缓解, 增强了身体活动的机能。

## 5 营养干预对糖尿病护理的推动作用

糖尿病护理长期管理里, 营养干预充当重要监测评估工具。护理人员定期监测患者血糖水平、营养指标、体成分变化, 及时察觉健康状态细微变动。这种依数据的护理方式, 助力护理人员精准调整治疗方案, 保障患者病情稳定<sup>[5]</sup>。可以大幅的提升护理效果与患者健康管理水平, 有效的控血糖、减波动, 降低糖尿病并发症风险。给糖尿病护理提供关键助力, 让护理人员管理患者病情更系统。从而更好的去改善患者营养状况、增强体质, 进一步提升生活质量, 去更好的去保持身体健康。

营养干预实施对糖尿病患者健康管理意义重大, 也给护理团队带来诸多积极影响。护理人员与营养师紧密协作, 形成这一过程的关键。跨学科合作打破传统护理局限, 让护理方案精准贴合患者营养、健康多样需求。护理人员借与营养师频繁交流合作, 持续学习更新营养知识, 提升糖尿病护理专业技能, 更好地为患者提供全

面健康支持。定期团队讨论、案例分析是护理人员专业成长的重要途径。探讨患者个体状况、营养干预效果, 护理人员能深入理解营养干预理论与实践方法。这学习过程丰富知识储备, 增强将营养干预融入日常护理工作能力, 推动护理团队朝专业化、精细化发展。

## 6 结语

糖尿病内科护理实践里, 营养干预有明显的进展, 可还是面临不少难题。通过分析现状、现存问题, 规划优化办法, 并且不断的结合临床案例实证研究, 能清楚地看出它在糖尿病护理中的重要推动作用。要持续推进营养干预个性化、精准化, 加强多学科协作, 提升患者依从性与生活质量。用信息化的办法来完善监测评估体系, 大力促进它在社区、家庭普及, 给糖尿病患者的营养健康来提供全面高效的护理支持, 助力糖尿病护理模式不断创新发展。

## 参考文献

- [1] 黄晓花. 呼吸系统合并糖尿病患者中应用综合护理干预对预防压力性损伤的临床价值[J]. 当代医学, 2022, 28(04): 187-188.
- [2] 王婷. 多样性护理在心内科糖尿病患者中的干预效果评价[J]. 兵团医学, 2024, 22(03): 57-60.
- [3] 多样性护理方式对糖尿病合并冠心病患者病情的干预作用及满意度分析[J]. 李亚; 万克苗; 李海岩. 婚育与健康, 2023(03)
- [4] 姜姣阳. 心内科糖尿病患者应用多样性护理的临床效果[J]. 中国医药指南, 2023, 21(35): 170-172.
- [5] 黄怀莹. 糖尿病患者汗出异常的六经辨治规律探讨[D]. 广州中医药大学, 2023.

作者简介: 卓玛拥宗, 女(2003.12.14)、藏、籍贯的省市: 西藏自治区昌都市, 本科、22级护理学专业