基于时效性激励模式的延伸护理在老年 2 型糖尿病患者中的应用效果

杜娟

（天水市第一人民医院内分泌科　甘肃天水　741000）

【摘　要】目的：探讨老年2型糖尿病患者在护理工作中采取基于时效性激励模式的延伸护理对遵医行为及血糖控制的影响效果。方法：将2023年至2025年医院收治100例2型糖尿病老年患者选作对象并利用随机数字分配法分组，患者共分成对照组及研究组，每组患者有50例，对照组给予常规护理，研究组实施时效性激励模式延伸护理，定期测量对比患者血糖指标，评估遵医行为及患者自护能力情况。结果：在护理干预后评估测量对比，研究组患者空腹血糖及餐后2h血糖水平低于对照组，自我护理能力及遵医行为有效率高于对照组（P<0.05）。结论：老年2型糖尿病患者病情控制和自我行为管理有着密切关系，在护理措施中选择时效激励模式下延伸护理可确保患者持续获得有效健康指导，有助于血糖稳定控制，提高遵医行为及自护能力。

【关键词】时效性激励模式；延伸护理；老年患者；2型糖尿病；护理效果

Efficacy of Extended Nursing Care Based on the Timeliness-Incentive Model in Elderly Patients with Type 2 Diabetes Mellitus

Du Juan

（Department of Endocrinology, First People's Hospital of Tianshui, Tianshui, Gansu Province　741000）

[Abstract] Objective: To investigate the impact of extended nursing care based on the timeliness-incentive model on medical adherence and glycemic control in elderly patients with type 2 diabetes mellitus. Methods: A total of 100 elderly patients with type 2 diabetes mellitus admitted to the hospital between 2023 and 2025 were selected as study subjects and randomly assigned to either a control group or a research group using a random number allocation method; each group consisted of 50 patients. The control group received conventional nursing care, while the research group received extended nursing care based on the timeliness-incentive model. Blood glucose levels were measured and compared between the two groups at regular intervals, and the patients' medical adherence and self-care capacity were evaluated. Results: Following the nursing intervention, comparative assessments revealed that the fasting blood glucose and 2-hour postprandial blood glucose levels in the research group were lower than those in the control group, and the effective rates for self-care ability and medical adherence in the research group were higher than those in the control group (P <0.05). Conclusion: For elderly patients with type 2 diabetes mellitus, disease control is closely related to self-management behavior. Implementing extended nursing care based on the timeliness-incentive model within nursing interventions can ensure that patients consistently receive effective health guidance, facilitate stable glycemic control, and enhance both medical adherence and self-care capacity.

[Key words] Timeliness-based incentive model; Extended nursing care; Elderly patients; Type 2 diabetes mellitus; Nursing outcomes

在现阶段日常生活慢性疾病中，2型糖尿病发生率较高，该疾病通常是由于遗传或者环境等原因促使胰岛素不足或者胰岛素功能障碍后，体内摄入葡萄糖机制异常进而导致血糖异常增高[1]。在当前人口老龄化问题加重下，2型糖尿病发生率显著提高。一旦患病患者需终身用药进行控制，但由于患者需长期用药，在住院期间可以获得医护人员监督指导以保持良好病情控制，但是病情恢复出院后可能会受到负面情绪、依从性不佳等影响而导致病情控制效果不理想，血糖异常变化增加并发症发生风险，最终导致生活质量降低，因此需高度重视并积极采取措施干预。以往常规护理大多关注患者病情和日常护理，缺乏针对性护理，且护理未能延伸至患者院外，所以导致患者自护能力不佳[2]。近几年有研究发现，时效性激励理论在护理工作中可以起到积极作用[3]。时效性激励模式可以确保患者生理及心理维持在良好状态，在此基础上容易延伸护理，可以促使患者居家期间仍然能够获得心理激励和支持，加入积极心理学方式，通过及时、超前与滞后激励，可稳定患者心态，提高依从性，进而持续提供健康指导，积极配合医嘱进而控制血糖。基于此，下文围绕医院收治的2型糖尿病老年患者，分析时效性激励延伸护理模式的应用效果。

1 资料与方法

1.1基础资料

研究以老年 2 型糖尿病患者为对象，均是在 2023 年 1 月–2025 年 12 月收治于医院，分组方法采取随机数字分配法，将 100 例患者随机分成对照组及研究组并搜集资料至表 1，如表 1 所示各资料数据 P>0.05，具有可比性。

表 1　糖尿病患者资料

组别	例数	男女比例	平均年龄（岁）	平均病程（年）	BMI（kg/m^2）
对照组	50	27:23	70.54 ± 2.53	3.11 ± 0.48	23.08 ± 1.14
研究组	50	26:24	70.63 ± 2.61	3.22 ± 0.51	23.16 ± 1.08

X^2/t	0.040	0.175	1.111	0.360
P	0.841	0.861	0.269	0.719

1.1.1 纳入标准

（1）检查诊断明确是 2 型糖尿病疾病；（2）病情控制稳定未出现其他异常变化；（3）具备正常交流沟通能力；（4）了解研究自愿签署同意书。

1.1.2 排除标准

（1）认知功能障碍或者视觉听功能异常；（2）合并重症感染性疾病；（3）精神障碍；（4）无法配合者。

1.2 方法

对照组护理措施为常规干预，需借助药物合理控制血糖范围，并对患者进行宣教及饮食护理，在患者出院后采用电话回访的方式跟进，每周询问患者用药情况、血糖值及饮食状况等情况。

研究组实施时效性激励模式延伸护理：（1）组建专业护理小组：该小组组长为糖尿病专科护士长、心理干预师及责任护士，小组建立后需开展专业知识培训，明确时效性激励理论及延伸护理方法，确保可以提高护理专业能力。小组成员需要搜集患者各项资料，结合患者实际情况提供专业护理指导。（2）时效性激励模式：①情感激励：对患者开展积极沟通，了解心理状态及身体情况，并对负面情绪和身体痛苦表示理解和尊重；另一方面主动为患者提供心理咨询干预措施，如叮嘱亲属多多陪伴鼓励患者、鼓励参与一些老年化群众娱乐项目等。②需要激励：每日在微信群中推送相关疾病知识，加深患者对病因、治疗方法及饮食、活动、生活等问题的认知程度，从而让患者能够进行自评自身的病情情况，发现可能存在的并发症并加以改正自身不良习惯。③榜样激励:每月需借助微信群聊开展线上沟通交流，在完成健康宣教及自护能力培训后，请坚持健康生活方式的患者现身说法并对其健康行为予以鼓励表扬。④目标激励:应与患者共同制定目标如每日控制脂肪摄入<30g，食盐<6g；推荐适当中等强度运动 30min/次，每周尽量 3 次。为达成此目标，可通过鼓励及表扬的方式激励患者的积极性及主动性，使患者可以主动配合健康饮食方案。鼓励适度运动以及充足睡眠；同时也要讲清各个日常生活习惯关系，需要为患者的身体健康和经济收入进行综合分析，让患者意识到遵从医嘱、学习自我护理有助于身体健康的益处。（3）延伸护理：患者及家属要了解并掌握糖尿病相关监测指标，在居家期间对患者进行护理过程中医护人员应向其交代饮食方面的注意事项及应急情况下的处理方法；患者出院后医护人员可以通过微信等方式对其健康情况进行随访，保证接受规范的治疗方案。叮嘱家属在居家期间需要紧密观察患者食物摄入和定期的血糖水平测试(每两天一次)，继续使用在住院期间所采用的营养方案，并在每天的家庭群组内分享饮食每餐状况。同时鼓励患者配戴智能手表以随访了解每晚的睡眠状况和日常活动量，同时将资料每日拍照发送至微信群，由医护人员汇总所有资料，居家治疗方面，继续保持积分制鼓励机制，并以寄送或复诊赠予的形式发放奖品。入院后发放相关知识手册，如糖尿病患者饮食注意事项、饮食治疗原则及糖尿病病情监测等，并指导其进行合理饮食方案制定及生活方式干预；同时运用微信群平台发送疾病预防、饮食指导等相关知识。帮助他们了解护理知识的同时提高其饮食控制依从性。

1.3 观察指标

血糖指标：借助血糖仪测量患者空腹血糖及餐后 2h 血糖。

遵医行为：本次需按照患者意识和自制力情况展开评估，若是患者遵医意识表现积极，有着良好自制力且密切配合工作，这一情况为完全遵医；若患者遵医意识良好，但会伴有 1–2 次不配合则可认定是部分遵医，若患者遵医意识较差且不配合工作则为不遵医。总遵医有效率=完全遵医率+部分遵医率。

自护能力：借助自我护理能力量表评估，分数越高自护能力越高。

生活质量：健康调查简表 SF–36 评估，分值共 100 分，分值越高生活质量越高。

1.4 统计学分析

采用 SPSS 26.0 开展研究数据处理，计量资料用（$\bar{x} \pm s$）描述，用 t 检验，计数资料用 n（%）表示，用 X^2 检验，结果为 $P < 0.05$ 提示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 血糖指标

研究组血糖水平相比护理前均显著降低，且低于对照组（P<0.05）。

2.2 遵医情况

研究组患者遵医有效率高于对照组（P<0.05）。

2.3 自护能力

研究组自护能力高于对照组（P<0.05）。

2.4 生活质量

研究组生活质量高于对照组（P<0.05）。

表 2　两组患者血糖指标对比（$\bar{x} \pm s$）

组别	n（例）	空腹血糖（mmol/L）		餐后 2h 血糖（mmol/L）	
		护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	50	9.92 ± 0.77	8.25 ± 0.67	13.24 ± 1.45	12.07 ± 0.85
研究组	50	9.87 ± 0.69	7.22 ± 0.59	13.36 ± 1.58	11.02 ± 0.76
t		0.342	8.158	0.396	6.512
P		0.733	0.001	0.693	0.001

表 3　两组患者遵医行为对比（n/%）

组别	n（例）	完全遵医	部分遵医	不遵医	遵医有效率
对照组	50	18	21	11	39（78.00）
研究组	50	20	27	3	47（94.00）
X^2	–	–	–	–	5.315
P	–	–	–	–	0.021

表 4　两组患者自护能力评分比较（$\bar{x} \pm s$，分）

组别	自我概念		自我责任感		自我护理技能	
	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
对照组	18.24 ± 1.69	20.36 ± 1.89	10.47 ± 1.24	14.28 ± 1.41	26.34 ± 2.58	31.24 ± 3.06
研究组	18.34 ± 1.74	22.87 ± 1.93	10.52 ± 1.36	17.31 ± 1.69	26.41 ± 2.67	33.48 ± 2.85
t	0.292	6.570	0.192	9.735	0.133	3.788
P	0.771	0.001	0.848	0.001	0.894	0.001

表 5　两组患者生活质量对比（$\bar{x} \pm s$）

组别	n（例）	躯体功能	生理职能	精神状况	社会功能
对照组	50	58.63 ± 2.54	58.71 ± 2.63	58.69 ± 2.75	58.74 ± 2.63
研究组	50	61.45 ± 2.85	61.33 ± 2.74	61.43 ± 3.08	61.28 ± 3.05
X^2		5.223	4.878	4.692	4.460
P		0.001	0.001	0.001	0.001

3 讨论

糖尿病是现阶段慢性病中比较常见类型，疾病发生可能和遗传、日常饮食与运动不足等因素有关，近几年伴随老龄化问题越来越严重下，老年糖尿病患者数量逐渐增多，因为患者需要长期用药控制病情，而居家护理期间患者糖尿病自我护理知识不足，遵医行为依从性相对较差，所以可能会导致病情控制不佳，生活质量降低[4]。以往临床常规延续性护理虽可一定程度上加强护患关系，但患者的自护主动性仍有待提高。而时效性激励式延伸护理作为一种新型护理方式，该方法是充分运用时效性激励理论，并将延伸护理进行融入，通过激励方式调动患者自身积极性，改善身心健康状况，有助于自护能力培养及提高[5]。

通过此次血糖指标测量对比，研究组患者干预后血糖均低于对照组，且遵医行为高于对照组（P<0.05）。针对这一结果原因分析：给患者提供持续性激励，让患者可以产生不断被关爱感觉，在出院前就得到正向的刺激，从而坚定恢复信心；还可以依据患者实际情况进行奖励，激发自我管理的积极性并保持到完全康复为止，可以提高依从性，而且可以调动患者康复自信心[6]。另外，开展现场奖赏机制有助于增加患者娱乐生活，并能激励维持良好的心态，促进良好行为方式养成，提高血糖水平改善效果。

在自护能力评估中研究组患者比对照组高（P<0.05），这也表示时效性激励延伸护理可有效培养患者自我护理能力，进而帮助患者控制病情，改善生活质量。原因分析：情感激励就是通过对患者心理状态进行调节、减轻负面情绪对健康的影响；有针对性地给予激励可针对患者需求以及潜在的问题而采取相应的措施，以帮助患者改正不良行为，并激发健康信念[7]。采用同伴教育方式激励患者自身潜能；目标导向可以促进患者的积极参与性，提高其行动动机以达到纠正不良习惯的目的。时效性激励性护理可以促进患者对治疗的积极性以及主动性，在后期患者的护理及康复方面起到非常大的作用。随着疗效好转生活方式的养成，患者的依从性也有所提高，形成良性的循环，能在生理、心理以及社会支持上给予患者更好的照顾，提高患者的生活质量[8]。在时效性激励模式下实施延伸护理能掌握好激励时间点并采用不同方式鼓励患者改善自护行为，能有效提高生活质量，提升护理满意度。

综上，2 型糖尿病护理干预有着重要辅助作用，而时效性激励延伸护理措施能够起到较高的作用，有助于血糖控制在稳定范围，提高自护能力，确保患者维持良好遵医行为，可以推广应用。

参考文献：

[1]蔡怡伟,王艳,高丽君,等. 一体化延伸护理联合抗阻运动训练在 2 型糖尿病患者中的应用价值分析[J].糖尿病新世界,2025,28(01):16-19.
[2]张莹,赵昕. 延伸护理服务对出院 2 型糖尿病患者遵医行为血糖水平和自护能力的影响[J].中国实用乡村医生杂志,2024,31(12):58-60+64.
[3]林淑芳,卓燕兰,蔡丽娟. 一体化延伸护理对 2 型糖尿病患者血糖水平与自我管理能力的影响分析[J].糖尿病新世界,2024,27(21):136-139.
[4]葛鑫,刘程程. 延伸护理联合居家护理在糖尿病患者护理中的应用效果分析[J].中国社区医师,2024,40(18):149-151.
[5]罗慧敏,渠龙. 基于奥马哈系统的延伸护理结合微信健康教育在糖尿病足患者中的应用效果[J].反射疗法与康复医学,2024,5(04):163-165+169.
[6]黄芬霞,曹泽刚,沈华墨,等. 基于医技护患一体化管理平台延伸护理在糖尿病性黄斑水肿患者中的应用效果[J].中外医药研究,2024,3(05):120-122.
[7]李秋,巴述霞,张美美,等. 一体化延伸护理模式对老年 2 型糖尿病患者血糖控制、自我管理能力及生命质量的影响[J].齐鲁护理杂志,2023,29(19):59-61.
[8]张小迪,刘鸽,尚海梅. 延伸护理服务对于 2 型糖尿病合并脑卒中患者血糖管理效果、自护能力及日常生活活动能力的影响[J].糖尿病新世界,2023,26(17):141-144.