

基于时效性激励理论的延续性护理对老年 2 型糖尿病患者自我护理能力和健康行为的影响 *

周静璇, 陈映辉, 郭婉滢, 彭苹, 匡凡, 郭少炫, 杨青

(南方医科大学珠江医院特需医疗服务中心, 广东广州, 510282)

[摘要] **目的** 探讨基于时效性激励理论的延续性护理对老年 2 型糖尿病患者自我护理能力和健康行为的影响。**方法** 按入院的次序, 根据随机数字表法将 202 例住院治疗的老年 2 型糖尿病患者分为观察组和对照组, 每组各 101 例。对照组患者住院期间由责任护士进行相关知识的健康宣教, 出院后每个月进行 1 次电话随访, 每次 10~15min; 观察组患者住院期间的健康宣教与对照组相同, 出院后建立微信群和每个月 1 次的电话回访, 将时效性激励应用在患者的延续性护理中, 内容包括情感激励、需要激励、榜样激励和利益激励, 共干预 6 个月。比较干预前后两组患者自我护理能力和健康行为水平的差异。**结果** 干预后观察组患者自我护理能力和健康行为水平优于对照组, 两组比较, 差异均有统计学意义 ($P < 0.001$)。**结论** 将有效激励理论应用到老年 2 型糖尿病患者的延续护理中, 可提高患者自我护理水平和健康行为水平。

[关键词] 2 型糖尿病; 自我护理; 健康行为; 时效性激励; 延续性护理

[中图分类号] R473.5 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2017)05-0047-04 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2017.05.013

Effect of timeliness motivation theory-based continuing care on the self-care ability and healthy behavior in elderly patients with type 2 diabetes

ZhouJingxuan, Chen Yinghui, Gou Wanying, Peng Ping, Kuang Fan, Guo Shaoxuan, Yang Qing//Modern Clinical Nursing, -2017, 16(5):47.

(Special Medical Service Center, Zhujiang Hospital, Southern Medical Hospital, Guangzhou, 510282, China)

[Abstract] **Objective** To explore the effect of timeliness motivation theory-based continuing care on the self-care ability and healthy behavior in elderly patients with type 2 diabetes. **Methods** A total of 202 elderly patients with type 2 diabetes in our hospital were selected, and were randomly divided into observation group and control group according to the random number table, with 101 cases in each group. The control group were given healthy related education during hospitalization, and post-discharge telephone follow-up every month, lasting 10~15min each time. The observation group were additionally given timeliness motivation theory-based continuing care by telephone follow-up each month, including emotional arousal, need motivation, examples stimulating and benefit motivation, lasting 6 months. Their self-care ability and healthy behavior in the two groups were compared. **Result** The self-care ability in the observation group was significantly better than that of the control group ($P < 0.001$), and had significantly much more healthy behaviors than the latter ($P < 0.001$). **Conclusion** Timeliness motivation theory-based continuing care can improve the self-care ability and healthy behavior in elderly patients with type 2 diabetes.

[Key words] type 2 diabetes; self-care; healthy behavior; timeliness motivation; continuing care

随着人们生活水平的提高, 以及人口老龄化的

[基金项目] * 本课题为广东省医学科研基金项目, 项目编号为 A201572。

[收稿日期] 2017-02-19

[作者简介] 周静璇(1985-), 女, 广东广州人, 护师, 本科, 主要从事临床护理工作。

[通信作者] 杨青, 护士长, 硕士, E-mail: 104549010@qq.com

到来, 老年糖尿病的发病率不断升高。研究表明^[1], 培养老年 2 型糖尿病患者主动积极进行自我管理行为, 可提高患者的糖尿病知识水平及自我管理能力, 可使患者建立良好的生活方式。但是, 老年糖尿病患者由于记忆力与理解力减退等原因, 改变他们的生活方式, 使他们建立自我管理行为较为困难。时效性激励是一种整体性、个性化、创新性的有效护理激励模式, 有效的激励及对患者时

效性的肯定可以使患者在生理、心理、社会支持系统等多方面达到最佳状态^[2]。本研究将时效性激励应用于老年2型糖尿病患者延续性护理中,旨在探索其对老年2型糖尿病患者自我护理能力和健康行为的影响。现将方法和结果报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2015年1月至2016年6月在本院住院治疗的老年2型糖尿病患者。纳入标准:符合2型糖尿病诊断标准^[3];年龄 ≥ 60 岁;自愿参加研究,签署知情同意书。排除标准:患有严重心、肾、肝等疾病;合并恶性肿瘤;认知障碍,无法正常交流者。共纳入患者202例,按入院的次序,根据随机数字表法分为观察组和对照组,每组各101例。对照组男61例,女40例,年龄64~81岁,平均 (71.8 ± 2.5) 岁;病程5~12年,平均 (9.6 ± 2.1) 年;初中及以下36例,高中(中专)46例,大专及以上19例。观察组男61例,女40例,年龄64~81岁,平均 (71.8 ± 2.5) 岁;病程6~11年,平均 (9.5 ± 2.3) 年;初中及以下38例,高中(中专)45例,大专及以上18例。两组患者一般资料比较,差异均无统计学意义($P > 0.05$),具有可比性。

1.2 方法

1.2.1 对照组 住院期间由责任护士进行健康宣教,内容包括糖尿病基础知识、血糖监测、胰岛素注射等实践技能;饮食指导,讲解营养素分配方法;讲解运动方式、强度、频率、注意事项等知识;糖尿病足部预防及并发症知识的宣教;用药指导,包括药物的作用和副作用、胰岛素的注射方法与注意事项等。出院后每个月进行电话随访1次,内容包括了解患者存在问题,根据问题实施相应的指导;了解血糖、体重等生理状况和饮食、运动、血糖监测、足部护理、用药情况等状况;督促患者定期复诊。每次10~15 min,共干预6个月。

1.2.2 观察组 住院期间的健康宣教与对照组相同。出院后将时效性激励应用于患者的延续性护理中。

1.2.2.1 成立干预小组 小组由1名组长和5名成员组成。组长由护士长担任,主要负责指导延续

护理干预的实施,评估干预措施的落实情况、研究成员的管理和协调等。1名为糖尿病专科护士长;1名成员为内分泌主治医师,提供咨询;3名成员为糖尿病专科护士,均为护师以上职称,具有5年以上临床工作经验;1名为心理治疗师,为患者提供心理辅导。小组成员均经过知识的培训,内容包括本研究目的和意义、时效性激励相关内容及延续护理实施方法及注意事项。

1.2.2.2 干预形式和时间 依据患者不同病情与文化层次建立不同的微信群,研究小组成员,每周一、周四固定时间发送糖尿病相关知识及自我护理注意事项,并有针对性地使用各种激励方式,激励患者主动进行自我管理和采取健康行为,并不断进行强化激励,将患者的自我管理和采取健康行为激情推向高潮。采用集中和电话回访,了解患者出院后的情况,并对患者进行激励,每个月进行1次电话随访,每次10~15 min。共干预6个月。

1.2.2.3 干预方法和内容 ①情感激励:了解患者病情的基本状况及心理基本状态后,给予患者充分的理解与尊重,对患者焦虑、恐惧的特点进行心理疏导;对积极情绪的患者给予鼓励,使他们的正性情绪保持下去。通过微信群鼓励病情与文化层次相近的患者进行相互交流、鼓励。鼓励患者的家人多陪伴,帮助患者建立信心,让其感受到家人的爱与温暖。②需要激励:患者通过微信群的视频或信息了解疾病相关知识,包括持续用药方法、注意事项、饮食、有氧运动等,明确自身的疾病状态、潜在的问题及并发症的潜在因素,并改善其不良的生活习惯和不良行为。患者通过电话或微信提出问题,干预小组成员及时采用激励性的语言鼓励患者,对其行为给予表扬,并进行详细的解释,使其保持求知欲,不断提高其疾病相关知识。③榜样激励:每个月将患者集中在一起,除教会自我护理的技能及相关知识教育外,还请自我护理好和能保持良好生活习惯且治疗效果好的患者进行示教,并对患者及时给予肯定和表扬;请其通过微信群与患者进行交流,以激发其他患者不断提高自护能力和改善其不良的行为习惯。④利益激励:从经济和治疗效果两方面向患者及其家属讲解提高自我护理和保持健康行为的必要性及有效性。

1.3 评价指标

1.3.1 自我护理能力 干预前后采用自我护理能力测定量表(the exercise of self-care agency scale, ESCA)^[4]对患者进行测评。该量表包括自我护理技能、自护责任感、自我概念和健康知识水平4个维度共43个条目,采用5级评分法。总分172分,得分越高表示自我护理能力越强。得分>总分66%为高水平,33%~66%为中等水平,<33%为低水平。量表Cronbach's α系数为0.86~0.920。

1.3.2 健康行为 干预前后采用健康促进生活方式量表Ⅱ(health promoting lifestyle profile Ⅱ, HPLP Ⅱ)^[5]对患者进行测评。该量表共有6个维度,分别为健康责任、运动锻炼、营养因素、自我实现、人际关系、压力应对。量表采用Likert4级评分(从不=1,有时=2,经常=3,常规进行=4),各维度总分除以条目数即为该维度得分,得分越高表示健康行为越好。健康行为分为3个水平:低等水平(1分≤得

分<2分),中等水平(2分≤得分<3分),高等水平(3分≤得分≤4分)。量表Cronbach's α系数为0.94。

1.4 统计学方法

数据采用SPSS 28.0进行统计学分析。计数资料采用频数描述,组间比较采用χ²检验,等级资料比较采用秩和检验;计量资料采用均数±标准差描述,组间比较采用t检验。以P<0.05为差异具有统计学意义。

2 结果

2.1 干预前后两组患者自我护理能力水平的比较

干预前后两组患者自我护理能力水平的比较见表1。从表1可见,干预后观察组患者自我护理能力水平优于对照组,两组比较,差异有统计学意义(P<0.001)。

表 1 干预前后两组患者自我护理能力水平的比较 (n)							
组别	n	干预前			干预后		
		高水平	中等水平	低水平	高水平	中等水平	低水平
观察组	101	8	12	81	69	28	4
对照组	101	9	10	82	38	16	47
Z			-0.128			5.808	
P			0.899			<0.001	

2.2 干预前后两组患者健康行为水平的比较

干预前后两组患者健康行为水平的比较见表

2。从表2可见,干预后观察组患者健康行为水平优于对照组,两组比较,差异有统计学意义(P<0.01)。

表 2 干预前后两组患者健康行为水平的比较 (n)							
组别	n	干预前			干预后		
		高水平	中等水平	低水平	高水平	中等水平	低水平
观察组	101	14	28	59	85	10	6
对照组	101	16	29	56	32	44	25
Z			-0.467			7.262	
P			0.640			<0.001	

3 讨论

3.1 基于时效性激励理论的延续性护理可提高老年2型糖尿病患者自我护理水平

自我护理能力是患者为了满足自身需要,维持正常的生命过程,保持机体结构和功能完整,促进个体完满状态的一种能力,是后天学习而得的,并受外界环境因素和个体身心状况所影响的能力。糖尿病患者通过健康教育,提高自我护理水平,可

较好地控制血糖水平,避免、减少和延缓了各种并发症的发生。传统的糖尿病自我管理教育模式,多倾向于说教式教育,强调理论灌输。老年患者由于脏器功能普遍减低,导致机体反应迟钝,记忆力、理解力均有所下降,如采用传统的健康教育方法很难达到预期效果。时效性激励可以使患者在生理、心理、社会支持系统等方面达到最佳状态^[2]。相关研究显示^[6-7],通过时效性激励护理能充分调动患者对治疗的主观能动性,提高患者治疗依从性,有

利于疾病的早期康复。激励是一个过程。对患者行为的激励,实质上就是通过采用能满足患者需要的诱因条件,从而推动患者相应的行为。本研究将有效激励理论应用到老年2型糖尿病患者的延续护理中,研究小组成员通过设计适当的激励方式,借助微信等信息沟通方式,来激发、引导、保持和归化患者的行为,以有效地实现组织及其患者个人目标的系统活动;并将有效激励贯穿于出院护理的全过程,包括对患者基本状况及心理基本状态的了解、需求的把握、自我护理过程的评价等,从患者的心理和行为上给予有效激励,从而有效提高患者的主观能动性,进而提升其自我护理能力。本结果显示,干预后观察组患者自我护理能力水平优于对照组($P < 0.001$)。说明,基于时效性激励理论的延续性护理可提高老年2型糖尿病患者自我护理水平并优于传统健康教育的方式。

3.2 基于时效性激励理论的延续性护理可提升老年2型糖尿病患者健康行为水平

患者的自我管理是糖尿病控制是否成功的关键。研究显示^[8],大部分2型糖尿病患者存在不利于疾病康复的行为习惯,治疗依从性差,自我管理行为现状堪忧。延续性护理属于住院护理的一种有效延伸,不仅可以使得医护人员全面了解患者的出院治疗和康复方案具体执行情况,还可及时指导患者改变不良生活习惯,从而提升患者健康行为水平。目前,延续性护理主要以电话随访和集中授课为主,但是其教育方式主要以解决患者问题为基础,重视知识和技能的传授,忽略了患者对待疾病的态度与自身的潜能,却并未真正改善患者的行为。糖尿病为可控制性疾病,与患者主观意识有密切关系,需要长期正确用药和正确的生活习惯进行维持^[9]。激励是指持续激发人动机的心理过程,通过激励,使机体始终处于高度兴奋状态中^[2]。激励式护理干预主要针对患者特定的生理及心理状况进行有效的宣教、指导及情感支持^[7,10]。基于老年糖尿病患者具有病程长、重视度不高、机体功能差、不良生活习惯、行为难以改变等特点,本研究将有效激励理论应用到改善老年2型糖尿病患者健康行为的延续护理中,主要通过电话、微信等方式加强医护人员与患者及患者之间的联系,采

用情感激励、需要激励方式,鼓励患者合理进行活动锻炼,有效建立健康的生活方式;通过榜样作用,激发患者以积极的心态改良不良的健康行为;通过利益激励使患者明白保持健康行为对降低经济负担和提高治疗效果的重要性,通过以上有效激励方式激发患者改变不良行为,建立健康行为的内在动力,从而提高了患者健康行为水平。

4 结论

综上所述,将有效激励理论应用到老年2型糖尿病患者的延续护理中,可提高患者自我护理水平和健康行为水平。

参考文献:

- [1] 邓爱英. 聚焦解决模式在改善老年2型糖尿病患者生活方式中的应用[J]. 护理管理杂志, 2017, 16(9): 673-675.
- [2] 李继平. 护理管理学[M]. 3版. 北京: 人民卫生出版社, 2012: 178-179.
- [3] 中华医学会糖尿病学分会. 中国2型糖尿病防治指南(2013年版)[J]. 中国糖尿病杂志, 2014, 22(8): 2-4.
- [4] MINEKO YAMA SHITA. The exercise of self care agency scale[J]. Western Journal of Nursing Research, 1998, 20(3): 370-381.
- [5] PULLEN C, WALKER S N, FIANDT K. Determinants of health-promoting lifestyle behaviors in rural older women[J]. Fam Community Health, 2001, 24(2): 49-72.
- [6] 孙秀荣. 时效性激励原则对永久性结肠造口病人自护能力的影响[J]. 护理研究, 2015, 29(5 中旬版): 1378-1379.
- [7] 高岩, 尹淑环. 时效性激励护理模式对糖尿病足患者自我管理行为能力的影响[J]. 检验医学与临床, 2017, 14(2): 244-245.
- [8] 王继华, 曾德志, 徐魁, 等. 电话加短信随访对2型糖尿病患者生活方式和行为习惯的影响[J]. 护理管理杂志, 2014, 14(10): 701-703.
- [9] RUY J, CRUZ, MARY AMANDA, et al. Objective radiologic assessment of body composition in patients with end-stage liver disease: going beyond the BMI[J]. Transplantation, 2013, 95(4): 617-622.
- [10] 邹丹, 张红军. 时效性激励护理模式应用于脑梗死患者早期康复的效果分析[J]. 中国医科大学学报, 2015, 44(3): 272.

[本文编辑: 郑志惠]