

# 看图对话教育模式对 2 型糖尿病病人自我护理行为及血糖控制的影响

刘建书, 林云蛟

(南方医科大学珠江医院内分泌科, 广东广州, 510280)

**[摘要]** **目的** 探讨看图对话教育模式对 2 型糖尿病病人血糖控制及自我护理行为的影响。**方法** 按入院时间次序编号, 根据随机数字表法, 将 84 例 2 型糖尿病病人分为实验组和对照组, 每组各 42 例。对照组实施传统的糖尿病知识教育, 实验组采用看图对话教育模式。1 次/周, 60~90 min/次, 共 8 周。比较干预前后两组病人空腹血糖、餐后 2 h 血糖、糖化血红蛋白(glycated hemoglobin, HbA1c)值及自我护理行为的差异。**结果** 干预后两组病人各项血糖指标值比较, 差异均有统计学意义( $P<0.05$ )。干预后除遵医嘱服药外, 两组病人饮食控制、规律运动、血糖监测、足部护理和血糖异常处理评分比较, 差异均有统计学意义( $P<0.05$ )。**结论** 实施看图对话教育模式, 提高了糖尿病病人自我护理行为, 从而提高血糖控制水平。

**[关键词]** 2 型糖尿病; 糖尿病教育; 看图对话; 自护行为; 血糖

**[中图分类号]** R473.5 **[文献标识码]** A **[文章编号]** 1671-8283(2015)04-0034-04 **[DOI]** 10.3969/j.issn.1671-8283.2015.04.011

## Effects of diabetic health education pictures on blood sugar control and self-care ability of type 2 diabetic patients

Liu Jianshu, Lin yunjiao//Modern Clinical Nursing, -2015, 14(4):34.

**[Abstract]** **Objective** To investigate the effect of diabetic health education pictures on blood sugar control and self-care ability of type 2 diabetic patients. **Methods** Using the registration number and random digit table, 84 patients with type 2 diabetes mellitus were divided into the experiment group and the control group with 42 cases in each group. The control group received traditional diabetes knowledge education, and the experiment group was educated with the mode of "picture and dialogue" health education, 60 to 90min per week for 8 weeks. The patients in the two groups were observed before and after the intervention in terms of the fasting blood glucose, postprandial 2h blood glucose, glycatedhemoglobin (glycated, hemoglobin, HbA1c) and self-care ability. **Result** The differences in blood sugar value index and self-care behavior score after the intervention between the two groups were statistically significant ( $P<0.05$ ). **Conclusion** Application of 'picture and dialogue' education mode can enhance patients' ability of self-care behaviors the effect of health education and stabilize the level of blood glucose of patients.

**[Key words]** type 2 diabetes mellitus; diabetes education; picture and dialogue; self-care ability; blood glucose

**[收稿日期]** 2014-04-16

**[作者简介]** 刘建书(1980-), 女, 湖南沅江人, 护师, 本科, 主要从事临床护理工作。

2 型糖尿病是一种慢性终身性疾病, 各种并发症较多, 其综合治疗包括健康教育、饮食治疗、运动疗法、药物治疗、自我监测 5 项内容。糖尿病健康教

### 参考文献:

- [1] 邵海珍. 健康教育对母婴同室产妇产后护理的影响[J]. 中国实用护理杂志, 2012, 28(3): 77-78.
- [2] 万九菊, 熊怡, 王迎春, 等. 健康指导在母婴同室产妇产后护理中应用的效果评价[J]. 中国实用护理杂志, 2012, 28(24): 56-57.
- [3] 李雨利, 郑艳. 反馈式健康宣教在母婴同室产妇产后护理中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2011, 17(11): 5-6.
- [4] 刘媛玲. 剖宫产术后腰部理疗预防产后腰痛的效果观察[J]. 当代医学, 2014, 20(34): 23-24.
- [5] 黄颖. 夹竹桃醋液热敷治疗腰椎间盘突出症 32 例[J].

广西中医药, 2005, 28(5): 20-21.

- [6] 卢琪. 热敷方热敷治疗腰腿痛 38 例[J]. 陕西中医, 2007, 28(12): 1615-1616.
- [7] 邹胜菊, 李青. 剖宫产术后腰痛原因分析及防治[J]. 中国现代医生, 2013, 5(113): 134-135.
- [8] 蒋中华, 马卉. 产后护理的不稳定性及其对策分析[J]. 中国中医药信息, 2011, 17(15): 245.
- [9] 王岚, 张媛, 张华, 等. 592 例妊娠期腰痛孕妇分娩方式与产后腰痛关系分析[J]. 重庆医学, 2011, 40(30): 3019-3021.
- [10] 杨明. 中药熏药加盐醋热敷治疗膝关节骨性关节炎 45 例观察[J]. 浙江中医杂志, 2010, 45(2): 142-143.

**[本文编辑: 郑志惠]**

育为综合治疗之首,其对糖尿病治疗效果的影响举足轻重。目前,糖尿病健康教育模式有传统的讲授法、以问题为基础教学模式、个体化全程护理干预教育、临床护理路径教育、社区健康教育等,虽然以上健康教育模式均取得了一定的效果,但健康教育只是说教式的传授知识,形式固定单一<sup>[1-2]</sup>,影响了健康教育效果。糖尿病看图对话教育模式在改善和提高2型糖尿病病人的糖尿病知识、自我管理水平方面均优于传统糖尿病健康教育模式,受到糖尿病病人的一致认可<sup>[3-4]</sup>。本科室自2013年5~12月采用看图对话教育模式对2型糖尿病病人实施干预,取得较好的效果,现将方法和结果报道如下。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

2013年5~12月选择在本科室住院治疗2型糖尿病病人84例。纳入标准:①首次确诊2型糖尿病病人;诊断符合1999年WHO糖尿病分类及诊断标准<sup>[5]</sup>;②年龄 $\geq 18$ 岁,神志清楚,愿意接受和配合调查者;③无严重心脑血管疾病及严重下肢血管并发症;④无精神疾病。按入院时间次序编号,根据随机数字表法,将84例2型糖尿病病人分为实验组和对照组,每组各42例。实验组病人中,男16例,女26例,年龄18~79岁,平均 $(61.1 \pm 11.1)$ 岁。文化程度:小学14例,初中20例,高中及以上8例。对照组病人中,男24例,女18例,年龄20~76岁,平均 $(59.1 \pm 10.2)$ 岁。文化程度:小学12例,初中18例,高中及以上12例。两组一般资料比较,差异无统计学意义( $P > 0.05$ ),具有可比性。

### 1.2 方法

两组病人均建立个人档案,内容包括病人的一般资料、电话、家庭住址、代谢指标、病情变化等。

**1.2.1 对照组** 由3名内分泌科护士以多媒体方式进行糖尿病知识教育,内容包括糖尿病概念、糖尿病饮食、糖尿病运动、糖尿病药物治疗和糖尿病自我保健,要求病人每次都要参加。1次/周,60~90 min/次,共8周。

**1.2.2 实验组** 由3名内分泌科护士采用看图对话教育模式实施干预,图片包括与糖尿病同行、什么是糖尿病、健康饮食和运动、和胰岛素同在4幅,大

小为152 cm  $\times$  91 cm的彩色地图和10套对话卡片。将42例病人分组,每组8~10例;1名健康教育人员和1组病人围绕铺有教育图的桌子坐在一起;教育者根据健康教育图使用的顺序,用看图对话中的材料来引导病人开展对话,依次向病人讲解糖尿病概论、糖尿病饮食、糖尿病运动、糖尿病药物治疗和糖尿病自我保健,并同时向病人提出问题,护患共同讨论和交流。1次/周,60~90 min/次,共8周。

### 1.3 效果观察

**1.3.1 血糖指标值** 干预前后检测两组病人空腹血糖、餐后2 h血糖、糖化血红蛋白(glycated hemoglobin, HbA1c)。空腹血糖正常值为3.3~6.1 mmol/L,餐后2 h血糖正常值为3.9~7.8 mmol/L,糖化血红蛋白正常值为6.5%以下。

**1.3.2 自我护理行为** 采用糖尿病自我护理行为量表(diabetes self-care scale, DSCS)<sup>[6]</sup>进行评定。该量表包含饮食控制、规律运动、遵医嘱服药、血糖监测、足部护理、血糖异常的处理6个分量表,共26个条目,每个条目采用5点记分法,5=完全做到,4=经常做到,3=有时做到,2=很少做到,1=完全没有做到,量表总得分为0~130分,得分越高表示患者自我护理行为越高<sup>[7]</sup>。本量表的重测信度为0.92,内部一致性检验Cronbach's  $\alpha$ 为0.88。

### 1.4 调查方法

调查由专人负责,向病人解释调查的目的和量表填写方法,然后请其根据自己的情况独立完成,当场填写问卷并收回检查,对有疑问的地方当场校正。病人本人不能完成问卷者,由家人协助完成。本次调查干预前后各发放调查问卷84份,均有效回收,回收有效率100.0%。

### 1.5 统计学方法

数据采用SPSS17.0统计软件进行统计学分析。两组病人血糖指标值和DSCS的评分比较采用独立样本 $t$ 检验。

## 2 结果

### 2.1 干预前两组病人各项血糖指标值比较

干预前两组病人各项血糖指标值比较见表1。从表1可见,干预前两组病人空腹血糖、餐后2 h血糖、HbA1c值比较,差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。

表 1 干预前两组病人各项血糖指标值比较  
(mmol/L,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	n	空腹血糖	餐后 2 h 血糖	HbA1c (%)
实验组	42	13.4 ± 2.1	16.8 ± 4.5	8.5 ± 2.1
对照组	42	13.0 ± 2.4	16.2 ± 4.2	8.3 ± 1.8
t		1.361	0.892	1.293
P		0.262	0.190	0.412

2.2 干预后两组病人各项血糖指标值比较

干预后两组病人各项血糖指标值比较见表 2。从表 2 可见,干预后两组病人空腹血糖、餐后 2 h 血糖、HbA1c 值比较,差异均有统计学意义( $P < 0.05$ )。

表 2 干预后两组病人各项血糖指标值比较  
(mmol/L,  $\bar{x} \pm s$ )

组别	n	空腹血糖	餐后 2 h 血糖	HbA1c (%)
实验组	42	6.7 ± 2.6	8.2 ± 1.1	6.9 ± 0.6
对照组	42	8.6 ± 3.2	9.9 ± 3.1	7.7 ± 0.9
t		-2.971	-3.042	-2.293
P		0.002	0.002	0.011

2.3 干预前两组病人 DSCS 评分比较

干预前两组病人 DSCS 评分比较见表 3。从表 3 可见,干预前两组病人 DSCS 评分比较,差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。

表 3 干预前两组病人 DSCS 评分比较 (分,  $\bar{x} \pm s$ )

项目	实验组(n = 42)	对照组(n = 42)	t	P
饮食控制	16.3 ± 3.8	16.7 ± 4.1	-0.457	0.150
规律运动	10.9 ± 1.0	10.8 ± 1.4	0.238	0.308
遵医嘱服药	11.8 ± 1.7	11.9 ± 1.7	-0.358	0.285
血糖监测	10.9 ± 3.9	10.7 ± 3.8	0.372	0.194
足部护理	13.3 ± 1.3	13.4 ± 1.8	-0.410	0.287
血糖异常处理	13.8 ± 2.9	13.7 ± 1.9	0.321	0.413

2.4 干预后两组病人 DSCS 评分比较

干预后两组病人 DSCS 评分比较见表 4。从表 4 可见,干预后除遵医嘱服药外,两组病人饮食控制、规律运动、血糖监测足部护理和血糖异常处理评分比较,差异均有统计学意义( $P < 0.05$ )。

3 讨论

3.1 看图对话教育模式在 2 型糖尿病病人健康教育中的应用效果分析

糖尿病作为一种慢性终身性疾病,其治疗不能

表 4 干预后两组病人 DSCS 评分比较 (分,  $\bar{x} \pm s$ )

项目	实验组(n = 42)	对照组(n = 42)	t	P
饮食控制	22.6 ± 1.8	19.0 ± 2.2	4.452	0.006
规律运动	15.9 ± 2.3	11.9 ± 2.4	3.987	0.007
遵医嘱服药	13.8 ± 1.5	13.5 ± 1.7	0.552	0.230
血糖监测	15.8 ± 1.9	11.9 ± 2.1	3.467	0.007
足部护理	17.9 ± 1.1	14.6 ± 1.1	3.239	0.008
血糖异常处理	18.1 ± 1.8	14.7 ± 1.9	4.132	0.006

仅依靠医护人员,同时需要病人学会自我管理技能。通过健康教育,让病人了解糖尿病的基本知识,掌握饮食疗法,运动的方法,从而有效控制血糖水平,预防并发症的发生。目前,传统健康教育方式为说教式的传授知识,形式固定单一,糖尿病教育者的定位主要是指导和提供信息,以灌输理论知识为主,使病人缺乏对知识的理解,特别是文化程度低的病人更难掌握和理解相关的知识,因此病人掌握健康教育内容很少,对改变病人的不良生活习惯影响不大,病人即使知道饮食控制、运动治疗对糖尿病控制十分重要,也因多种原因,并没有付诸行动<sup>[8-9]</sup>。糖尿病看图对话教育模式充分发挥视觉和听觉两方面获取信息的优势,具有形象、直观、通俗等特点,利用图文并茂的方式表达糖尿病健康教育的内容,以小组讨论的形式让病人在充分的交流中了解疾病的发展、治疗、护理、预防保健知识等。在讨论中结合自己的实际情况,同时借鉴他人经验,使病人认识到自身存在的问题,更好地将健康教育落实到个人日常生活中,自觉进行良好的自我管理。这种方式符合以“病人为中心”的医疗护理模式,鼓励病人参与,病人处于健康教育的主导地位,从而更好地改变自己的行为,提高自己的自护行为,进而有效地控制血糖水平。本结果显示,干预后两组病人除饮食控制、规律运动、血糖监测、足部护理、血糖异常处理评分和血糖指标值比较,差异均有统计学意义( $P < 0.05$ )。结果说明,看图对话教育模式通过把抽象的文字数字图表变为通俗易懂的图画形式,对病人实施健康教育,提高糖尿病健康教育效果,提高病人自我护理行为的能力,从而提高血糖控制水平。本结果显示,看图对话教育对遵医嘱服药作用与传统健康教育相似,两组比较,差异无统计学



意义( $P > 0.05$ ),原因可能与目前糖尿病健康教育知识的普及,病人已意识到遵医嘱服药对疾病治疗的意义。

### 3.2 实施看图对话教育模式对教育者的要求

健康教育干预旨在提供给人们改变行为和生活方式所必需的知识、技术与服务等。互动式教育通常面临较混乱的场面,这与参与者的受教育程度、病情、心理及对疾病的态度等差异有关。糖尿病教育被誉为“治疗教育”<sup>[10]</sup>。糖尿病教育者的作用不是单纯的传授知识,更重要的是组织和引导小组就某一健康问题进行活跃的交流 and 讨论。在实施过程中,教育者应将病人关注的不同问题归纳、引导其应该关注的主题上,对无关的内容及时打断,及时反馈参与者的发言,发现错误及时纠正。由此可见,教育者的水平直接影响到教育效果,教育者除了需要丰富的专业知识,还需要良好的沟通能力,善于运用身体语言增进护患关系,如通过眼神、接触和动作等与病人沟通。因此,教育者除了多参加各种知识和技能的学习外,还需要加强人文修养的学习,同时提高人际沟通的能力。

## 4 结论

综上所述,看图对话教育模式弥补了传统健康教育方法存在的缺陷,能充分调动病人的主观能动性,激发病人学习知识的热情,有利于病人认识到糖尿病的危害,主动实施健康行为,提高病人自我护理

行为的能力,从而提高血糖控制水平,预防和延缓各种并发症的发生和发展,值得临床推广应用。

### 参考文献:

- [1] 井霞,唐四元.健康教育方式的分析及我国健康教育现状与展望[J]. 现代护理,2006,12(16):1501-1502.
- [2] 范丽凤.我国糖尿病教育的现状及存在的问题[J]. 实用护理杂志,2002,18(5):55-56.
- [3] 黄金,杨玲凤,张孟喜,等.综合医院开展糖尿病看图对话教育的现状调查[J]. 护理学杂志,2011,26(19):25-27.
- [4] 罗灿明,戴霞.看图对话教育模式对壮族2型糖尿病患者自我管理的影响[J]. 护士进修杂志,2013,28(4):635-637.
- [5] 再英,钟南山.内科学[M].7版.北京:人民卫生出版社,2010:778-780.
- [6] Onozato Y, Ishihara H, Iizuka H, et al. Endoscopic, submucosal, dissection for early gastric cancers and large flat adenomas[J]. Endoscopy, 2006,38(10):980-986.
- [7] 王毛莉,邵继华.大庆社区2型糖尿病患者自护行为能力的社区护理干预研究[J]. 护理管理杂志,2009,9(2):23-25.
- [8] 李兵晖,张超,朱文娣.“看图对话”互动式教育在2型糖尿病患者血糖控制中的应用[J]. 中华护理杂志,2011,16(1):48-50.
- [9] 邹月香,邓爱辉,黄竹琰.2型糖尿病患者自我管理行为的质性研究[J]. 现代临床护理,2012,11(9):9-11.
- [10] 陈敏,邓琼,袁蓉,等.看图对话教育工具对提高治疗依从性研究[J]. 实用糖尿病杂志,2011,6(4):27-28.

[本文编辑:郑志惠]

~~~~~

欢迎订阅《现代临床护理》杂志!