

· 腹部疾病 ·

保护动机理论下健康教育对2型糖尿病患者自我护理能力及并发症的应用

1. 河南省郑州市中心医院护理部 (河南 郑州 450000)

2. 河南省郑州市中心医院儿科 (河南 郑州 450000)

孟青¹ 魏明²

【摘要】 目的 探讨保护动机理论下健康教育对2型糖尿病患者自我护理能力及并发症的应用。方法 将我院2015年3月至2016年3月于我院诊治的60例2型糖尿病患者，依据教育方式不同，随机分为对照组和观察组，对照组给予常规健康，观察组在对照组基础上给予保护动机理论下健康教育，观察干预后3个月，对患者自我护理能力及并发症的影响。**结果** 健康教育干预后3个月，观察组日常生活管理、疾病医学管理、情绪管理、自我管理行为总分和自我效能管理评分均显著高于对照组，差异具有统计学意义($P<0.05$)；观察组干预3个月后，眼底病变、糖尿病肾病、神经系统病变、脑梗死、其他并发症以及并发症总发生率均显著低于对照组，两组并发症总发生率存在极显著差异($P<0.01$)。**结论** 保护动机理论下健康教育可显著提高2型糖尿病患者自我护理能力，减少2型糖尿病并发症的发生。

【关键词】 保护动机理论；2型糖尿病患者；并发症；自我护理能力

【中图分类号】 R587.1

【文献标识码】 A

DOI: 10.3969/j.issn.1009-3257.2017.03.027

Application of Health Education Under the Protection Motivation Theory on Self-care Agency and Complications of Patients with Type 2 Diabetes

MENG Qing, Wei Ming. Department of nursing, Central Hospital of Zhengzhou, Zhengzhou 450000, Henan Province, China

[Abstract] **Objective** To study the application of health education under the protection motivation theory on self-care agency and complications of patients with type 2 diabetes. **Methods** From Mar. 2015 to Mar. 2016, a total of 60 patients with type 2 diabetes in our hospital were taken as the clinical research objects, and they were divided into control group and observation group according to their education types. Both groups were given routine healthy education, besides, the observation group accepted additional healthy education under the protection motivation theory. Three months after intervention, the self-care agency and complications in the two groups were observed and compared. **Results** Three months after intervention, the scores of daily life management, medical management of diseases, emotion management and self-management behavior, and self-efficacy management score in the observation group were all higher than those in the control group, and their differences were statistically significant ($P<0.05$), the complications (fundus lesions, diabetic nephropathy, neurologic disorder, cerebral infarction, etc.) and total complication rate in the observation group were all lower than those in the control group, and their differences were statistically significant ($P<0.01$). **Conclusion** Health education under the protection motivation theory can not only significantly improve the self-care agency of patients with type 2 diabetes, but also reduce the of complication incidence of type 2 diabetes.

[Key words] Protection Motivation Theory; Patients with Type 2 Diabetes; Complication; Self-care Agency

糖尿病、冠心病、肿瘤是当前影响人类健康的三大非传染性疾病，已经成为全球性的卫生问题，2型糖尿病是代谢型慢性疾病，由多病因引起，患者存在血糖偏高、血管受损等情况，对患者心、肾、神经、眼睛等均有影响^[1]。2型糖尿病并发症较多，患者日常生活方式对糖尿病预后有较大影响，故有效的健康教育可促使患者保持健康生活方式，有效控制血糖，

减少糖尿病并发症发生^[2]。保护运动机理下健康教育是在常规教育基础上，经医护人员总结的一套更加细化的教育方式，主要运用探索性因子分析，构建患者严重性、易感性等量化指标，从而给予对症健康教育，并采用内部奖励和外部奖励方式，观察患者反应效能、自我效能等，从而达到有效控制病情，改善生活方式的教育目的^[3]。本研究针对我院60例2型糖尿

病患者，对比保护动机理论下教育方式和常规教育方式的效果，发现保护动机理论下健康教育可有效改善患者自我保护能力，并减少糖尿病并发症发生概率，具体报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料 选取我院2015年3月至2016年3月期间收治的2型糖尿病患者60例，依据健康教育方式不同，随机分为观察组和对照组，每组患者30例。所有患者临床诊断结果均符合2型糖尿病诊断标准^[4]；均服用口服降血糖药物治疗；均自愿参与本次研究；排除因其他疾病所致的血糖异常者；合并严重心、肝、肾等重要器官类疾病者；合并精神类、血液类疾病者；有智力障碍或意识不清醒者；妊娠及哺乳期妇女。对照组年龄35~65岁，平均年龄(45.34±8.25)岁，2型糖尿病病程1~3年，平均病程(1.78±0.89)年，文化程度小学及以下者6例，中学学历者17例，大学及以上学历者7例；观察组年龄34~66岁，平均年龄(46.38±7.16)岁，2型糖尿病病程1~3年，平均病程(1.82±0.68)年，文化程度小学及以下者5例，中学学历者18例，大学及以上学历者7例。两组患者在年龄、病程、学历等资料比较无显著性差异($P>0.05$)。本研究经我院伦理委员会批准，所有患者均签署知情同意书。

1.2 教育干预方法 对照组给予才常规健康教育干预，具体为：①针对糖尿病患者的血糖高，血脂高的特点，制定出符合患者治疗需求的治疗方案，严格按比例均衡搭配饮食热量，饮食计划多考虑低脂，低盐，低糖，高维生素的食物；②给予患者健康的心理呵护，有效调节患者的血管和胰岛功能稳定，避免患者出现过激而影响病情；③为患者制定合理的运动计划。

观察组在常规教育的基础上，针对患者自我护理能力及个实际情况，实施基于保护动机理论下的健康教育方案：以PMT^[2]为指导，分析患者严重性(患者对2型糖尿病患者血糖波动危害性的认识)、易感性(患者对自身疾病易感因素认识)、内部回报(分析患者不能遵循医嘱的内部原因)、外部回报(分析患者不能遵循医嘱的外部原因)、反应效能(提高依从性所带来的好处)、自我效能(提升自我依从性的可能和信心)和反应代价(帮助患者分析和客服影响依从性的障碍和不便)；针对PMT要素，分别对患者进行保护动机下的

健康教育：①针对严重性要素，采用多样化、合理化授课方法，加强患者对2型糖尿病血糖波动的诱发因素、表现形式和危害等的认识；②针对易感性要素，加强对患者进行2型糖尿病流行病知识、糖尿病易发的高危人群，易感因素等的认识；③针对内部和外部回报因素，帮助患者分析其自身不遵循医嘱的内部因素和外部因素，弱化患者内部和外部收益，并向患者家属传授相关知识，加强对患者的监督和督促作用；④针对反应效能因素，对患者传授糖尿病类似病例成功经验，帮助患者树立治疗信心；⑤针对自我效能因素，医护人员用糖尿病成功病例经验，鼓励并肯定患者成绩，帮助患者调整心态；⑥针对反应代价因素，医护人员需鼓励和帮助患者减少影响治疗或改善生活方式依从性的障碍，弱化反应代价；⑦加强常规健康教育，帮助患者纠正运动方面的问题，并示范正确的方法，使患者能保持一个正确良好的运动习惯，定期跟踪监测患者的体重，心率等，根据实时情况制定相应的运动计划。所有患者健康教育干预时间均为6个月，干预期间对患者进行随访，随访频率为7d/次。

1.3 观察指标 ①观察两组患者健康教育干预3个月后自我管理行为和自我效能比较，其中自我管理行为依据自我管理行为量表^[5]评定，包括日常生活管理、疾病医学管理和情绪管理；自我效能采用一般自我效能量表^[5]评定；②对比两组健康教育干预3个月后，2型糖尿病并发症如眼底病变、糖尿病肾病、神经系统病变、脑梗死等并发症发生情况。

1.4 统计学处理 患者自我管理行为及自我效能评分以($\bar{x} \pm s$)表示，行t检验；计数资料用 χ^2 检验， $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结 果

2.1 两组干预3个月后自我管理行为和自我效能比较 健康教育干预后3个月，观察组日常生活管理、疾病医学管理、情绪管理、自我管理行为总分和自我效能管理评分均显著高于对照组，差异具有统计学意义($P<0.05$)。

2.2 两组干预3个月后并发症情况比较 观察组健康教育干预3个月后，眼底病变、糖尿病肾病、神经系统病变、脑梗死、其他并发症以及并发症总发生率均显著低于对照组，两组并发症总发生率存在极显著差异($P<0.01$)。

表1 两组干预3个月后自我管理行为和自我效能比较[n(%)]

组别	n	自我管理行为(分)			自我效能(分)	
		日常生活管理	疾病医学管理	情绪管理	总分	
观察组	30	28.35±3.57	38.34±6.24	13.51±2.14	78.26±5.94	25.36±2.15
对照组	30	24.16±4.24	30.35±4.23	11.20±2.01	68.24±6.24	21.26±1.94
t值		4.14	5.81	4.31	6.37	7.75
P值		<0.01	<0.01	<0.01	<0.01	<0.01

表2 两组干预3个月后并发症情况比较 [n(%)]

组别	n	眼底病变	糖尿病肾病	神经系统病变	脑梗死	其他并发症	并发症总发生率
观察组	30	5(16.67%)	4(13.33%)	1(3.33%)	1(3.33%)	1(3.33%)	12(40%)
对照组	30	9(30%)	7(23.33%)	4(13.33%)	3(10%)	2(6.67%)	25(83.33%)
t值		1.49	1.00	1.96	1.07	0.35	11.92
P值		>0.05	>0.05	>0.05	>0.05	>0.05	<0.01

3 讨 论

2型糖尿病多出现中高年人群中，目前药物治疗只能起到暂时控制作用，暂无十分理想的治愈类药物，此外，部分患者存在不遵循医嘱，不合理用药等情况，更是加大治疗的难度，故进行有效的健康教育，使患者意识到糖尿病病情的危害和治疗必要性，合理指导患者健康饮食，正确加强运动，遵循医嘱按时服药，对2型糖尿病的改善和并发症的预防尤为重要^[1-3]。

本研究针对我院60例2型糖尿病患者，采用保护动机理论下教育方式进行干预，发现可显著提高患者自我管理行为和自我效能，并有效预防2型糖尿病并发症的发生，疗效显著。保护动机理论下健康教育是以PMT为指导，通过分析患者严重性、易感性、内部回报、外部回报、反应效能、自我效能和反应代价七个方面因素，从而了解患者治疗依从性差的原因，并基于各患者情况，针对性进行宣传、教育、指导、示范等，加强患者遵循医嘱、合理饮食、健康运动等利于糖尿病控制和治疗的自我管理行为，从而达到有效治疗和预防并发症的目的^[6]。2型糖尿病可单独发作，也可合并多种并发症先后或同时发作，糖尿病并发症如眼底病变、糖尿病肾病、神经系统病变、脑梗死等发作可蔓延全身脏器，严重影响患者日常生活和疾病治疗，甚者可引起患者致残或死亡，危害极大^[5]。本研究中，通过对患者进行保护动机理论下健康教育干预，发现可显著控制2型糖尿病并发症发生率，说明保护动机理论下健康教育可使患者充分意识到糖尿病及其并发症的危害，促进其健康生活行为，

从而达到有效控制血糖，降低并发症发生概率的目的。保护动机理论的健康教育核心在于更加细化对患者的教育，总结为：分析患者个体情况，制定患者合理饮食、运动计划，跟踪患者个体情况做出调整，加强患者心理疏导，优化患者外部环境等，与徐蓓蓓^[5]，颜萍平等^[6]研究结果一致。

综上所述，保护动机理论下健康教育可显著提高2型糖尿病患者自我护理能力，减少2型糖尿病并发症的发生。

参考文献

- [1] 张学慧,张宁.基于保护动机理论的护理干预对2型糖尿病病人用药依从性及生活质量的影响[J].护理研究,2015,29(36):4497-4500.
- [2] 周娜,侯爱和,刘丽,等.保护动机理论在糖尿病高危足患者护理干预中的应用[J].解放军护理杂志,2014,31(4):6-10.
- [3] 韦琼,张志凯,张衍宁,等.保护动机理论对糖尿病高危足患者足部护理的影响[J].现代临床护理,2015,14(9):16-20.
- [4] 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].中华糖尿病杂志,2014,30(8):26-89.
- [5] 徐蓓蓓.健康教育在预防2型糖尿病患者并发症中的应用[J].中华现代护理杂志,2014,20(7):797-799.
- [6] 颜萍平,汤观秀,高飞,等.基于跨理论模型的动机性访谈对老年2型糖尿病患者血糖及自我管理行为的影响[J].中国全科医学,2016,19(15):1763-1767.