

【护 理】

糖尿病患者血糖监测依从性影响因素调查与护理干预

张莉雯

黄河科技学院

摘 要：糖尿病患者的血糖监测依从性对疾病的控制起着至关重要的作用。良好的依从性能够帮助患者稳定血糖，减少并发症的发生。然而，许多患者在实际生活中未能坚持规范的血糖监测，造成病情波动。影响血糖监测依从性的因素复杂，包括患者对血糖监测的认知、心理状态、经济状况和医疗支持等。为了提高患者的依从性，护理干预作为一种有效的方式，逐渐受到关注。通过优化教育策略、加强患者与护理人员的互动、提供个性化的健康管理方案，可以显著提升患者的血糖监测依从性，从而达到更好的血糖控制效果。

关键词：糖尿病；血糖监测；依从性；护理干预；健康管理

引言

糖尿病是一种全球范围内高发的慢性病，其治疗效果与患者的血糖监测依从性密切相关。尽管血糖监测被认为是糖尿病管理的核心之一，但许多患者在实际操作中未能按医嘱进行定期监测。监测的依从性低不仅影响患者的血糖控制，还可能加速并发症的发生，增加患者的生活负担和医疗费用。研究表明，影响患者血糖监测依从性的因素包括患者的健康知识水平、情绪状况、经济负担及医疗资源的可及性等。通过有效的护理干预，不仅能够帮助患者克服监测依从性差的问题，还能改善其整体生活质量。针对糖尿病患者的血糖监测依从性问题，护理干预成为了临床管理中的关键环节。

1 糖尿病患者血糖监测依从性现状分析

1.1 血糖监测依从性差的原因

糖尿病患者在进行血糖监测时常存在依从性差的问题，这一现象的产生受到多方面因素的影响。患者对血糖监测的认知不足是导致依从性差的主要原因之一。许多患者对血糖监测的必要性和意义认识不够，认为自己并不需要每天频繁检查血糖，甚至认为血糖监测操作复杂，造成不必要的困扰。生活中不规律的作息和饮食习惯使得患者往往忽视血糖监测的时间节点，导致监测不定期。经济因素也是影响血糖监测依从性的重要因素，尤其是在一些低收入群体中，长期的监测所需的耗材和设备成本成为患者实施血糖监测的障碍。部分患者对高血糖或低血糖的症状缺乏敏感度，未能及时反映病情的变化，也加剧了血糖监测的依从性问题。

1.2 不同群体依从性差异

糖尿病患者在不同群体中的血糖监测依从性存在

明显差异。年龄是一个显著因素，老年患者因体力衰退、视力下降等生理因素，可能在操作血糖仪时遇到困难，导致监测不规律。年轻患者虽然身体健康，但由于生活压力、工作忙碌等原因，往往忽视血糖监测的重要性。文化背景和健康教育水平也影响患者的监测依从性。在某些地区，尤其是农村地区，由于健康知识普及不足，患者对血糖监测的态度较为消极，依从性较低。相比之下，城市地区的患者往往能够接受更多的健康教育，对血糖监测的认识较为全面，依从性相对较好。

1.3 依从性低对疾病控制的影响

血糖监测依从性低会直接影响糖尿病的控制效果。未能定期监测血糖，患者无法及时了解自己血糖的波动情况，从而导致治疗方案无法及时调整，容易造成血糖波动和长期高血糖状态的发生。长期的血糖控制不良，不仅增加了糖尿病并发症的风险，如视网膜病变、肾病、心血管疾病等，还可能缩短患者的预期寿命。良好的血糖监测能有效地提高患者对疾病的掌控感，从而更好地进行自我管理。反之，依从性差的患者则面临着高风险的疾病发展过程，生活质量明显下降，给患者及其家庭带来沉重的经济负担和心理压力。

2 影响血糖监测依从性的主要因素研究

2.1 患者对血糖监测的认知和态度

患者对血糖监测的认知和态度直接影响血糖监测的依从性。许多患者缺乏对糖尿病的充分了解，不知道定期检测血糖对控制疾病的重要性。部分患者认为，监测血糖只是医生的要求，并未意识到其对自身健康的长远利益。许多患者在血糖水平稳定时，便容易放

松对监测的要求,不再定期进行血糖测试。除此之外,患者对血糖监测的态度也是关键,负面情绪和不信任可能导致患者抗拒血糖监测。一些患者可能因频繁的监测而感到烦躁,认为这对自己生活的质量产生了干扰,甚至出现心理抗拒情绪。只有增强患者对血糖监测价值的认知,改变其对血糖监测的负面态度,才能有效提升依从性。

2.2 社会经济因素的影响

社会经济状况对糖尿病患者的血糖监测依从性也起到重要作用。对于低收入群体而言,高昂的检测费用和药品支出常常成为其进行血糖监测的重要障碍。在这些群体中,尽管血糖监测对糖尿病的管理至关重要,但高频次的血糖仪耗材和相关设备的购买费用可能使患者在经济上承受巨大压力,从而影响依从性。部分患者因经济困境无法获得高质量的医疗服务或健康教育,这也限制了其正确使用血糖监测工具的能力。社会保障政策的完善和医疗资源的合理分配对提高这些患者的依从性具有积极意义。

2.3 心理因素对血糖监测的影响

患者的心理因素是影响血糖监测依从性的重要因素之一。糖尿病患者常常面临长期与疾病作斗争的压力,焦虑和抑郁等心理问题普遍存在。研究发现,糖尿病患者中的抑郁情绪与血糖监测依从性存在显著相关性。情绪低落的患者对治疗的积极性降低,血糖监测也成为一项令人厌烦的任务,最终导致监测依从性差。进一步的研究显示,积极的心理状态可以有效促进糖尿病患者的自我管理行为,包括血糖监测、合理饮食和运动等。心理健康干预也是提高患者血糖监测依从性的一个不可忽视的方面。

4 护理干预在提高血糖监测依从性中的作用

4.1 教育干预的实施方式与效果

教育干预是提高糖尿病患者血糖监测依从性的有效途径之一。通过健康教育,患者可以全面了解糖尿病的相关知识、血糖监测的重要性以及不监测血糖可能带来的后果。健康教育不仅帮助患者提高对血糖监测的认识,还能激发其进行自我管理的动力。常见的教育方式包括面对面的讲解、印发教育手册、利用社交媒体平台进行在线指导等。研究表明,定期的教育干预可以显著提高患者对血糖监测的依从性,尤其是在对高危群体的干预中,效果更加明显。

4.2 个性化护理方案对依从性的促进作用

个性化护理方案的核心在于根据每位糖尿病患者的具体情况量身定制血糖监测的实施计划。这意味着,护理干预不仅仅是统一的治疗措施,而是要结合患者

的健康状况、生活方式、文化背景及个人需求来调整方案。对于老年患者,由于他们通常面临视力、行动等生理上的限制,护理人员可以通过简化操作步骤、使用放大镜或语音提示等辅助工具,帮助他们轻松完成血糖监测。对于经济困难的患者,护理人员可以推荐使用成本更低的血糖监测设备,或指导他们通过社区支持项目获得设备和帮助。护理人员还应关注患者的情绪和心理需求,提供适当的鼓励与支持,增强患者对治疗方案的信任与接受度。这样量身定制的护理干预能有效提升患者的依从性,帮助其更好地管理血糖,改善整体健康水平。

4.3 加强患者与护理人员互动的效果

护理人员与患者之间的互动对提高血糖监测依从性有重要影响。通过定期的回访和随访,护理人员能够及时了解患者的血糖监测情况,解决其在监测过程中遇到的困难,提供相应的指导和支持。护理人员通过与患者建立信任关系,使患者感受到来自护理团队的关注和支持,增强其自我管理的信心和动力。研究表明,良好的患者与护理人员互动能有效提高患者的监测依从性,并在长期管理中帮助患者保持稳定的血糖水平。

5 糖尿病血糖监测依从性提升的综合策略

5.1 多学科协作与综合管理

为了有效提高糖尿病患者的血糖监测依从性,采取多学科协作的管理模式至关重要。糖尿病是一种涉及多个领域的慢性疾病,仅依靠单一领域的治疗无法满足患者的全面需求。内科医生负责根据患者的血糖监测数据调整治疗方案,确保药物的适时调整;营养师为患者提供量身定制的饮食建议,以帮助患者控制血糖;心理学家则通过疏导和治疗,减轻患者在与疾病抗争过程中的焦虑和压力,提升其积极治疗的信心;护理人员则负责血糖监测、患者教育和日常护理的实施,确保患者能够按照建议正确监测血糖并及时反馈结果。通过多学科的联合合作,能够全面满足患者的治疗需求,从而大大提高血糖监测的依从性。

5.2 自我管理与护理干预相结合

自我管理对糖尿病患者的治疗至关重要,与护理干预相结合可显著提升患者的依从性。自我管理不仅仅指患者按时服药和监测血糖,更重要的是患者能够主动参与自己的疾病管理,充分理解如何通过合理饮食、规律运动和控制情绪来维持血糖稳定。护理人员通过个性化的健康教育和技能培训,帮助患者掌握血糖监测的正确方法,以及如何根据不同的血糖水平调整饮食和药物使用。通过定期的随访和评估,护理人

员还可以为患者提供针对性的干预,帮助其在日常生活中遵循糖尿病管理规范。自我管理 with 护理干预相结合,有助于增强患者的控制感,减少因血糖波动导致的健康问题,并促进其长期依从性。

5.3 社会支持系统的建设与作用

社会支持系统在糖尿病患者血糖监测依从性中扮演着重要角色,研究表明,家庭支持、社会环境和社区资源对患者的治疗依从性有直接影响。家庭成员的支持尤其重要,能够在患者遇到困难时提供情感支持和实际帮助,特别是对于那些患有糖尿病并发症的患者,家庭成员的关爱可以增强患者的治疗信心和决心。社区层面的支持也不容忽视,社区可以通过举办健康讲座、提供低成本的血糖检测设备和建立患者互助小组,帮助患者在更友好的环境中获得管理糖尿病的相关资源。政府在完善社会保障和健康保险政策方面的努力,有助于减轻患者的经济压力,使其能够持续进行血糖监测,从而提高依从性。

6 提高血糖监测依从性后的临床效果评价

6.1 血糖稳定性及并发症减少情况

提高血糖监测依从性能够显著改善患者的血糖稳定性。定期的血糖监测帮助患者及时发现血糖波动,便于根据实际情况调整治疗方案,从而有效避免高血糖和低血糖的极端情况。研究显示,依从性较高的糖尿病患者,血糖波动较小,糖化血红蛋白(HbA1c)水平能够得到有效控制。糖化血红蛋白是反映血糖控制状况的重要指标,通过长期稳定的血糖控制,糖尿病的并发症发生率大幅降低。患者在血糖稳定的情况下,眼部、肾脏和心血管等重要器官受到的损害得到有效减少。并发症的减少不仅延长了患者的生命,还显著改善了生活质量。血糖控制的稳定性和并发症的减少共同促进了糖尿病患者健康状况的提升,使其能够享有更健康、更独立的生活。

6.2 患者生活质量的改善

血糖监测依从性提高的患者往往能够享受到更好的生活质量。血糖的稳定控制使得患者不再频繁经历由高血糖或低血糖引起的身体不适,从而恢复精力和体力。血糖稳定后,患者的身体状况改善,食欲、睡眠和精神状态得到明显提升。血糖监测依从性增强后,患者对疾病的掌控感增强,更加主动参与到自我管理中。更好的控制帮助患者减轻了由于血糖波动引发的焦虑和压力,心理状态得到了有效改善。随着对病情

的掌握,患者的自我管理能力逐步增强,形成了更为积极的健康观念,逐渐恢复了正常的社会和家庭生活。随着糖尿病症状的缓解,患者的整体生活质量得到了全面的提升。

6.3 经济负担及医疗成本的变化

长期依从性差的糖尿病患者往往面临着由于疾病未得到有效控制而导致的频繁住院和急诊就诊,这不仅使患者的身体健康受到威胁,还增加了家庭和社会的医疗成本。提高血糖监测依从性有助于患者更好地管理疾病,避免病情加重和并发症的发生,从而减少急性并发症和住院治疗的需求。血糖稳定控制能够使患者减少对急诊和住院治疗的依赖,降低了长期治疗的费用。患者的自我管理能力增强后,能够主动调节饮食、药物和运动,从而减少对医院的依赖。随着治疗的优化和依从性的提高,患者的经济负担也随之减轻,这不仅减轻了个人和家庭的经济压力,同时也为国家节省了大量的医疗资源和开支。

7 结语

提高糖尿病患者血糖监测依从性是确保疾病良好管理的关键。通过多学科协作、个性化护理干预以及社会支持系统的建设,可以有效解决患者在血糖监测中的依从性问题。这不仅有助于改善患者的血糖控制,减少并发症的发生,还能显著提升患者的生活质量和自我管理能力。强化社会支持和政策保障也是提升依从性的重要环节。通过各方共同努力,可以帮助糖尿病患者实现更好的健康管理,降低医疗成本,减轻患者及其家庭的经济负担,从而为糖尿病的长期控制奠定坚实基础。

参考文献:

- [1] 仁欠卓玛. 糖尿病健康教育: 保护糖尿病患者的明天 [J]. 健康必读, 2025, (18): 129.
- [2] 郭雯. 中青年糖尿病患者疾病感知、内在力量及治疗依从性的关系研究 [D]. 赣南医科大学, 2025.
- [3] 王楠, 李媛媛, 聂婷婷, 等. 老年2型糖尿病患者采用动态血糖监测联合个性化干预的效果及对血糖指标的影响 [J]. 河北医药, 2025, 47(05): 786-789.
- [4] 朱敏, 张敏, 邓培培. 无缝隙管理式健康教育对初诊2型糖尿病患者血糖控制的影响 [J]. 糖尿病新世界, 2025, 28(09): 127-130.
- [5] 柳瑜, 赵聪欣, 刘亚红. 动态血糖监测系统助力妊娠期糖尿病精准管理 [J]. 百科知识, 2025, (06): 43-45.