

基于“互联网 +”的 2 型糖尿病患者健康管理研究现状

左利君, 王可, 王继红

(北华大学护理学院, 吉林 吉林, 132013)

摘要:在互联网时代,护士在“互联网+”健康或“互联网+”护理领域中的作用十分重要,应该成为“互联网+”健康的设计者和主导者。本文就“互联网+”在糖尿病患者血糖监测、饮食运动等生活方式干预、遵医行为和胰岛素等药物使用中应用作一综述,并浅析影响“互联网+”使用的因素。

关键词:互联网+; 2 型糖尿病; 健康管理; 血糖; 生活方式; 胰岛素

中图分类号: R 587.1 **文献标志码:** A **文章编号:** 2096-0867(2018)03-0163-03

Review on studies of health management based on "Internet Plus" in patients with type 2 diabetes mellitus

ZUO Lijun, WANG Ke, WANG Jihong

(Beihua University School of Nursing, Jilin, Jilin, 132013)

ABSTRACT: In the era of internet, nurses play an important role in the field of nursing and healthcare based on "Internet Plus", and they should become the leader and designer of healthcare based on "Internet Plus". This paper reviewed studies of health management including blood glucose monitoring, diabetic diet, exercise, medical compliance behavior, insulin administration and other interventions, based on "Internet Plus". The potential influence factors of "Internet Plus" on application of such health management measures were also analyzed.

KEY WORDS: Internet Plus; type 2 diabetes mellitus; health management; blood glucose; lifestyle; insulin

近年来我国糖尿病患病率逐年增长,在中国成年人群中,糖尿病的总患病率约为 11.60%^[1]。高自我效能感和自我管理行为,有利于 2 型糖尿病患者的血糖控制,是血糖控制的保护性因素^[2]。性别、间接支持水平、年龄和体质指数(BMI)是自我管理行为的重要影响因素^[3]。随着互联网、智能移动通讯设备的迅猛发展,充分展示了沟通的方便、快捷、高效,不受时间和地点限制的特点,互联网辅助糖尿病患者管理应运而生,为医患沟通提供了一个崭新的平台^[4]。首都医科大学护理学院院长吴瑛指出,目前在护理领域引入“互联网+”有着极佳的机遇,一方面是有国家政策的导向,另一方面是社会需求的导向,护士在重塑的医疗健康服务模式中将起到关键的作用^[5]。Pereira 等^[6]研究发现,与常规护理相比,通过互联网提供的血糖控制和糖尿病知识的改善

措施是有效的。Veronika 等^[7]基于互联网的研究表明,与没有糖尿病仪表盘干预的患者相比仪表盘干预的相关结果在血糖控制不佳的糖尿病患者中有明显改善。随着智能手机的普及,利用微信平台实施针对性、可行性、实用性的护理干预,将护理服务延伸至家庭,能有效改善糖尿病患者的自我管理行为,促进血糖和糖化血红蛋白等生化指标达标^[8]。

1 糖尿病患者的健康管理

健康管理是对个人或人群的健康危险因素进行干预的全过程,是一个连续的、动态的个体健康信息采集、健康风险评估和健康干预^[9]。2007 年,美国糖尿病教育者协会(AADE)制定了 7 项糖尿病患者自我管理的行为标准,即 AADE7TM 自我管理行为,包括:健康饮食、规律运动、自我监

测、遵医嘱用药、问题的解决、健康应对及减少危险因素^[10]。在欧洲的一些国家也开始成立了健康管理组织,促进本国居民健康^[11]。Toobert等^[12]通过修订糖尿病自我管理行为量表(SD-SCA),认定了问卷的可靠性和有效性,可用于糖尿病患者的自我管理的研究和实践。华丽等^[13]通过研究认为中文版《糖尿病自我管理行为量表》具有较好的信效度,认为中文版《糖尿病自我管理行为量表》可以成为糖尿病自我管理行为相关研究的有效工具。Alotaibi等^[14]研究显示,智能手机的糖尿病管理系统(SAED)可以成为一个国家改善糖尿病患者生活质量的有效和低成本解决方案。

2 “互联网+”护理的健康管理

2.1 血糖监测

维持血糖稳定,控制血糖浓度对糖尿病患者极为重要,采用互联网随访的糖尿病患者血糖控制水平较好^[15]。白玲等^[16]利用微信平台,糖尿病患者之间通过微信平台进行交流,使患者能够有地方倾诉、交流,增进身心健康,保持乐观心态,让更多的糖尿病患者建立自我健康管理,从而提高生活质量,减少并延缓并发症的发生,有利于血糖的控制。将这些具有相同疾病经历的人组织在一起,建立微信群,进行同伴支持教育,以分享抗病经验、交流心得、促进健康行为形成,结果显示微信群似的支持教育能更好的提高糖尿病病人自我管理,控制血糖^[17]。周丽文等^[18]通过2年的互联网随访护理研究,在册管理的随访2型糖尿病患者不仅能提高医嘱遵从率,还能有效控制血糖水平,并推荐互联网随访护理可在临床推广应用。更多还原。

2.2 生活方式干预

生活方式干预是糖尿病综合治疗中不可缺少的组成部分,探索合理有效的生活方式干预模式,通过调整饮食、运动和生活方式教育使2型糖尿病患者获得较大程度的缓解,是糖尿病防控研究的重要内容^[19]。王慧丽等^[20]通过研究发现依托专科微信平台开展健康教育可有效提高院外2型糖尿病患者的疾病相关知识及自我管理,提高生活质量。

2.3 遵医行为

基于“互联网+”随访护理不受时间和空间的限制,可提高糖尿病患者出院后的遵医行为,改

善血糖控制水平。相关研究^[21]通过建立手机微信交流平台进行随访及健康指导,评估2组患者出院6个月后治疗依从性、护理满意度及服务投诉情况,结果显示,观察组出院患者治疗依从性、护理满意度、生活质量评分明显高于对照组。

2.4 胰岛素的使用

胰岛素注射对大多数糖尿病患者而言是较难掌握的专业医疗技术,需要具有相关专业背景背景的医务人员进行指导。医务人员对糖尿病患者进行胰岛素针或胰岛素泵注射操作指导,以及对生活方式的干预是糖尿病患者控制血糖的有效方式^[22]。应用胰岛素泵是目前控制糖尿病患者血糖水平的较好方法,有研究^[23]指出通过电话结合各种即时通讯软件(如微信)对患者进行心理指导、输注部位皮肤护理、泵管路的检查及管理健康教育可使院外使用胰岛素泵治疗的患者保持较高的泵使用知识、技能水平及良好的血糖控制,减少泵相关不良事件的发生。多平台健康教育有利于提高糖尿病患者的治疗依从性和院外胰岛素治疗的效果,还能延缓或减少各种并发症的发生。

3 影响使用“互联网+”的因素

3.1 就医习惯

智能手机、平板电脑应用广泛,我国很多三甲医院已开通微信挂号、问诊、科普文章推送,慢病用户不仅可以实现自我管理还可以通过信息推送获得可靠的知识。以医院为主体的管理模式已经不能满足患者的需求,医院、家庭、社区多方的卫生信息共享是当今时代发展的主流和必然趋势^[24]。互联网医疗是我国卫生部积极引导和支持的新型医疗发展模式,对解决患者看病难等问题效果显著,从健康管理、医患沟通、健康知识指导和病友之家等多方面引导患者积极参与治疗,显著降低糖尿病患者的血糖和改善其心理健康水平。

3.2 年龄因素

高龄是2型糖尿病患者血糖控制的危险因素。利用“互联网+”等网络形式开展糖尿病健康教育对糖尿病的治疗至关重要,如微信软件具有安装、操作方便,流量费用小且交流不受时空限制等优点,可将糖尿病健康教育采用图文并茂,或视频语音等易于接受的形式发给年长者学习。但对于一些年龄较大、文化水平较低,尤其是农村的糖尿病患者,在使用微信开展相关糖尿病教育上存在很大的局限性。

3.3 受教育程度

2型糖尿病患者随着受教育程度的提高,其对疾病的认知、发病机制、危害和各种治疗药物等了解更深入和具体,在血糖控制过程中能更好地接受医师建议,从根本上提升了健康意识和疾病处理能力。同时受教育程度较高的2型糖尿病患者经济条件一般较好,多数患者享有医保等,也使患者有条件接受更规范的血糖控制诊疗程序。

4 小结

糖尿病患者的生活方式、治疗依从性和并发症预防等均需要医护人员在患者住院期间及出院后提供随访照护。基于“互联网+”护理的自我健康管理为患者提供了新的技术、新的方法和新的手段,让护理在生活监测、疾病监测和个性化管理中更好地发挥作用。

参考文献

- [1] XU Y, WANG L, HE J, et al. Prevalence and control of diabetes in Chinese adults[J]. JAMA, 2013, 310(9): 948-959.
- [2] 杜宏宇. 自我效能感、自我管理能力及应激相关因素对2型糖尿病患者血糖影响的研究[D]. 苏州: 苏州大学, 2016.
- [3] 张旭熙, 吴士艳, 王冯彬, 等. 社区糖尿病患者获得社会支持与自我管理行为的相关关系[J]. 北京大学学报(医学版), 2017, 49(3): 455-461.
- [4] 冯小芬, 韦玉和, 邵雪景, 等. 微信群管理糖尿病患者的短期观察[J]. 中国糖尿病杂志, 2017, 25(2): 149-153.
- [5] 陈桂英. 当护理邂逅“互联网+”会擦出怎样的火花-访首都医科大学护理学院院长吴瑛[J]. 中国护理管理, 2016, 16(3): 289-291.
- [6] PEREIRA K, PHILLIPS B, JOHNSON C, et al. Internet delivered diabetes self-management education: a review[J]. Diabetes Technol Ther, 2015, 17(1): 55-63.
- [7] WELCH G, ZAGARINS S E, SANTIAGO-KELLY P, et al. An internet-based diabetes management platform improves team care and outcomes in an urban Latino population[J]. Diabetes Care, 2015, 38(4): 561-567.
- [8] 康烁, 王绵, 高俊香, 等. 基于微信平台的延续护理对2型糖尿病患者应对方式及自我管理行为的影响[J]. 解放军护理杂志, 2017, 34(4): 16-20.
- [9] 郝璐, 陈黎明, 李书章. 健康管理现状与发展思考[J]. 解放军医院管理杂志, 2014, 21(2): 158-160.
- [10] 鲜雪梅, 楼青青, 朱君亚. 糖尿病患者健康行为的研究现状[J]. 中华护理杂志, 2011, 46(7): 722-724.
- [11] 柳相珍. 基于慢性病的社区健康管理研究[D]. 济南: 山东大学, 2015.
- [12] TOOBERT D J, HAMPSON S E, GLASGOW R E. The summary of diabetes self-care activities measure: results from 7 studies and a revised scale[J]. Diabetes Care, 2000, 23(7): 943-950.
- [13] 华丽, 朱伟萍. 中文版《糖尿病自我管理行为量表》的信效度验证[J]. 解放军护理杂志, 2014, 31(16): 5-8.
- [14] ALOTAIBI M M, ISTEPANIAN R, PHILIP N. A mobile diabetes management and educational system for type-2 diabetics in Saudi Arabia (SAED) [J]. Mhealth, 2016, 2: 33.
- [15] 吴海莉, 韩云, 朱海棠. 互联网随访护理对2型糖尿病患者遵医行为及血糖控制的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2016, 22(5): 120-121.
- [16] 白玲, 张艳玲, 王敏. 应用微信平台开展健康教育对糖尿病患者进行健康干预[J]. 世界最新医学信息文摘, 2015, 15(99): 222-223.
- [17] 司涟, 段鹏, 刘佳. 微信群形式的同伴支持教育对糖尿病病人血糖及自我管理能力的的影响[J]. 护理研究, 2016, 30(27): 3382-3384.
- [18] 周丽文, 黄子牛, 关慧娟, 等. 探究互联网随访护理对2型糖尿病患者遵医行为和血糖控制的影响[J]. 中国现代药物应用, 2017, 11(2): 149-151.
- [19] 李琳, 徐瑜. 生活方式干预对2型糖尿病患者血糖控制的影响[J]. 上海交通大学学报(医学版), 2017, 37(6): 870-875.
- [20] 王惠丽, 靳晓萍, 马悦. 依托专科微信平台开展健康教育对提高院外2型糖尿病患者认知及自我管理能力的效果评价[J]. 世界最新医学信息文摘, 2017, 17(28): 196-198.
- [21] 吴纯真, 王爱民. 微信多媒体平台在社区2型糖尿病患者健康教育中的应用[J]. 护理实践与研究, 2016, 13(11): 12-14.
- [22] 刘雅静, 肖峰, 于爱华. 社区护士主导的健康管理模式对胰岛素治疗的糖尿病患者的效果探讨[J]. 上海医药, 2017, 38(10): 44-45.
- [23] 张炎, 金小龙, 王信喆, 等. 电话结合微信健康教育在出院糖尿病胰岛素泵治疗患者中的应用[J]. 中国健康教育, 2016, 32(3): 249-252.
- [24] 朱琴, 颜巧元. 互联网用于老年患者延续护理的研究进展[J]. 中华护理杂志, 2016, 51(10): 1221-1225.

(本文编辑:张燕)