

护理干预对糖尿病肾病患者的影响

周秀华, 孟迎春, 翟春香

(江苏省如东县中医院 血液净化中心, 江苏 如东, 226400)

摘要: **目的** 探讨糖尿病肾病(DN)的护理方法,以降低 DN 患者的并发症发生率和病死率,提高 DN 患者的生活质量。**方法** 将 18 例 DN 患者随机分成 2 组,每组各透析 500 次。观察组 9 例患者实施护理干预,对照组 9 例患者实施常规护理。**结果** 观察组 9 例患者血糖和血压控制相对稳定,未发生严重并发症。对照组并发症发生率明显高于观察组。**结论** 科学、有计划的护理干预对 DN 患者及其重要,能够减缓疾病进展的速度,从而达到减轻并发症影响、改善预后、延长患者生命的目的。

关键词: 糖尿病肾病; 护理; 终末期肾衰竭; 并发症

中图分类号: R 473.5 **文献标志码:** A **文章编号:** 1672-2353(2013)04-050-03 **DOI:** 10.7619/jcmp.201304019

Influence of nursing intervention on patients with diabetic nephropathy

ZHOU Xiuhua, MENG Yingchun, ZHAI Chunxiang

(Center of Blood Purification, Rudong County Hospital of Traditional Chinese Medicine, Rudong, Jiangsu, 226400)

ABSTRACT: Objective To explore the nursing method for patients with diabetic nephropathy (DN) in order to decrease the incidence rate of complications and fatality rate as well as improve the quality of life in patients with DN. **Methods** 18 patients with DN were randomly divided into observation group and control group, 9 cases in each group. After the dialysis with 500 times for each group, the observation group was conducted with nursing intervention while the control group was conducted with conventional nursing. **Methods** Level of blood sugar and control of blood pressure in the observation group were relatively stable, and no patient had severe complications. Incidence rate of complications in the control group was significantly higher than the observation group. **Conclusion** Scientific and planned nursing intervention is very important for patients with DN. It can reduce the complications, improve prognosis and prolong the life of patient by the way of deferring the development of disease.

KEY WORDS: diabetic nephropathy; nursing; final stage renal failure; complications

糖尿病肾病(DN)是糖尿病的严重并发症,终末期肾衰竭是其死亡原因之一^[1]。DN 患者的特点是年龄大、病程长、并发症多、病死率高。目前治疗 DN 尚无特效药物,主要是通过控制血糖、降低血压、严格合理的控制饮食等措施,并对终末期肾病患者进行维持性血液透析治疗。近几年本院通过对 DN 患者进行护理干预,减缓了 DN 患者的病情进展,减轻了并发症的影响,从而提高了患者的生活质量,现将护理体会总结如下。

1 资料与方法

选取本院 2007 年 1 月—2011 年 12 月收治

的 DN 患者 18 例,随机分成 2 组,每组 9 例患者,各血透 500 次。所选患者年龄 58~75 岁,糖尿病病史 3~21 年,均为 2 型糖尿病,维持性血液透析频率 2~3 次/周,诱导期 3~5 次/周,维持性血液透析时间 1~6 年。病情特点:①中老年患者;②重症糖尿病;③严重并发症致终末期肾衰竭;④进行维持性血液透析;⑤伴有不同程度的高血压、心功能不全。

所有患者均行胰岛素强化治疗(诺和灵 R 或诺和灵 N)以及降压、维持性血液透析等综合、对症治疗。观察组 9 例患者实施护理干预,对照组 9 例患者则实施常规护理。

2 护理干预

2.1 饮食护理

合理饮食是DN患者最重要的护理措施,所以医护人员应反复向患者及家属宣传饮食疗法的重要性^[2]。无论糖尿病的类型、病情轻重或有无并发症发生,患者都应严格执行饮食控制,并做到长期坚持。首先控制好总热量,选择低糖食物及含粗纤维较多食物,尽量减少脂肪尤其是动物脂肪的摄入,避免食用含钾高的食物如各类海产品、香菇、香蕉、桔子、坚果类。尽量选择吸收容易、生物效价高的优质蛋白质,如牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼等。适当补充钙质和维生素,尤其是维生素B和维生素C,因其对血管及神经有一定的保护作用,可减轻肾血管的进一步损害。限制食盐摄入量小于3g/d,避免高钠饮食,如少食各种腌制品,可减轻钠、水潴留和血压升高。限制饮水,每日体重增长控制在1kg以下,透析间期体重增加量控制在体质量的3%~5%。昏迷患者遵医嘱给予静脉营养或鼻饲。

2.2 控制血糖与低血糖的观察和护理

各种并发症的发生都与血糖波动有关。应定期检测血糖、尿糖,有异常时随时检测,以调节胰岛素用量。血液透析过程中,低血糖较常见。部分患者出现冷汗、虚弱等低血糖的典型表现。也有患者表现为嗜睡、反应迟钝、呕吐,严重者出现昏迷。因此,在透析过程中本科经常观察并询问患者有无不适表现,对于反应迟钝的患者可时常用手触摸其前额、颈后等处,观察有无出汗,并定时检测血糖。一旦出现低血糖症状,立即给予静脉推注高渗葡萄糖40mL。对于频繁出现低血糖症状的患者,透析前可适当减少口服降糖药和胰岛素的用量,透析时带一些糖果备用^[3, 12]。

2.3 降压治疗和严密观察血压变化

血压控制平稳,可延缓DN的发展。目前DN患者的降压药物主张联合应用,既可减少用药剂量和不良反应发生,又能提高药物的肾脏保护疗效。用药前应把药物的不良反应、注意事项告知患者,让患者积极参与治疗^[4]。DN患者在透析过程中顽固性高血压的发生率占50%,患者应遵医嘱服药,不可擅自增减剂量,将血压尽量控制在130/80mmHg左右,有利于减少并发症的发生。糖尿病患者多伴外周神经功能障碍,易发生体位性低血压,在透析超滤过程中,血压波动较大,所

以要密切观察血压变化,每1h测量1次,必要时给予血压监测。如血压突然升高或进行性下降,应立即告知医师,并尽快采取对应处理^[9]。

2.4 用药护理

DN强调早期使用胰岛素强化治疗,要告知患者胰岛素治疗需注意不良反应,以防严重低血糖反应或低血糖昏迷的发生,并指导其采取正确的处理方法。低血糖反应的处理:患者可立即食用饼干、糖果等。有氮质血症的患者更易发生严重的低血糖,可采用快速血糖仪进行血糖检测,发生异常及时报告医师以便及时处理,调整胰岛素的用量,必要时使用胰岛素泵^[6]。

2.5 糖尿病昏迷的护理

对于昏迷患者,护理时要密切观察患者的意识、瞳孔、面色、体温、脉搏、血压、呼吸的频率、节律、气味等变化,以鉴别昏迷的类型和程度^[13]。给予氧气吸入、心电监护,每1~2h测1次血糖。准备好所有抢救药品及抢救设备。保持呼吸道通畅,呕吐患者应把头偏向一侧^[13]。有义齿的应该取下,有残余尿者给予留置导尿。

2.6 心理护理

由于DN具有病程长、好发年龄大、并发症多、病情复杂等特点,患者通常会存在恐惧、忧虑等不良情绪。护士应积极与患者沟通,进行心理疏导,向其讲解有关疾病与透析方面的常识,同时请已病情稳定的透析患者为其现身说法,使其能以积极的心态配合治疗^[8]。在透析过程中,注意自己的语气、语调和态度等,要给患者创造温馨、和谐的就医和治疗环境,尊重患者意愿,提高患者依从性,增强患者的治疗信心。

2.7 瘰管保护

因为糖尿病患者伴有周围血管病变,血管条件较差,内瘘成熟需要较长时间。内瘘刚建立后要指导患者进行锻炼,如握拳、抬高术侧肢体,可促进静脉回流,减轻水肿。指导患者学会自我保护内瘘,经常检查内瘘是否通畅,触摸是否有震颤,观察有无疼痛、红肿等,发现异常立即就诊。内瘘侧肢体禁止测血压,禁止输液、抽血、提重物,睡眠时避免挤压,衣袖宽松,不戴手表、首饰,透析后第2天可涂喜疗妥软膏,2~3次/d,软化血管^[11]。

2.8 足部护理

糖尿病极易导致足部的病变,为此,作为DN患者必须要掌握一些基本的糖尿病足部护理方

法,以减少足部病变的发生和进展^[14]。选择合适的鞋袜,在鞋子的选择上,要以柔软、宽松、透气为宜,可以选择一些大头的运动鞋、布鞋等;袜子选择纯棉的为好,有利于吸汗透气。做好足部的清洁卫生工作,勤洗脚,坚持每天洗脚。洗脚时,要注意水温,保持在 40°左右为佳;可适当进行足部按摩,促使血管扩张,改善局部组织缺血、缺氧状态。坚持每天早晚检查足部,观察足背动脉搏动、皮肤色泽及弹性,查看足部和趾间是否有异常,如足部皮肤出现水泡、干裂、湿冷或是趾甲变形则很有可能是发生足部病变了,这时应及早到医院就诊,千万不能自作主张随便涂抹药膏,以免伤足和造成不良后果。

2.9 预防感染和做好口腔、皮肤护理

DN 患者免疫功能低下,易并发泌尿系统及皮肤感染,因此应加强泌尿系统的卫生管理,保护其皮肤、黏膜的完整性,防止搔抓、破溃。注意口腔卫生,刷牙时用软毛牙刷,昏迷患者做好口腔护理。指导患者讲究个人卫生,室内应保持清洁、通风,勤洗澡、勤剪指甲,穿宽松、柔软的内衣,防止皮肤损伤及感染发生^[7]。

2.10 运动指导

根据病情,因人而异。对于病情稳定者,适当的运动可以增加肌组织对葡萄糖的利用,有利于胰岛素更好地被利用,亦可调整心、肺、神经及内分泌功能,防止骨质疏松,预防和控制 DN 并发症的发生和发展^[5]。运动方式应选择非竞争性的运动项目,尤其以用腿部肌肉的运动比较好,如散步、太极拳、广播操等低强度、短时间的运动。餐后 90 min 进行运动能更有效降低血糖,注意不要在注射胰岛素后立即运动,以防发生低血糖。

3 结果

观察组通过对 DN 患者进行全面护理,取得了患者及家属的积极配合,9 例患者通过调整胰岛素用量,血糖波动不大,血压波动通过及时的药物调节以及改变透析模式及时给予纠正,未有严重并发症发生,都能够安全完成透析过程,增强了透析效果。2 组患者并发症发生情况的比较结果如表 1。结果显示,观察组的并发症发生率明显低于对照组($P < 0.01$)。

4 讨论

糖尿病肾病是导致终末期肾病的最常见原因

表 1 2 组患者并发症发生情况比较

组别	例数	透析次数	低血糖	高血压	低血压	肌肉痉挛
观察组	9	500	52*	67*	45*	36*
对照组	9	500	84	112	76	65

2 组比较, * $P < 0.01$ 。

之一,血液透析是终末期肾病的重要替代疗法。目前 DN 患者的治疗不仅仅是为了单纯控制血糖,降低患者的并发症发生率和病死率、提高生活质量才是最终治疗目的。因此笔者认为建立 DN 患者健康的理念,科学、有计划地进行全面的护理干预是非常重要的,不仅能够减缓疾病进展的速度,还能减轻并发症的影响,从而改善预后,延长患者生命。当然,由于 DN 患者病程长、年龄大、并发症多、病情复杂,甚至多器官功能衰竭,故护理方法不能一概而论,还要因人而异,这些有待于护理人员在今后的工作中不断学习、改进和提高,从而真正为 DN 患者带来福音和希望。

参考文献

- [1] 李妙玲. 糖尿病肾病患者的整体护理[J]. 当代护士: 学术版, 2011, 4: 9.
- [2] 张晓红. 糖尿病肾病 56 例的护理[J]. 中国误诊学杂志, 2012, 1(12): 474.
- [3] 许秀萍, 郝秋华, 雷艳春. 糖尿病肾病终末期血液透析 39 例的护理[J]. 中国误诊学杂志, 2009, 11(9): 8018.
- [4] 黄雪彬. 糖尿病肾病患者的护理干预[J]. 广西医学, 2008, 7(30): 1110.
- [5] 吴鹏, 徐凤亮, 季艳玲. 糖尿病肾病患者的健康教育[J]. 全科护理, 2011, 8(9): 2252.
- [6] 周川芬, 钟群, 万珊. 82 例糖尿病肾病患者的护理[J]. 全科护理, 2011, 2(10): 307.
- [7] 戴雅琴, 曲彩虹, 谢俊红. 糖尿病肾病的护理体会[J]. 黑龙江医学, 2002, 26(3): 206.
- [8] 孟俊华, 李榕彬, 张晓静. 糖尿病肾病的护理新进展[J]. 军医进修学院学报, 2010, 31(8): 831.
- [9] 赵美芳. 糖尿病肾病患者血液透析常见并发症的原因分析及处理[J]. 当代护士, 2012, 2: 94.
- [10] 任志芳, 郭影丽, 孙玉珍, 等. 糖尿病肾病维持性血液透析 58 例的健康教育[J]. 中国误诊学杂志, 2012, 3(12): 1762.
- [11] 金飞, 熊云兰. 糖尿病肾病治疗的临床护理探讨[J]. 医学信息, 2011, 8: 3688.
- [12] 徐秀萍, 郝秋华, 雷艳春. 糖尿病肾病终末期血液透析 39 例的护理[J]. 中国误诊学杂志, 2009, 11(9): 8018.
- [13] 刘增云, 李晓伟, 周海燕. 糖尿病酮症酸中毒 36 例的护理[J]. 中国误诊学杂志, 2010, 4(10): 2716.
- [14] 刘丽, 汪吉平, 李虹, 等. 单新莉足部按摩干预糖尿病肾病血透患者糖尿病足进展的疗效观察[J]. 临床护理杂志, 2012, 2(11): 22.