

# 延续性护理对糖尿病足高危患者自我管理能力及生活质量的影响

王向阳

郑州工业应用技术学院 河南 郑州 451100

**【摘要】**：糖尿病足是糖尿病严重的慢性并发症，也是导致患者残疾、死亡的重要原因，糖尿病足高危患者的早期干预与管理对降低发病风险、改善预后至关重要。延续性护理作为住院护理的延伸模式，打破了院内院外护理的壁垒，在糖尿病足高危患者的管理中展现出显著应用价值。本文结合相关研究成果，从延续性护理的应用价值、对患者自我管理能力的提升、对生活质量的改善作用、联合干预模式的增效价值及临床应用注意事项五个方面，综述延续性护理在糖尿病足高危患者自我管理能力和生活质量改善中的应用研究进展，为临床制定针对性护理方案提供参考。

**【关键词】**：延续性护理；糖尿病足高危患者；自我管理能力和生活质量

DOI:10.12417/2705-098X.26.10.015

## 1 引言

糖尿病足是糖尿病患者因周围神经病变、外周血管疾病合并足部感染、溃疡或深层组织破坏引发的并发症，也是导致糖尿病患者残疾、死亡的重要原因之一<sup>[1]</sup>。糖尿病足高危患者作为疾病发生的潜在群体，多存在血糖控制不达标、足部护理认知不足、自我管理行为缺失等问题，若缺乏有效的干预措施，极易进展为显性糖尿病足，严重影响患者的身心健康与生活质量<sup>[2]</sup>。延续性护理是将院内专业的护理服务延伸至患者居家生活中的护理模式，通过制定个性化的干预方案、定期随访指导、健康宣教等方式，帮助患者建立科学的健康行为，提升自我管理能力<sup>[3]</sup>。近年来，诸多临床研究证实，延续性护理在糖尿病足高危患者的护理中具有显著应用价值，可有效改善患者的血糖水平、增强足部护理认知、缓解负性情绪，进而提升生活质量<sup>[4-5]</sup>。

## 2 延续性护理在糖尿病足高危患者管理中的核心应用价值

糖尿病足的发生发展与长期血糖控制不佳、足部护理知识匮乏、自我管理行为缺失密切相关，而糖尿病足高危患者因存在血管、神经病变等基础问题，发病风险显著高于普通糖尿病患者<sup>[6]</sup>。常规护理多集中于住院期间的血糖管控与基础宣教，出院后缺乏系统的随访与指导，导致患者院外自我管理依从性下降，成为糖尿病足发病的重要诱因<sup>[7]</sup>。延续性护理以患者为中心，将护理服务从院内延伸至居家场景，通过个性化随访、针对性指导、动态健康管理等方式，实现对糖尿病足高危患者的全程干预，其核心价值体现在血糖管控、风险防控与健康认知提升三个维度<sup>[8-9]</sup>。

在血糖管控方面，延续性护理能有效改善糖尿病足高危患者的血糖指标，王彩霞等<sup>[1]</sup>将 80 例糖尿病足高危患者分为对照

组与观察组，对照组行常规护理，观察组实施延续性护理，结果显示护理后观察组空腹血糖、餐后 2h 血糖水平均显著低于对照组，证实延续性护理可通过院外饮食、运动、用药的个性化指导，提升患者血糖控制的依从性与有效性。在风险防控层面，王红<sup>[6]</sup>对 68 例糖尿病足高危患者的研究发现，实施延续性护理的观察组随访 1 年糖尿病足发病率为 0，远低于常规随访对照组的 17.65%，说明延续性护理通过强化足部护理指导、及时排查足部损伤风险，能有效降低糖尿病足的发病概率。而在健康认知提升上，邓建桃<sup>[10]</sup>的研究表明，延续性护理可使糖尿病足高危患者足部护理知识掌握率显著提升，为患者形成良好的自我管理行为奠定认知基础。

## 3 延续性护理对糖尿病足高危患者自我管理能力的多维影响

### 3.1 提升足部护理实操能力

足部护理是糖尿病足高危患者自我管理的核心内容，也是延续性护理的干预重点。延续性护理摒弃了常规宣教的单一化模式，通过居家随访、视频指导、一对一实操教学等方式，让患者掌握正确的足部清洁、保湿、损伤排查方法，同时明确鞋袜选择、日常活动的注意事项。王彩霞等<sup>[1]</sup>的研究显示，观察组实施延续性护理后，足部护理评分显著高于常规护理对照组，且患者能主动规避赤足行走、热水烫脚等高危行为；张莉莉等<sup>[5]</sup>也证实，延续性护理可丰富糖尿病足高危患者的足部护理知识，使其从“被动接受护理”转变为“主动进行护理”，足部护理的实操能力与依从性均得到明显提升。

### 3.2 强化血糖自我监测与管控能力

血糖控制是糖尿病足防控的基础，延续性护理通过建立个性化的血糖监测方案，指导患者正确使用血糖仪，记录血糖变化，并根据血糖监测结果动态调整饮食、运动与用药方案，让

作者简介：王向阳，出生年月：2003/02，女，汉族，河南郑州，本科，职称：无，研究方向：护理。

患者掌握院外血糖管控的核心方法。张莉莉等<sup>[5]</sup>对 50 例糖尿病足高危患者的研究发现,实施延续性护理的观察组,空腹血糖、餐后 2h 血糖水平均显著低于对照组,且患者能按时、规范完成血糖监测,对血糖异常情况的应急处理能力也明显优于对照组,表明延续性护理能有效强化患者的血糖自我监测与管控能力,形成良性的血糖管理循环。

### 3.3 改善饮食与运动的自我管理行为

饮食与运动的科学管理是血糖控制与足部功能保护的重要保障,延续性护理根据患者的体重、血糖水平、足部病变情况,制定个性化的饮食与运动方案,同时通过定期随访监督方案的执行情况,及时纠正不规范的行为。王彩霞等<sup>[1]</sup>的研究结果显示,护理后观察组患者的日常饮食、户外活动评分均显著高于护理前及对照组,患者能主动遵循低糖、低脂、高纤维的饮食原则,选择散步、太极拳等温和的运动方式,既保证了血糖控制效果,又避免了运动对足部造成的损伤,饮食与运动的自我管理行为更具科学性与持续性。

## 4 延续性护理改善糖尿病足高危患者生活质量的作用路径

### 4.1 缓解生理不适,改善躯体健康状态

糖尿病足高危患者多伴随肢体麻木、感觉减退等神经病变症状,同时长期高血糖还容易引发乏力、口干等不适,对躯体健康状态造成严重影响。延续性护理凭借有效控制血糖以及强化足部护理的方式,不但能够降低糖尿病足的发病风险,还可以减轻高血糖和神经病变带来的生理不适。相雪静等<sup>[3]</sup>的研究虽然将对象聚焦于糖尿病足患者,却证实了延续性护理能够通过降低糖化血红蛋白、空腹血糖等指标来缓解患者的躯体不适,这一结论对于糖尿病足高危患者同样适用;王彩霞等<sup>[1]</sup>的研究也显示,在实施延续性护理之后,患者因血糖波动和足部不适引发的躯体症状明显减少,躯体健康评分得到显著提升。

### 4.2 减轻负性情绪,优化心理状态

糖尿病足的高致残率使高危患者易产生焦虑、抑郁等负性情绪,而负性情绪又会影响患者的自我管理依从性,形成“情绪不佳—管理失当—病情加重—情绪更差”的恶性循环。延续性护理通过定期的心理沟通、健康指导与预后反馈,缓解患者的疾病焦虑,增强其疾病管控的信心。张莉莉等<sup>[5]</sup>对糖尿病足高危患者的研究显示,实施延续性护理的观察组,焦虑、抑郁自评量表评分均显著低于对照组,患者的心理状态得到明显优化;李玉霞等<sup>[9]</sup>也证实,延续性护理能有效缓解糖尿病足相关患者的负性情绪,这一效果在高危患者中同样具有适用性,通过心理干预让患者以更积极的心态面对疾病,提升心理层面的生活质量。

### 4.3 提升自我管理信心,促进社会功能恢复

糖尿病足高危患者因担心疾病发作、害怕肢体残疾,易出

现社交退缩等情况,社会功能受到明显影响。延续性护理通过提升患者的自我管理能力,让患者能够有效管控疾病风险,减少疾病对日常生活、工作的影响。张红燕等<sup>[11]</sup>的研究表明,延续性护理可增强糖尿病足患者的自我管理信心,使其逐步恢复正常的社交与生活;王红<sup>[6]</sup>也发现,实施延续性护理的糖尿病足高危患者,因发病风险降低,能更从容地参与日常社交与轻度工作,社会功能得到有效恢复,生活质量的综合评分显著提升。

## 5 延续性护理联合干预模式的临床增效价值

### 5.1 基于动机保护理论的延续性护理结合反馈式健康教育

动机保护理论聚焦于维持患者的健康行为动机,反馈式健康教育则通过“宣教—反馈—整改—再宣教”的闭环模式,提升健康教育的效果。王茹等<sup>[2]</sup>将该联合模式应用于糖尿病足患者,结果显示观察组患者的糖尿病足危险因素认知、日常足部护理、鞋袜选择及运动锻炼评分均显著高于对照组,病情监测与控制管理、足部护理管理能力也得到明显提升,且不良事件总发生率仅为 5.00%,远低于对照组的 18.33%。该模式虽针对糖尿病足患者,但对高危患者同样具有指导意义,通过动机保护理论激发患者的自我管理动机,结合反馈式健康教育及时纠正患者的不规范行为,能让延续性护理的干预更具针对性与有效性,进一步提升高危患者的自我管理能力,降低发病风险。

### 5.2 基于计划行为理论的延续性护理

依据计划行为理论,个体行为意向会受到行为态度、主观规范以及感知行为控制等因素的作用。基于此理论开展的延续性护理,通过增强患者对糖尿病足防控行为的积极态度、构建良好的家庭与社会支持环境、提升患者自我行为控制能力等方式,来推动患者形成稳定的健康行为。黄杏等<sup>[4]</sup>将该模式应用到糖尿病视网膜病变患者身上,结果表明这种模式能够有效提升患者的自我管理能力和健康素养,进而改善患者的生活质量。由于糖尿病足高危患者和糖尿病视网膜病变患者都属于糖尿病慢性并发症的高危人群,且两者自我管理行为的形成规律具有相似性,所以基于计划行为理论的延续性护理,能够通过优化患者的行为意向,使其更主动地进行血糖管控、足部护理等健康行为,从而进一步增强延续性护理对患者自我管理能力和生活质量的改善效果。

## 6 延续性护理在糖尿病足高危患者应用中的临床注意事项

### 6.1 注重干预方案的个性化制定

糖尿病足高危患者的年龄、文化水平、足部病变程度、血糖控制情况及家庭支持体系存在显著差异,若采用单一化的延续性护理方案,易导致干预效果不佳。临床应用中,需根据患者的个体情况制定个性化方案,如针对文化水平较低的患者,采用图文、视频、实操教学等更直观的宣教方式;针对足部神

经病变较严重的患者，强化足部损伤排查与护理的指导；针对家庭支持不足的患者，增加随访频次，建立社区与医院的联合护理体系。王彩霞等<sup>[1]</sup>的研究也证实，个性化的延续性护理方案能更贴合患者的院外管理需求，提升干预的有效性。

## 6.2 保障护理干预的持续性与规范性

延续性护理的核心在于“延续”，院外随访的中断、护理指导的不规范，会直接影响干预效果。临床中需建立完善的延续性护理管理体系，明确随访时间、随访方式、随访内容，通过电话、微信、居家随访等多种方式，实现对患者的动态管理；同时加强对护理人员的专业培训，提升其在糖尿病足防控、血糖管理、心理干预等方面的专业能力，保证护理指导的规范性。邱嘉秀<sup>[7]</sup>的研究发现，规范、持续的延续性护理能有效降低糖尿病足患者的足部感染率与溃疡率，这一结论也提示，高危患者的延续性护理需杜绝形式化，确保干预的持续性与规范性。

## 6.3 强化家庭与社会的协同支持

患者的院外自我管理离不开家庭与社会的支持，如家庭所进行的饮食监督、足部护理提醒，以及社区给予的健康服务支持，都可让延续性护理效果得到有效提升。在临床应用当中，

延续性护理有必要把患者家属纳入干预体系，借助家属宣教使其掌握基础的血糖管控和足部护理知识，从而协助患者执行健康管理方案；同时，加强同社区卫生服务中心的合作，构建医院-社区双向转诊与护理联动机制，进而让患者在社区能够获得及时的护理指导和健康监测。王红<sup>[6]</sup>的研究表明，家庭与社区的协同支持，能够有效提高糖尿病足高危患者自我管理的依从性，降低发病风险，是延续性护理取得良好效果的重要保障。

## 7 小结

在糖尿病慢性并发症防控的环节中，糖尿病足高危患者的全程管理占据关键位置。延续性护理作为一种高效的院外护理模式，可在足部护理、血糖管控、饮食运动管理等方面有效提升患者的自我管理能力和生活质量的改善以及社会功能恢复的促进，实现患者生活质量的全方位提升。未来，临床还可对信息化手段在延续性护理中的应用展开进一步探索，如借助线上健康管理平台实现血糖数据的实时上传、护理指导的在线答疑、随访提醒的智能推送等，让延续性护理变得更为便捷、高效，从而为糖尿病足高危患者提供更优质的院外护理服务。

## 参考文献：

- [1] 王彩霞,徐磊,王娜娜.延续性护理在糖尿病足高危患者中的应用效果[J].中国社区医师,2025,41(03):132-134.
- [2] 王茹,吴静,申春霞,等.基于动机保护理论的延续性护理结合反馈式健康教育对糖尿病足患者居家创面修复管理能力及疾病自我感受负担的影响[J].临床医学研究与实践,2024,9(21):152-155.
- [3] 相雪静,高巧平,王健.延续性护理对糖尿病足患者血糖水平及生存质量的影响[J].糖尿病新世界,2024,27(13):122-125.
- [4] 黄杏,曾小容,钟珊珊,等.基于计划行为理论的延续性护理对糖尿病视网膜病变出院患者自我管理能力和生活质量的影响[J].中外医学研究,2024,22(06):81-85.
- [5] 张莉莉,徐丽,施慧.延续性护理对糖尿病足高危患者的护理知识与自我管理能力的影晌[J].糖尿病新世界,2023,26(20):113-116.
- [6] 王红.延续性护理在糖尿病足高危患者中的应用效果[J].中国民康医学,2022,34(18):168-170.
- [7] 邱嘉秀.延续性护理对糖尿病足患者自我管理及睡眠质量的影响[J].世界睡眠医学杂志,2021,8(08):1450-1451.
- [8] 郑卫华,刘东苗,张芳意.延续性护理对糖尿病足患者自我管理能力和生活质量的影响[J].实用医技杂志,2021,28(05):695-696.
- [9] 李玉霞,李叶红.延续性护理对糖尿病足合并感染风险患者的护理效果分析[J].糖尿病新世界,2021,24(05):13-16.
- [10] 邓建桃.糖尿病足高危患者采用延续性护理对足部护理知识与患者自我管理能力的影晌[J].人人健康,2020,(09):182.
- [11] 张红燕,李雅懿,贾利平.延续性护理对糖尿病足患者自我管理能力和生活质量的影响[J].河南医学研究,2020,29(11):2106-2108.