

# Effect of Medical Care on Patients with Type 2 Diabetes Mellitus Complicated with Insomnia

Yan Zhao

Xinjiang Production and Construction Corps of the Ninth Division of the Baiyang City Hospital of Traditional Chinese Medicine Rehabilitation Department, Tacheng, Xinjiang, 834700, China

## Abstract

**Objective:** To explore the effect of TCM nursing on sleep quality in type 2 diabetes with insomnia. **Methods:** 60 patients with type 2 diabetes and insomnia were randomly divided into 30 observers and the control group gave basic treatment and nursing intervention, and the observation group gave TCM characteristic emotional nursing intervention. The sleep quality, blood glucose control and nursing effect were compared and the nursing satisfaction was investigated. **Results:** The sleep quality (PSQI) score and the glucose level of the observation were significantly lower than the control ( $P < 0.05$ ), and the nursing effect was significantly higher than the control ( $P < 0.05$ ). The satisfaction rate of the nursing care was 86.67% in the observation group and 46.67% in the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion:** The use of TCM sentiment nursing for patients with type 2 diabetes with insomnia can improve their sleep quality and blood glucose level, improve the nursing effect and the patient satisfaction rate.

## Keywords

emotional care; sleep quality; type 2 diabetes

## 中医情志护理对2型糖尿病合并失眠患者的影响

赵燕

新疆生产建设兵团第九师白杨市医院中医康复科, 中国·新疆 塔城 834700

## 摘要

**目的:** 探讨中医情志护理对2型糖尿病合并失眠患者睡眠质量的影响。**方法:** 2型糖尿病合并失眠患者随机分为观察组和对照组, 每组30例, 在基础治疗基础上, 对照组给予常规护理, 观察组在此基础上予以中医情志护理。比较两组患者睡眠质量改善情况, 同时对血糖控制情况、护理效果及护理满意度进行观察。**结果:** 情志护理可以改善观察组睡眠质量 (PSQI) 评分 ( $P < 0.05$ ), 空腹及餐后2小时血糖均明显低于对照组 ( $P < 0.05$ ), 护理效果明显高于对照组 ( $P < 0.05$ )。观察组护理满意率优于对照组 (86.67% vs 46.67%,  $P < 0.05$ )。**结论:** 对2型糖尿病合并失眠患者采用中医情志护理可以改善患者睡眠质量及血糖控制水平, 提升护理效果, 患者满意率高, 值得临床推广应用。

## 关键词

情志护理; 睡眠质量; 2型糖尿病

## 1 引言

失眠作为2型糖尿病的一种伴随症状, 会导致患者出现头晕脑胀、心烦意乱等不适感受<sup>[1]</sup>, 不仅影响患者血糖, 还会增加慢性并发症的发生风险。目前对于糖尿病患者伴随的失眠症状并没有太多有效方法, 研究显示良好的护理干预, 特别是心理护理对于患者的情绪有很好的调节作用, 能有效提升临床疗效<sup>[2]</sup>。中医情志护理是以中医理论为基础, 以情志呵护为宗旨, 帮助患者合理排解疾病相关负面情绪, 增强治疗自信心的一种护理方式<sup>[3]</sup>。本研究将中医情志护理应用于2型糖尿病合并失眠患者, 旨在观察情志护理是否可

以改善患者睡眠质量及血糖。

## 2 资料与方法

### 2.1 一般资料

2021年12月-2023年8月新疆生产建设兵团九师医院中医康复科住院的60例2型糖尿病合并失眠患者被随机分为观察组30例和对照组30例。观察组男16例, 女14例, 平均年龄及平均病程分别为(50.67±5.90)岁及(2.04±0.46)年。对照组男17例, 女13例, 平均年龄及平均病程分别为(51.34±4.8)岁及(2.14±0.52)年。两组患者一般资料比较差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。

### 2.2 纳入标准

①符合1999年WHO的2型糖尿病诊断标准。②符合失眠的诊断标准: 分别参照《中国成人失眠诊断与治疗指南

【作者简介】赵燕(1972-), 女, 中国河北人, 主管护师, 从事中医护理研究。

(2017版)》及中医内科学第七版教材诊断标准。③思维正常, 认知及沟通能力正常。

### 2.3 排除标准

①合并恶性肿瘤; ②其他疾病引发的失眠; ③合并免疫功能缺陷。

### 2.4 方法

#### 2.4.1 护理方法

两组患者均给予常规药物治疗。对照组给予常规分级护理; 干预组在常规护理基础上实施中医情志护理。

#### 2.4.2 中医情志护理

中医情志护理要坚持诚挚体贴、因人施护的原则, 每天1次, 每次30min。①说理开导: 护理人员向患者说明具体病情及护理措施原理, 使患者以平常心对待疾病, 缓解患者负性情绪。②排遣困惑: 多数患者得知自己患病后会出现焦虑、紧张等负面情绪, 护理人员需主动了解患者思想状况, 耐心排解患者存在的问题。③以情治情: 中医“五行相克”理论指导下, 通过某种情绪对另一种情绪的克制(例如以喜克悲、以悲克怒等)使患者淡化不良情绪。④怡情养性: 采取包括聊天、阅读等方式培养患者兴趣。引导外向型患者与家属多交流, 从而转移关注点、心态平和。内向型患者可以看小品, 听相声, 以保持愉悦心情。⑤五音疗法: 根据患

者的中医证型选取不同音调的乐曲: 例如徵音的《紫竹调》可用于肝肾阴虚证患者, 宫音的《渔舟唱晚》可用于血症患者。

### 2.5 观察指标

①患者血糖控制情况。②使用匹兹堡睡眠质量指数量表(PSQI)判定睡眠质量(0~21分), 睡眠质量越差则分数越高。③护理效果: 有效: 夜间睡眠时间>6h, 且深度睡眠; 好转: 夜间睡眠时间3~6h, 且深度睡眠; 无效: 夜间睡眠时间<3h, 且易醒。总有效率=(有效+好转)/总例数×100%。④护理满意度: 发放自制护理满意度调查问卷, 评分分为满意、一般满意、不满意。

### 2.6 统计学方法

使用SPSS 24.0软件分析各组数据, 计量数据采用均数±标准差表示, 根据是否符合正态分布选择配对t检验或秩和检验; 计数资料(%)使用卡方检验进行分析。 $P < 0.05$ 代表差异有统计学意义。

## 3 结果

### 3.1 两组患者血糖比较

护理前两组患者血糖无明显差异, 中医情志护理可以明显降低观察组空腹及餐后2小时血糖, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ ), 见表1。

表1 患者血糖情况

分组	例数	空腹血糖		餐后2小时血糖	
		护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	30	10.92 ± 4.01	6.58 ± 1.42* <sup>△</sup>	12.94 ± 3.18	7.63 ± 2.26* <sup>△</sup>
对照组	30	10.58 ± 3.82	8.78 ± 2.59*	13.01 ± 2.99	10.03 ± 3.37*

注: 与本组护理前比较, \* $P < 0.05$ ; 与对照组护理后比较,  $\Delta P < 0.05$ 。

### 3.2 护理前后睡眠质量

两组患者干预前PSQI总分相当( $P > 0.05$ )。中医情志护理可以明显降低观察组PSQI总分( $P < 0.05$ ), 见表2。

表2 患者睡眠质量情况

分组	例数	PSQI 分值	
		护理前	护理后
观察组	30	12.49 ± 1.72	4.06 ± 1.01* <sup>△</sup>
对照组	30	12.76 ± 1.53	7.11 ± 1.27*

注: 与本组护理前比较, \* $P < 0.05$ ; 与对照组护理后比较,  $\Delta P < 0.05$ 。

### 3.3 护理效果评价

观察组护理总有效率明显高于对照组, 差异具有统计学意义( $P < 0.05$ ), 见表3。

表3 患者护理效果比较

分组	例数	有效(例)	好转(例)	无效(例)	总有效率(%)
观察组	30	16	12	2	93.33
对照组	30	9	12	9	70.00

### 3.4 护理满意度

观察组护理满意率明显高于对照组, 差异有统计学意义( $P < 0.05$ ), 见表4。

表4 患者护理满意度 [例(%)]

分组	例数	满意	一般	不满意
观察组	30	26 (86.67)	3 (10.00)	1 (3.33)
对照组	30	14 (46.67)	12 (40.00)	4 (13.33)

## 4 讨论

2型糖尿病患者失眠的发生率明显高于正常人, 失眠不仅会降低患者的生活质量, 同时也不利于患者的血糖控制。研究显示睡眠不足(24h睡眠时间少于6h), 或睡眠过多(24h睡眠时间大于9h), 或有效睡眠不足, 入睡期间反复易醒, 均可能增高血糖水平<sup>[4]</sup>。因此, 积极地对2型糖尿病失眠患者实施护理干预, 具有重要临床意义。

传统中医学认为失眠主要由于情志抑郁、思虑劳倦等原因引起, 七情过激是影响患者睡眠质量的重要因素。有鉴

于此,对2型糖尿病合并失眠患者进行情志护理是改善患者睡眠质量的一种重要方法。情志特指人的精神活动或情绪状态,包含七情(惊、恐、喜、怒、哀、乐、悲)和五志(忧、思、怒、喜、恐)。中医情志护理强调通过改善患者的不良情绪,从根源上解除患者的“忧思劳倦”,以达到消除失眠病因的目的,进而使患者积极配合治疗,通过对负性情绪体验的缓解达到患者早日康复的目的<sup>[5]</sup>。

本研究发现中医情志护理可以降低2型糖尿病合并失眠患者的PSQI分值明显降低,这表明情志护理可以明显改善患者睡眠质量,提高护理效果。同时由于睡眠质量的改善,进而提升了患者的护理满意度。通过提升患者护理满意度可以减少护患矛盾,有助于建立和谐护患关系。更为重要的是患者的空腹和餐后2小时血糖均有明显降低,这表明中医情志护理不仅改善了患者的睡眠质量,与药物治疗相结合对患者的血糖也有良好的控制作用。

综上所述,中医情志护理突出中医特色,操作简易,易推广使用,能使2型糖尿病合并失眠患者在正确认识疾病的基础上,解除不必要的思想负担,保持情绪稳定及良好的情志状态,进而改善患者的睡眠质量及血糖控制水平,提高患者对护理工作的满意度,值得临床推广应用。

### 参考文献

- [1] 王亚茹,于世家.于世家教授自拟安眠方治疗2型糖尿病合并失眠患者临床研究[J].辽宁中医药大学学报,2018,20(6):145-148.
- [2] 徐婷,朱小英.延续性护理联合中医特色护理对系统性红斑狼疮患者生活质量的影响[J].贵州医药,2021,45(2):314-316.
- [3] 刘婉莹,金瑞华,凌陶.中医情志护理在护理学领域应用的研究进展[J].中国实用护理杂志,2019,35(25):1966-2002.
- [4] 余凤娇,朱凌燕,李萍.基于ORTCC模型的糖尿病专科联盟护理管理实践[J].护理学杂志,2022,37(3):45-48.
- [5] 吴俊华.中医情志护理改善胸痹患者负性情绪及遵医行为的效果评价[J].中国临床护理,2015(7):50-52.