



糖尿病笔记内科护理学



目录

- **糖尿病基础知识**
- **糖尿病患者的内科护理**
- **糖尿病并发症的内科护理**
- **糖尿病患者的生活质量与心理护理**
- **糖尿病的预防与控制**

01

糖尿病基础知识



糖尿病的定义与类型



糖尿病是一种常见的慢性代谢性疾病，由于胰岛素分泌不足或作用受损导致血糖升高。



糖尿病主要分为1型糖尿病、2型糖尿病、妊娠期糖尿病和其他特殊类型糖尿病。



1型糖尿病多发生于青少年，与自身免疫有关，需要依赖胰岛素治疗。



2型糖尿病多见于成年人，与遗传和环境因素有关，部分患者可以通过控制饮食和增加运动来控制血糖。



糖尿病的病因和发病机制



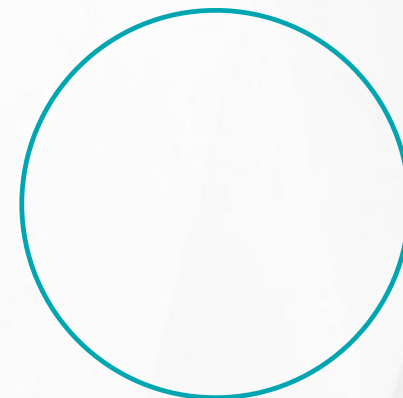
糖尿病的病因较为复杂，主要包括遗传因素、环境因素和自身免疫等。



遗传因素是指糖尿病具有家族聚集性，直系亲属患病者患病风险较高。



环境因素主要包括不良的生活习惯、缺乏运动、肥胖、长期精神压力等。



自身免疫因素是指某些人免疫系统攻击胰岛细胞，导致胰岛素分泌不足。



糖尿病的症状和诊断标准

01

糖尿病的主要症状有多饮、多尿、多食、消瘦等，部分患者可能出现疲乏无力、头晕、视力模糊等症状。

02

空腹血糖 $\geq 7.0\text{mmol/L}$ ，或餐后 2 小时血糖 $\geq 11.1\text{mmol/L}$ ，可诊断为糖尿病。

03

糖化血红蛋白（HbA1c） $\geq 6.5\%$ 也可作为诊断依据之一。



02

糖尿病患者的内科护理



饮食护理



控制总热量摄入

根据患者的身高、体重、年龄和性别等因素，计算每日所需热量，制定个性化的饮食计划。



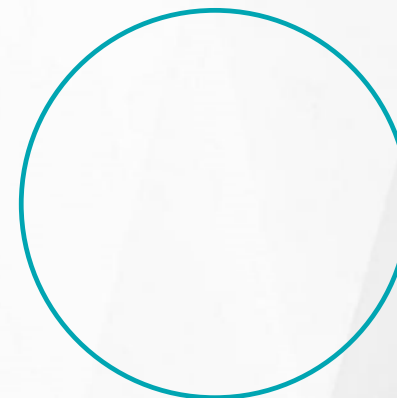
均衡营养

确保摄入足够的蛋白质、脂肪、碳水化合物、维生素和矿物质，以满足患者的生理需求。



控制糖分和盐分摄入

限制高糖和高盐食物的摄入，以降低血糖和血压水平。



规律饮食

遵循定时定量的原则，避免暴饮暴食和过度饥饿。



运动护理



评估运动能力

根据患者的身体状况和运动史，评估其运动能力和安全性。



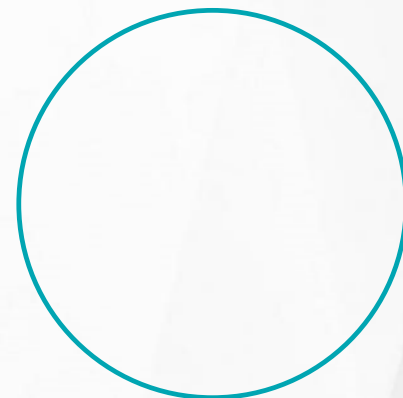
选择合适的运动方式

推荐有氧运动，如散步、慢跑、游泳等，同时可适当进行力量训练。



控制运动强度和时长

根据患者情况，合理安排运动强度和时长，避免过度疲劳和损伤。



注意事项

运动时应避免低血糖发生，可适当补充能量；运动后应进行适当的放松和拉伸。



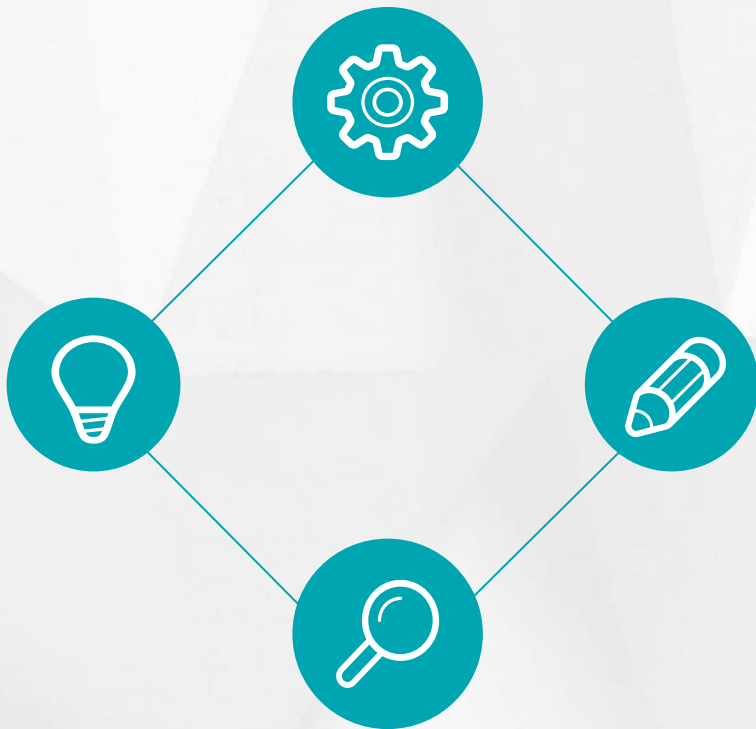
药物治疗与护理

遵从医嘱

确保患者按照医生的指示正确使用药物，包括口服降糖药和胰岛素等。

调整用药方案

根据患者的血糖监测结果和病情变化，及时调整用药方案。



观察不良反应

注意观察患者在使用药物后是否出现不良反应，如低血糖、过敏等。

提醒患者注意用药事项

如避免自行增减药量、注意药物相互作用等。



病情监测与记录

定期监测血糖

根据患者的病情和医生建议，定期监测空腹血糖、餐后血糖等指标。



记录监测结果

将血糖监测结果记录在专门的记录本上，以便分析和评估病情。



评估病情变化

根据监测结果和患者情况，评估病情变化，及时调整治疗方案。



提供健康教育

向患者提供糖尿病相关的健康教育，提高其自我管理 and 控制能力。



03

糖尿病并发症的内科护理

以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：
<https://d.book118.com/397015133140006060>