

# 多元化教育对老年 2 型糖尿病合并抑郁患者的影响 \*

李浪波 秦爱平<sup>△</sup> 赵新兰 陈 凯 唐 卓 罗 娟

(湖南省老年医院 湖南 长沙 410016)

**摘要** 目的 探讨多元化教育对老年 2 型糖尿病合并抑郁患者的影响。方法 根据 Zung 氏抑郁自评量表(SDS) 入选 100 名老年 2 型糖尿病合并抑郁患者,匹配一般资料后随机分为常规组及多元化组,对常规组进行多媒体讲课,对多元化组除了多媒体讲课,还进行户外活动、有奖竞赛、个体化辅导等多形式教育,均为期 3 月,对比治疗前后血糖的控制及抑郁状态的改善情况。结果 治疗后 2 组的血糖控制及抑郁状态均有改善,但多元化组较常规组效果更好,且多元化组在治疗后抑郁严重度也有改善( $P<0.05$ )。

**结论** 在老年 2 型糖尿病合并抑郁患者中,多元化教育更有利于血糖的控制及抑郁状态的改善。

**关键词** 多元化 教育 2 型糖尿病 抑郁

中图分类号 R587.2 文献标识码 A 文章编号 1673-6273(2012)21-4062-03

## Effects of Diversified Education in Elderly Type 2 Diabetics Complicated Depressive\*

LI Lang-bo, QIN Ai-ping<sup>△</sup>, ZHAO Xin-lan, CHEN Kai, TANG Zhuo, LUO Juan

(The Hunan Province Gerontal Hospital, Hunan, Changsha, 410016, China)

**ABSTRACT Objective:** To study on the effect of diversified education in elderly patients with type 2 diabetes mellitus complicated depression. **Methods:** According to Zung's Self-rating Depression Scale (SDS), 100 elderly patients with type 2 diabetes combined with the depressive symptoms were selected after matching the data and status for general condition. They were randomly divided into the routine treatment group and the diversified treatment group. Multimedia lectures were offered to routine group, while for diversified group, apart from multimedia lectures, they were assigned outdoor activities, award-winning race, and individual counseling as diversified education treatments. The treatment in both groups lasted for 3 months. The status and indications of blood glucose of control and the depression state of improve situation were compared before and after the treatment. **Results:** Both groups glycemic control and depression status had improved after treatment, but compared with the routine group, the diversified group had better and more significant results, and also had much improvement of the depression severity ( $P<0.05$ ). **Conclusions:** For elderly patients with type 2 diabetes and depression, diversified education provides more conducive effects to improve the patients' blood glucose control and depression.

**Key words:** Diversity; Education; Type 2 diabetes mellitus; Depression

**Chinese Library Classification:** R587.2 **Document code:** A

**Article ID:** 1673-6273(2012)21-4062-03

### 前言

中国已经成为世界上糖尿病患者最多的国家<sup>[1]</sup>,糖尿病患者合并抑郁的发生率明显高于普通人群<sup>[2]</sup>,老年 2 型糖尿病患者发病率更高。多元化教育是一种包括多媒体讲座、户外活动、有奖竞赛及个体化辅导在内的多形式教育模式,本文通过对老年 2 型糖尿病合并抑郁患者分别进行不同形式教育,分析多元化教育较之常规教育对患者的益处。

### 1 对象与方法

#### 1.1 研究对象

选取 2010 至 2011 年在我院住院及门诊的老年 2 型糖尿病患者,随机填写 Zung 氏抑郁自评量表(SDS) 根据得分,选择

确定为合并抑郁症患者 100 名为研究对象,其中常规教育组 50 名,多元化教育组 50 名,2 组在性别、年龄、民族、职业、婚姻、文化程度、病程、空腹血糖(FPG)、糖化血红蛋白(HbA1c)等方面,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),具有可比性(表 1)。2 型糖尿病参照 WHO1999 年诊断标准诊断,并排除糖尿病急性并发症、生活不能自理者、合并其他严重心、肺、脑疾病者、有精神病史及精神类药物使用史者。其中老年人群标准为年龄 $\geq 65$  岁。

#### 1.2 研究方法

**1.2.1 具体教育方法** 常规教育组进行一般糖尿病健康知识宣教,途径主要通过科室每 2 周 1 次的多媒体大讲课,内容包括糖尿病基础知识、常用药物、运动治疗、自我监测等知识;多元化组除参加科室大讲课以外,每月按照不同主题,分别进行 1 次户外活动及有奖知识竞赛,邀请家属共同参加,并根据患者

\* 基金项目 湖南省科技厅课题(2011SK3181)

作者简介 李浪波(1980-),女,硕士,主治医师,主要研究方向:老年糖尿病及慢性并发症的研究,

电话:15073135152 E-mail:llbchangsha@126.com

<sup>△</sup>通讯作者 秦爱平 E-mail: xuyunian@yahoo.com.cn

(收稿日期 2012-03-08 接受日期 2012-03-31)

自身的病情及活动后反馈信息,制定个体化饮食、运动及降糖方案。

1.2.2 监测指标 分别监测治疗前后2组患者的FPG、HbA1c水平。

1.2.3 抑郁状态评定方法 采用SDS量表及国内常模,标准分为总粗分乘以1.25后所得的整数部分,以SDS标准分 $\geq 53$ 为

合并抑郁症。抑郁严重度=各条目累计分/80,0.5以下者为无抑郁,0.5至0.59为轻微至轻度抑郁,0.6至0.69为中至重度,0.7以上为重度抑郁。

### 1.3 统计学处理

运用SPSS 13.0统计软件进行分析,全部数据以 $\bar{x} \pm s$ 表示,计量资料采用t检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

表1 两组患者临床资料

Table 1 Part of clinical data between 2 groups

	n	Sex(F/M)	Ages(Y)	Course of disease(Y)	FPG(mmol/l)	HbA1c(%)	SDS
Routine group	50	35/15	70.26 $\pm$ 5.25	5.02 $\pm$ 2.98	8.98 $\pm$ 2.29	8.26 $\pm$ 2.05	53.61 $\pm$ 3.18
Diversified group	50	35/15	71.21 $\pm$ 5.12	4.97 $\pm$ 2.53	8.35 $\pm$ 5.49	8.43 $\pm$ 1.95	52.02 $\pm$ 5.03

## 2 结果

治疗后2组患者的FPG、HbA1c水平较之治疗前均有改善( $P < 0.05$ ),SDS数值均有下降( $P < 0.05$ ),但多元化组较之常规

组血糖控制更达标,抑郁状态改善更明显( $P < 0.05$ ),并且多元化组在治疗后抑郁严重程度较之治疗前也有改善( $P < 0.05$ )(表2)。

表2 两组患者治疗前后效果比较

Table 2 Comparison of 2 groups before and after treatment

		FPG(mmol/l)	HbA1c(%)	SDS	Depression severity
Routine group	Before treatment	8.98 $\pm$ 2.29	8.26 $\pm$ 2.05	53.61 $\pm$ 3.18	0.66 $\pm$ 0.03
	After treatment	6.87 $\pm$ 4.35 <sup>#</sup>	6.75 $\pm$ 1.07 <sup>#</sup>	48.42 $\pm$ 2.35 <sup>#</sup>	0.61 $\pm$ 0.04
Diversified group	Before treatment	8.35 $\pm$ 5.49	8.43 $\pm$ 1.95	52.02 $\pm$ 5.03	0.64 $\pm$ 0.06
	After treatment	6.04 $\pm$ 1.18 <sup>*#</sup>	6.21 $\pm$ 0.13 <sup>*#</sup>	35.23 $\pm$ 3.47 <sup>*#</sup>	0.44 $\pm$ 0.05 <sup>#</sup>

Note: Routine group compared with diversified group after treatment(\*  $P < 0.05$ ); Each group compared with itself before and after treatment(#  $P < 0.05$ ).

## 3 讨论

中国目前已成为世界上拥有糖尿病患者最多的国家,糖尿病患者达到了总人口的9.7%<sup>[1]</sup>,而其中绝大多数为老年2型糖尿病患者。抑郁症是一种常见的心境障碍,可由各种原因引起,以显著而持久的心境低落为主要临床特征,且心境低落与其处境不相称,严重者可出现自杀念头和行为。近年来研究认为,糖尿病是一种身心疾病,糖尿病合并抑郁症几率明显高于正常人<sup>[3,4]</sup>,在新诊断为糖尿病的患者中发现30%左右患有抑郁症,是正常人群患病率的2倍<sup>[5]</sup>,老年2型糖尿病患者由于基础疾病多,疗效相对较差,生活自理能力的下降及其他社会经济原因,合并抑郁症患者的比例更大<sup>[6]</sup>。

糖尿病教育是糖尿病治疗的"五驾马车"之一,对于糖尿病患者的治疗具有重要意义。传统的糖尿病教育能让患者正确的认识糖尿病,了解降糖药物使用注意事项,走出治疗误区等,对患者抑郁状态有一定的改善作用<sup>[7]</sup>,本研究中常规组在治疗前后血糖有明显的控制,抑郁症状较前也有了改善,与国内研究结果相同。

但在以往实际授课中我们也发现,传统教育相对格式化,针对性不强,对听课者各方面要求均较高,且缺乏医患之间的互动,而对于老年2型糖尿病患者,由于视力、听力、记忆力的

减退,反应力、注意力及理解接受能力的降低,患者实际所能掌握的知识及医嘱的遵循又打了一定的折扣<sup>[8]</sup>。研究还发现,家属掌握糖尿病相关知识的多少以及其给予老年患者的关爱、护理非常重要,家属参与的健康教育可以强化老年糖尿病患者及家属的糖尿病知识,正确对待糖尿病的预防和治疗,养成良好的生活方式,延缓并发症的发生<sup>[9-14]</sup>,多元化教育正是基于上述传统教育的不足及老年人的患病特点孕育而生的。在本研究中,多元化教育组首先通过多媒体讲课传授知识,使患者对相应知识有了初步了解后,积极邀请家属一起参与户外活动,并结合有奖竞赛等多种形式不断重复强化教育,寓教于乐,让患者及家属在轻松愉悦的环境中更好的掌握相关知识,并注重每次活动后患者的反馈情况,及时调整方案,从而使血糖能平稳持久的控制,并且通过在活动中与其他患者的交流,家庭护理的到位,使老年2型糖尿病患者的抑郁情绪明显改善( $P < 0.05$ ),且治疗后抑郁严重度也有减轻( $P < 0.05$ )。

WHO提出,真正的健康是身心健康,糖尿病患者的治疗不应该仅仅以血糖达标为单一目标,同时也要关注患者的心理健康,多元化教育形式多样,内容丰富,深入浅出,更适合老年2型糖尿病合并抑郁患者,值得在临床进一步推广,以期达到糖尿病全面控制的目标。

## 参 考 文 献(References)

- [1] Yang WY, Lu JM, Weng JP, et al. Prevalence of diabetes among men and women in China[J]. N Engl J Med, 2010, 362 (12):90-101
- [2] Garvard JA, Lustman PJ, Clouse RE. Prevalence of depression in adults with diabetes: an epidemiological evaluation [J]. Diabetes Care, 1993, 16:116-117
- [3] Aarts S, Vanden Akker M, Van Boxtel MP, et al. Diabetes mellitus type as a risk factor for depression: a lower than expected risk in a general practice setting[J]. Eur J Epidemiol, 2009, 24(10):641-648
- [4] Anderson RJ, Freedland KE, Clouse RE, et al. The prevalence of depression in adults with diabetes: a meta-analysis [J]. Diabetes Care, 2001, 24(6):1069-1078
- [5] Engum A, Mykletun A, Midthjell K, et al. Depression and diabetes: a large population based study of sociodemographic, lifestyle, and clinical factors associated with depression in type 1 and type 2 diabetes[J]. Diabetes Care, 2005, 28(8):1904-1909
- [6] 许玲, 王德全, 任建民, 等. 2 型糖尿病患者抑郁的患病率及其危险因素[J]. 中国糖尿病杂志, 2003, 11(1):46-50  
Xu Ling, Wang De-quan, Ren Jian-min, et al. The prevalence of depression and its risk factors in type 2 diabetes[J]. Chinese Journal of diabetes, 2003, 11(1):46-50
- [7] 缪小萍, 陈虹, 姚正元. 糖尿病教育对 2 型糖尿病患者抑郁症状的影响[J]. 中国心理卫生杂志, 2000, 14(1):28-29  
Miao Xiao-ping, Chen Hong, Yao Zheng-yuan. Effects of diabetes education on depressive symptoms of type 2 diabetes patients[J]. Chinese Mental Health Journal, 2000, 14(1):28-29
- [8] 张赞, 韩晶, 李晓玉. 健康干预对糖尿病伴抑郁症的影响[J]. 中国误诊学杂志, 2011, 11(22):5390-5391
- Zhang Yun, Han Jing, Li Xiao-yu. Effects of health intervention on depressive symptoms of type 2 diabetes patients [J]. Chinese Journal of Misdiagnostics, 2011, 11(22):5390-5391
- [9] 谢赛琴, 马建芳, 边亚滨. 家庭访视对老年糖尿病患者依从性的影响[J]. 护理实践与研究, 2010, 7(15):9-11  
Xie Sai-qin, Ma Jian-fang, Bian Ya-bin. Effects of home visits to the elderly patients with diabetes mellitus compliance [J]. Nursing Practice and Research, 2010, 7 (15 ):9-11
- [10] 陈雪芹, 王俊霞, 刘瑞玲, 等. 家属参与的多阶段健康教育对老年糖尿病患者遵医行为的影响[J]. 护理实践与研究, 2011, 8 (21):135-136  
Chen Xue-qin, Wang Jun-xia, Liu Rui-ling, et al. Influence of family members participate in multi-stage health education in elderly patients with diabetes as medical behaviour[J]. Nursing Practice and Research, 2011, 8 (21):135-136
- [11] Kulnawan N, Jiamjarasrangsri W, Suwanwalaikorn S, et al. Development of diabetes telephone-linked care system for self-management support and acceptability test among type 2 diabetic patients [J]. J Med Assoc Thai, 2011, 94(10):1189-1197
- [12] Gabbe SG, Graves CR. Management of diabetes mellitus complicating pregnancy[J]. Obstet Gynecol, 2003, 102(4):857-868
- [13] Crinnion WJ. The role of persistent organic pollutants in the worldwide epidemic of type 2 diabetes mellitus and the possible connection to Farmed Atlantic Salmon (Salmo salar)[J]. Altern Med Rev, 2011, 16(4):301-313
- [14] Gerich JE, Bastien A. Development of the sodium-glucose co-transporter 2 inhibitor dapagliflozin for the treatment of patients with Type 2 diabetes mellitus[J]. Expert Rev Clin Pharmacol, 2011, 4(6):669-683