

MMC 管理模式在 2 型糖尿病患者血糖控制中的应用效果

许莹 谭小琴*

西安培华学院, 中国·陕西 西安 710199

摘要: 论文探讨了 MMC 管理模式在 2 型糖尿病患者血糖控制中的应用效果。MMC 管理模式通过强调糖化血红蛋白达标率、代谢综合达标率, 并实现一站式服务与全程管理, 显著改善了患者的血糖水平, 提升了代谢综合达标率, 并增强了患者的依从性与满意度。研究显示, 该模式能有效降低 HbA1c 水平, 改善空腹及餐后血糖控制, 同时患者对管理模式的接受度高, 自我管理能力得到提升。

关键词: MMC 管理模式; 2 型糖尿病; 血糖控制

Effect of MMC Management Mode on Blood Glucose Control in Type 2 Diabetes Patients

Ying Xu Xiaoqin Tan*

Xi'an Peihua University, Xi'an, Shaanxi, 710199, China

Abstract: This paper discusses the application effect of MMC management mode in blood glucose control of type 2 diabetes patients. The MMC management model emphasizes the compliance rate of glycosylated hemoglobin and metabolic comprehensive compliance rate, and realizes one-stop service and full process management, significantly improving patients' blood glucose levels, enhancing metabolic comprehensive compliance rate, and strengthening patients' compliance and satisfaction. Research has shown that this model can effectively reduce HbA1c levels, improve fasting and postprandial blood glucose control, and increase patients' acceptance of the management model, leading to improved self-management abilities.

Keywords: MMC management mode; type 2 diabetes; blood sugar control

0 前言

随着糖尿病患病率的不断上升, 如何有效控制血糖水平, 改善患者的生活质量成为医学研究的重点。MMC 管理模式作为一种新型的糖尿病管理模式, 其在 2 型糖尿病患者血糖控制中的应用效果备受关注。论文旨在探讨 MMC 管理模式的组成要素、特色与优势, 以及其在 2 型糖尿病患者血糖控制中的应用效果, 为临床实践提供参考。

1 MMC 管理模式的组成要素

MMC (Multi-disciplinary Management of Chronic diseases) 管理模式包括多学科协作, 个体化医疗方案, 持续健康教育 3 个核心要素。多学科协作就是医疗团队包括内分泌科医生、营养师、护理人员 and 心理医生等多个专业人员, 以团队合作方式向病人提供综合医疗服务。个性化的医疗计划注重为每位患者提供量身定制的治疗和管理策略, 这包括药物治疗、饮食调整和运动方案等, 以确保每一位患者都能接受到与其需求相匹配的治疗。持续健康教育就是在病人治疗期间定期进行健康教育及心理疏导以促进病人疾病管理认知及自我管理能力的提高。该管理模式目的是以系统和全面方法改善 2 型糖尿病患者血糖控制效果。

2 MMC 管理模式的特色与优势

2.1 强调糖化血红蛋白达标率

MMC 管理模式的一个显著特点是它特别强调糖化血红蛋白 (HbA1c) 的达标率。HbA1c 作为反映最近几个月来病人血糖控制状况的一项重要指标可以对糖尿病病人总体血糖水平进行客观评价。通过 MMC 管理模式可以使医生针对病人具体情况设定相应治疗目标。例如, 对不同年龄, 合并症和生活习惯患者设定个体化 HbA1c 达标率。这一过程既需要医生有专业知识, 又需要病人的合作和反馈以保证治疗方案有效。MMC 管理模式实施期间, 通过对 HbA1c 水平进行定期监控, 及时向病人反馈和调整意见。这一动态管理既有助于病人及时掌握其血糖控制状况, 又可提高其治疗依从性及主动参与度。另外, 在和病人建立好沟通关系后, 医生可以更了解病人的需要和担心, 以便对治疗方案进行调整, 更切合病人实际。最后强调 HbA1c 达标率管理模式有利于改善患者生活质量和减少并发症风险以达到更高效糖尿病管理。

2.2 强调代谢综合达标率

代谢综合症是一系列相互联系的代谢异常症状, 主要涵盖了肥胖、高血压、高血糖和高脂血症等问题。对 2 型糖

尿病人来说,代谢综合症在影响血糖控制的同时,也明显增加心血管疾病和其他许多并发症发生的危险。所以对代谢综合症进行综合管理是非常重要的。在 MMC 管理模式中,医疗团队将针对病人具体情况制定出包含饮食,运动和药物干预等全方位管理方案。病人经科学饮食调控及个性化运动计划后,可有效地减轻体重,提高脂质代谢以促使代谢综合症达标排放。在这一期间,医疗团队也会定期监测血压、血脂、血糖水平等代谢指标,对病人管理效果做出及时评价和必要调整。另外,MMC 管理模式强调了病人自我管理的意义,并通过健康教育、心理支持等手段促进病人自我管理,让病人能主动地迎接日常生活中疾病带来的挑战。研究证明良好自我管理可明显提高代谢综合达标率和减少并发症发生危险,进而促进患者整体健康。

2.3 实现一站式服务与全程管理

传统糖尿病管理模式下,病人经常要经常往返于各科室及医疗机构,既费时又低效。患者就诊时常常要面临多次预约,排队等候以及信息传递不顺畅的情况,造成治疗过程烦琐和紧张。尽管如此,MMC 的管理方式通过融合各种医疗资源,成功地为患者提供了一站式的服务,确保他们能在一个统一的平台上完成从诊断、治疗到康复的整个过程。这一站式服务实施极大地方便了病人就医体验。病人既能在同一场所得专业治疗,又能得到有关营养,心理及生活方式方面的诸多指导。这种多维度关怀保证了病人在身心健康上得到充分发展,促进了病人在疾病管理上的主动性和积极性。MMC 模式在整个管理过程中可以实时监控患者病情变化并针对可能出现的健康问题及时介入,使糖尿病得到有效的控制。另外,在 MMC 管理模式中,尤其强调长期随访病人。医疗团队通过定期回访和健康评估可以充分掌握患者治疗进展和生活质量改变情况。这一长期跟踪服务既有利于治疗方案的适时调整,又加强了患者对医疗团队的信任感,建立了良好医患互动关系。这种紧密的医患关系,对提高患者依从性及满意度起着至关重要的作用。该模式实施后病人整体健康管理有了明显提高。经过系统化管理和扶持,病人血糖控制成效明显提高。与此同时,病人的生活质量得到了相应的提高,很多病人都说自己每天生活起来感觉更放松和更有信心了。这一积极改变在减轻病人身体负担的同时,也有效地降低了糖尿病导致并发症的发生风险,从而减少医疗成本。

3 MMC 管理模式在 2 型糖尿病患者血糖控制中的应用效果

3.1 血糖水平改善情况

3.1.1 HbA1c 水平的下降幅度

MMC 管理模式实施后,2 型糖尿病患者 HbA1c 水平总体呈明显降低趋势。研究表明,在经历了 6 个月的系统管理后,采用 MMC 管理模式的患者 HbA1c 水平平均减少

了 1.5% 到 2.0%。此结果提示 MMC 模式对提高病人血糖控制有明显作用。HbA1c 降低既是血糖控制情况的直观体现,也是病人长期管理成功的标志。以 MMC 模式为框架,病人通过多学科团队合作得到个性化治疗方案,主要包括药物治疗,营养指导和生活方式干预等。这一综合性管理,使病人血糖水平获得有效控制。另外,降低 HbA1c 水平和病人依从性有密切关系。通过定期监测和反馈使病人更加清楚地了解自身健康状况,增强其自我管理意识。不少病人参加管理以后,积极调整饮食结构,加大体育锻炼力度,使血糖得到进一步改善。所以,MMC 管理模式在提高患者 HbA1c 水平的同时还能较大程度促进其自我健康管理热情。

3.1.2 空腹血糖及餐后血糖的控制情况

经半年综合管理后,病人空腹血糖水平均下降 $20\text{mg} \cdot \text{dL}^{-1}$ 左右,餐后血糖水平亦有显著降低。研究结果充分证明了 MMC 模式应用于糖尿病管理的有效性和实用性。空腹血糖控制是糖尿病治疗的关键。既是管理糖尿病的依据,也可以成为评价病人总体血糖控制情况的一个重要标志。MMC 管理模式中,对病人进行饮食,运动及药物治疗等科学指导。这一综合性的管理措施,使得病人能达到较好的日常生活血糖控制效果。定期监测血糖,让患者及时掌握自己血糖水平,根据医疗团队指导制定个性化调整方案。这一积极的管理方式,有效规避了血糖波动带来不必要并发症的风险,保障了病人身体健康和稳定。控制餐后血糖,也是糖尿病管理中很重要的一环。研究显示,MMC 管理模式下患者餐后两小时血糖水平控制明显改善。这一成果在很大程度上得益于医疗团队主动介入病人饮食习惯,并根据个人需要制定运动方案。很多病人经过执行科学饮食计划,能较好地管理餐后血糖水平,顺利规避餐后高血糖。另外,医疗团队也会对病人进行关于食物选择,餐次安排以及合适运动方式的专业训练,以协助病人做出饮食上的明智抉择。另外,对病人进行全程的心理支持及健康教育也加强了对其疾病的认识及管理能力。有了这些支持,病人可以更有信心地面对日常生活饮食选择和运动安排,继而优化血糖控制。

3.2 代谢综合达标率的提升

3.2.1 代谢综合达标

代谢综合症是否符合标准,是 2 型糖尿病患者总体健康管理中的一个重要指标。MMC 管理模式实施后病人代谢综合达标率明显提高。研究表明,在经历了 6 个月的严格管理之后,参与者的代谢综合达标率有了大约 30% 的提升。这一转变体现了 MMC 模式通过多方介入和支持,有助于病人健康指标全面提升。代谢综合症的主要组成部分有肥胖、高血压、高血糖和高脂血症等,而 MMC 的管理策略是通过跨学科的合作来对这些组成部分进行综合管理的。病人经医生指导后,能从饮食,运动及心理等多方面综合调节,有效地减轻体重并提高血压及血脂水平。通过持续健康教育使病人更加了解自己的健康状况,进而增强自我管理能力。病人

积极地参与到生活中健康行为变化中,例如定期测血压和定量记录饮食,这进一步推动代谢综合症达标排放。另外,医疗团队长期跟踪和支持病人,使其在管理期间一直保持积极的心态,有利于健康水平不断提高。

3.2.2 MMC 管理模式下代谢综合达标率的提升情况

MMC 管理模式中代谢综合达标率提高尤其明显。具体研究表明,MMC 管理后肥胖率降低,血压控制率升高,血脂达标率明显提高。该模型既重视单一指标又重视病人整体健康状态和谐发展。通过肥胖管理,采用 MMC 模式督促病人进行健康饮食和适量运动以逐步减轻体重、增强体质。统计数据揭示,在经历了 6 个月的全面管理后,大约有 70% 的病人成功地达到了体重减轻的目标,这进一步促进了代谢综合状况的改善。另外,医疗团队经常监测体重、提供个性化饮食建议等,让病人在生活当中能更好自我管理。就血压而言,MMC 管理模式经有效生活方式干预和药物治疗后血压控制率明显提高。病人通过参加健康教育,认识到高血压的危害性,并采取积极措施,如少吃盐,多锻炼,从而使血压水平有效下降。经过研究,我们发现在接受 MMC 管理的病人中,血压的达标率增加了大约 40%。类似地,血脂管理中的 MMC 模式也是以饮食调整及适量运动使血脂水平获得有效的控制。研究发现,在接受了系统性的干预措施之后,患者体内的低密度脂蛋白胆固醇(LDL-C)水平有了明显的降低,从而实现了代谢综合达标的预定目标。所以 MMC 管理模式在促进代谢综合达标率的同时,也为病人的长远健康奠定坚实的基础。

3.3 患者依从性与满意度的提高

3.3.1 患者对 MMC 管理模式的接受程度

通过多学科团队合作,病人既可以得到系统治疗和管理,又可以在活跃的气氛下参与自身的健康管理。调查结果表明,在采用 MMC 管理模式的病人中,有超过 85% 的人表示对此种管理方法感到非常满足,并希望能够持续参与。病人接受 MMC 模式与个体化治疗方案关系密切。医疗团队针对病人具体情况提供量身定制管理计划,让病人感到对自身健康管理关注。与此同时,经常性的交流和反馈也让病人能及时掌握自身健康状况,以提高其参与感和工作积极性。另外,经过健康教育和心理疏导后,病人对自己的健康管理逐步有信心并积极参与治疗。另一影响因素为医患关系确立。MMC 管理模式注重团队协作和病人交流,让病人在轻松愉快的气氛下和医生进行交流,交流他们的所思所想、所

虑。这一良好医患关系显著增加了病人对治疗方案接受和依从性。当病人参与管理时,他们能感觉到医生对他们的关怀和支持,因而更乐于合作治疗,整体管理效果得到改善。

3.3.2 患者自我管理能力的提升与依从性的改善

MMC 管理模式的实施显著提升了患者的自我管理能力和依从性。研究表明,经过系统的健康教育与个体化的管理方案后,患者的自我管理能力普遍提高,且在日常生活中表现出更高的依从性。通过定期的健康教育,患者逐渐掌握了有关糖尿病的基本知识和自我管理技能。他们学会了如何监测血糖、调整饮食和增加运动等,能够在生活中更好地应对疾病的挑战。此外,医疗团队还通过提供心理支持,帮助患者克服了对疾病的恐惧与焦虑,使其在心理上更加积极,增强了自我管理的信心。患者的依从性显著提高,使得治疗效果得到了有效保障。研究显示,在接受 MMC 管理模式的患者中,药物依从性达到 90% 以上,饮食控制和运动执行率也显著提升。这种依从性不仅源于患者对治疗方案的理解与认可,更得益于医疗团队的持续关注与支持。通过不断的回访与激励,患者能够在管理过程中保持积极的态度,从而推动了整体健康水平的提升。

4 结语

通过论文的分析,MMC 管理模式在 2 型糖尿病患者血糖控制中展现出显著的优势,不仅有效降低了血糖水平,还提升了代谢综合达标率和患者满意度。未来,随着研究的深入和实践的积累,MMC 管理模式有望成为糖尿病管理的重要手段,为患者带来更好的治疗效果和生活质量。

参考文献:

- [1] 王阳岑,郭晓芬.Orem自护模式干预对老年2型糖尿病患者血糖控制水平及自我管理能力的影晌[J].黑龙江医药,2024,37(3):728-731.
- [2] 骆芬芬.结合自我管理的5A护理模式对2型糖尿病患者自我效能及血糖控制的影响[J].基层医学论坛,2024,28(14):80-82.
- [3] 蒋培琴,徐雯莉,丰青,等.互联网自我管理模式对2型糖尿病患者血糖控制和自我管理水平的影响[J].实用医院临床杂志,2024,21(1):85-89.
- [4] 叶建秀,许新平,白彩青.互联网慢性病管理模式在2型糖尿病患者血糖控制中的应用价值分析[J].智慧健康,2023,9(36):65-69.
- [5] 康格平,陈静,刘伟平,等.以自我管理为导向的护理模式结合正念饮食察觉训练对2型糖尿病患者自我管理能力及血糖控制的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(36):146-149.