

Analysis of the effect of home care intervention in self-management of COPD patients

Kainan Wu Yanfang An Jia Liu Yongxia Pang Bo Feng

The Jingnan Medical District of the General Hospital of the People's Liberation Army of China, Beijing, 100071, China

Abstract

Chronic obstructive pulmonary disease, characterized primarily by airway restriction, is a chronic condition where patients heavily rely on self-management during long-term treatment, directly impacting their quality of life and disease progression. Home-based nursing intervention, as an extended form of care, emphasizes the patient's family as the foundation. It enhances the patient's self-management skills through continuous nursing guidance, health education, and lifestyle interventions. This study systematically analyzes the effectiveness of home-based nursing intervention in the self-management of COPD patients, exploring the mechanisms and practical value of these interventions in improving disease awareness, promoting behavioral changes, and reducing acute exacerbations. The aim is to provide scientific support and practical references for community care and home management, contributing to the optimization and development of chronic disease care models.

Keywords

home care intervention; COPD; self-management; health behavior; nursing effect

家庭护理干预在慢阻肺患者自我管理中的应用效果分析

吴凯楠 安艳芳 刘佳 庞永霞 冯博

中国人民解放军总医院京南医疗区, 中国·北京 100071

摘要

慢性阻塞性肺疾病作为一种以呼吸道受限为主要特征的慢性疾病,患者在长期治疗过程中对自我管理能力的依赖程度较高,直接影响其生活质量与疾病进展。家庭护理干预作为一种延伸性的护理服务形式,强调以患者家庭为基础,通过持续的护理指导、健康教育与生活方式干预,提升患者自我管理水平。本研究围绕家庭护理干预在慢阻肺患者自我管理中的应用效果进行系统分析,探讨干预手段在改善患者疾病认知、促进行为改变、减少急性加重事件方面的作用机制与实施价值,为社区护理及居家管理提供科学支持与实践参考,助力慢病护理模式的优化与发展。

关键词

家庭护理干预;慢阻肺;自我管理;健康行为;护理效果

1 引言

慢性阻塞性肺疾病已成为全球公共卫生的重要负担,具有高患病率、高致残率与高复发率的特点,严重影响患者的社会功能与生命质量。临床治疗虽可缓解症状,但疾病管理更多依赖患者自身对病情的持续监控与生活调控能力。近年来,家庭护理干预作为医疗服务延伸至家庭的重要方式,在慢病管理中发挥积极作用。针对慢阻肺患者的家庭护理干预,在改善其自我管理能力和减少急性加重频率与优化生活质量方面展现出独特价值,亟需系统性分析其机制与成效。

2 慢阻肺患者自我管理的核心内容

2.1 疾病认知与健康教育的重要性

慢阻肺患者普遍存在对疾病认识不足、管理理念滞后

的问题,影响了长期治疗效果与生活质量的提升。通过有针对性的健康教育活动,能够强化患者对病因、发病机制及症状演变过程的理解,提升其主动参与疾病管理的积极性。教育内容应涵盖慢阻肺的长期性、不可逆性特征及其与吸烟、环境污染的关系,引导患者认识到自我管理对疾病控制的重要性。合理的健康教育模式可通过宣教手册、视频教学、家庭访视等多样形式展开,增强患者对规范治疗和生活调节的认同感,进而为后续干预措施的执行奠定坚实基础^[1]。

2.2 用药依从性与吸入装置规范使用

药物治疗是控制慢阻肺症状和延缓病情进展的核心手段,但患者用药依从性普遍不高,尤其在长期维持治疗阶段更易中断或错误使用药物。吸入装置作为主要的药物递送方式,其正确操作直接关系到药效发挥。许多患者在日常使用中存在吸气方法错误、吸入速度不当及装置清洁不规范等问题,导致治疗效果大打折扣。加强药物使用指导,通过操作演示、反复督导和定期评估,可以有效提升患者对药物治疗

【作者简介】吴凯楠(1985-),女,中国河北石家庄人,本科,主管护师,从事家庭护理干预研究。

的重视程度与技能掌握程度。建立家庭成员协助监督机制，有助于提高治疗依从性，促进药物管理科学化、规范化。

3 家庭护理干预的实施要素

3.1 护理人员与家庭成员协同机制

家庭护理干预的有效性依赖于专业护理人员与家庭成员之间的协作关系，建立科学高效的协同机制是提升干预质量的基础。护理人员不仅要提供医疗护理支持，还需引导家庭成员参与健康管理全过程。家庭成员作为患者日常生活中最亲近的照护力量，应被赋予明确的健康管理职责，通过知识普及、技能培训和责任划分，增强其在疾病识别、日常照护及心理支持等方面的实际能力。护理人员需定期访视或通过远程方式监测患者状态，确保护理计划的动态调整。良好的协同机制能够形成信息共享、责任共担、目标一致的干预合力，有效提升慢阻肺患者的整体自我管理效果。

3.2 个性化干预方案的制定与执行

慢阻肺患者的病情发展具有阶段性与个体差异性，制定个性化护理干预方案是保障效果的关键。护理人员需结合患者的肺功能等级、并发症情况、认知能力、文化背景等多重因素，设计针对性的干预目标和措施。方案应涵盖药物使用指导、营养建议、心理疏导、运动处方等内容，实施过程中通过与患者和家庭成员充分沟通，确保其理解与配合程度。干预执行需动态评估患者反馈，适时调整干预策略，以匹配变化中的健康状态。个性化方案不仅提高了患者参与度，也增强了干预的精准性和可持续性，为慢阻肺自我管理奠定长效基础^[2]。

3.3 随访评估与持续支持模式构建

家庭护理干预的持续效果依赖于系统的随访机制与支持体系建设，需形成以护理人员为核心、多渠道协同的支持网络。定期随访可通过上门探访、电话随访或远程视频方式开展，内容包括症状监测、行为评估、用药情况回顾等，及时掌握患者病情变化和干预效果。随访过程应注重数据记录与分析，为后续护理调整提供依据。在随访基础上构建持续支持模式，包括设立护理服务热线、组建患者互助小组、开发健康管理App等，提升患者自主应对能力与家庭互动水平。完善的支持体系有助于形成良性反馈机制，推动家庭护理干预由短期行为向长期健康促进机制转化。

4 家庭护理干预对自我管理能力的提升影响

4.1 患者自我监测能力的提升路径

家庭护理干预通过系统性的教育和定期指导，使患者逐步掌握日常监测的具体方法和要点，包括对呼吸频率、痰液性状、体温变化及运动耐受度等指标的观察能力。护理人员在干预过程中强调病情识别的敏感性，指导患者正确记录每日症状变化，并利用工具如峰流速仪等简单设备辅助判断病情进展，增强对急性加重前兆的识别能力。通过强化日常监测行为，患者逐步建立自我评价与应对意识，减少对医疗

机构的依赖。在护理干预的持续推进下，自我监测行为逐渐由外部驱动转变为内部习惯，显著提升了疾病控制的主动性与响应效率。

4.2 并发症预防意识的增强表现

慢阻肺患者因长期慢性炎症及免疫功能下降，极易并发呼吸道感染、心力衰竭等严重健康问题。家庭护理干预过程中，通过对并发症诱因、症状特征和干预措施的系统性讲解，使患者及其家庭成员增强对潜在健康风险的认知，明确应对策略。护理人员围绕营养管理、环境控制、疫苗接种等方面给予具体指导，并在随访中持续强调预防意识的强化。患者在反复接受干预的过程中形成了对并发症预警信号的敏感判断力，主动采取防护行为，如避免寒冷刺激、保持手部清洁、减少与感染者接触等，从而有效降低了住院率和急性恶化事件的发生频次。

4.3 健康行为形成的持续性与稳定性

家庭护理干预通过规范化、持续性的行为指导与情境塑造，有效促使患者形成一套符合健康管理标准的生活行为模式。护理干预的内容涵盖戒烟、规律服药、合理饮食、锻炼身体等方面，通过个别教育、家庭参与及多样化提醒方式强化行为执行力。干预强调习惯养成与日常场景融合，使得健康行为由被动执行转化为主动选择，并在家庭支持与正向反馈作用下维持较高的持续性与稳定性，为慢阻肺长期控制与生活质量改善奠定坚实基础^[1]。

5 家庭护理干预效果的评估方法

5.1 生理指标与肺功能改善的定量评估

评估家庭护理干预效果的首要维度是生理指标与肺功能的变化，通过定期检测患者的第一秒用力呼气容积、用力肺活量及其比值，可直观反映干预后气道阻力的改善程度。结合动脉血气分析中的氧分压、二氧化碳分压变化，能够全面判断呼吸功能的代偿能力是否增强。在护理过程中应设定标准的检测频次与对比时间点，确保数据的连续性与可比性。借助肺功能仪等便捷设备实现家庭环境下的数据采集，并配合专业人员定期评判结果，提升干预管理的科学性。通过生理参数的定量比较，能够精准判断干预措施对慢阻肺患者病情缓解的实际作用，为护理路径的优化提供数据支撑^[4]。

5.2 自我管理力量表的应用与分析

自我管理能力是家庭护理干预的核心目标之一，采用结构化量表进行评估可有效量化患者行为改变的成效。常用量表涵盖疾病知识掌握、药物管理能力、症状监控行为、生活调适能力与心理调控水平等多个维度，每项内容设有分级评分标准，可通过患者自评与护理人员客观打分结合方式获得更为全面的数据。干预前后量表得分的对比分析，能够反映干预对患者自我管理能力的提升幅度及稳定性。同时，配合定性访谈与护理日志分析，有助于发现量表未能覆盖的管理盲区或执行障碍。科学使用量表工具，不仅强化评估的操

作性,也能提高家庭护理计划的针对性与可行性。

5.3 患者满意度与生活质量的综合评价

家庭护理干预是否有效,还应关注患者在服务接受过程中的主观体验和um生活质量变化。满意度评估可围绕护理服务的及时性、专业性、沟通效果与个性化服务程度展开,通常通过问卷调查的形式收集反馈信息,并结合患者及其家属的补充意见,全面反映护理干预的实际接受度与认可度。生活质量的评价则应包括身体状况、心理状态、社会功能与环境适应能力等指标,可使用 WHOQOL-BREF 等国际通用工具进行测量。通过满意度与生活质量数据的整合分析,可以从患者角度反映干预的实际影响,为优化护理服务流程与干预模式提供决策依据,有效促进以人为本的慢病管理策略落地。

6 优化家庭护理干预路径的策略

6.1 强化社区护理资源的整合能力

家庭护理干预的有效推进依赖于社区护理资源的组织化管理与高效协同,通过整合人力、物资、技术与管理机制,构建覆盖面广、响应及时的社区护理服务体系。社区卫生服务中心应加强与家庭医生团队、公共卫生人员及专科护理人员的联动,建立标准化的信息共享与资源调配机制,优化服务流程。在此基础上,合理配置慢阻肺患者护理所需的医疗器械、宣教材料与随访工具,确保干预手段具备可操作性与持续性。社区层面还应建设统一平台管理各类护理信息,实现资源配置的精准化与服务对象的分层管理。依托社区平台推动护理资源下沉和多方协作,为家庭护理提供有力支撑。

6.2 推动家庭健康档案的动态更新

动态健康档案是实现个性化家庭护理干预的重要基础,通过记录患者的基础信息、疾病发展、治疗反应、行为变化等维度数据,为护理计划的制定与调整提供精准依据。在家庭护理干预实施过程中,应建立由护理人员主导的档案更新机制,确保每次随访、评估或干预后及时录入相关信息。推动家庭成员参与档案管理,强化其对患者健康状态的认知与参与感。健康档案的动态维护有助于护理人员精准评估患者风险状态,实施更具前瞻性的管理策略,提升干预的连续性和目标导向性。

6.3 构建护理人员持续培训与激励机制

护理人员是家庭护理干预质量的核心保障,构建持续

化的培训与激励机制对于提升干预效果具有决定性意义。在培训方面,应围绕慢阻肺疾病特征、护理技术、沟通技巧及个性化干预策略等内容,开展多层次、模块化的专业能力提升课程,并注重操作技能的情景模拟与实践指导,确保护理人员具备实施干预的综合素质。在激励机制方面,应建立绩效考核与激励政策挂钩的制度体系,结合患者满意度、干预达成率及服务覆盖面等指标进行量化评估,通过薪酬调整、职称晋升、荣誉评定等手段,增强护理人员的职业认同感与责任感。培训与激励并重,有助于形成稳定、专业、富有积极性的家庭护理服务队伍^[5]。

7 结语

家庭护理干预作为提升慢阻肺患者自我管理能力的重yao路径,在疾病控制、行为改变和生活质量改善方面展现出显著优势。通过科学的干预机制、个性化的护理方案和持续的随访支持,患者在日常管理中能够更主动地参与治疗过程,实现健康行为的内化与稳定。护理人员在干预实施中发挥了桥梁与引导作用,使医疗资源有效延伸至家庭层面,提升了慢病管理的系统性与可及性。未来应加强社区护理资源配置与制度保障,推动干预路径的规范化与持续化,为慢阻肺长期控制提供更坚实的支撑体系。

参考文献

- [1] 尚娜娜.循证护理在慢阻肺患者临床护理中的应用效果分析[A].临床医学健康与传播学术研讨会论文集(第三册)[C].重庆市健康促进与健康教育学会:2025:542-544.
- [2] 张明娜,贾晓婷.家庭护理干预在提高慢阻肺伴心力衰竭患者生活质量中的应用效果[A].临床医学健康与传播学术研讨会论文集(第三册)[C].重庆市健康促进与健康教育学会:2025:962-964.
- [3] 梁莉.社区护理结合肺功能检查在社区老年慢阻肺患者中的作用[A].医学护理创新学术交流会议论文集(创新医学篇)[C].四川省国际医学交流促进会:2024:204-206.
- [4] 王佳雯.“慢阻肺”稳定期,家庭护理很重要[J].祝您健康,2024,(04):32-33.
- [5] 林榕,翁克姬.家庭护理干预对慢性阻塞性肺疾病伴心力衰竭患者心肺功能及不良反应发生率的影响[J].心血管病防治知识,2023,13(20):54-57.