

健康教育“知信行”模式在疾病预防保健及护理中的应用进展

韦白梅

来宾市兴宾区人民医院 广西来宾 546100

【摘要】现在医学,健康教育“知信行模式”已经在疾病的预防以及临床护理中得到了广泛的应用普及。本文主要在“知信行”模式在疾病预防保健及护理中的应用进展做以综述,同时对“知信行”健康教育模式在疾病预防保健及护理中的应用座椅展望。

【关键词】知信行模式;预防保健;护理;应用进展

【中图分类号】R47

【文献标识码】A

【文章编号】2095-9753 (2021) 01-173-02

前言

随着人类生活环境的不断进步,人们物质水平的不断提高,人们对健康教育的需求也在不断攀升。20世纪60年代初,公共医学健康教育专家科斯特(G. Gust)博士首次提出了健康教育“知信行”模式的行为改变理论。知信行(knowledge-attitude-practice, KAP)模式是改变人类健康相关行为的模式之一,它将人类行为的改变分为获取知识、产生信念及形成行为3个连续过程,即认知-信念-行为。将健康教育的健康信息传播给教育对象,可以改变教育对象的行为。现在,该理论也被疾病预防保健及临床护理中得到了广泛的应用普及,尤其在糖尿病、高血压、肿瘤和其他性病等告发疾病的。

一、“知信行”模式在疾病预防保健及护理中应用的重要性

疾病的到来都是不可预见性的,疾病给患者带来了身体、心理的病痛折磨的同时,也为家庭带来了严重的经济负担。首先,排在首位的是糖尿病,糖尿病可以说是现今社会的多发疾病,糖尿病的发生,更能引起多种合并并发症,给患者和家属造成重大伤害;其次,随着人们生活压力的增加,使得高血压患者越来越年轻,高血压同样会带来多种并发症,尤其是心脑血管疾病,严重威胁到了患者的生命安全;而肿瘤具有发现不及时、发病率高、治愈率低、死亡率高等特点,已经成为全球医学的攻克难关,预防大于治疗;总而言之,疾病的发生,患者身体承受着巨大的疼痛,心理也承受着巨大的压力,同时使患者的家庭承受着巨大的经济压力。

二、“知信行”模式在疾病预防保健及护理中的具体应用

(一) 糖尿病

糖尿病是一组以高血糖为特征的代谢性疾病。高血糖则是由胰岛素分泌缺陷或其生物作用受损,或两者兼有引起。长期存在的高血糖,导致各种组织,特别是眼、肾、心脏、血管、神经的慢性损害、功能障碍^[1]。糖尿病属于慢性终身性疾病,病情的发展和病人的自我意识有很大的关系,解决糖尿病患者和医护人员在护理中遇到的想干问题。从结果患者出发,为患者讲解糖尿病的及其多种并发症的临床表现、诊断、治疗等医学知识,讲解疾病后的自我心理调整、身体护理、以及生活规律和健康饮食。所以“知信行”的护理模式,可有效干预糖尿病患者的健康知识的掌握性和自我调节管理性,可以缓解患者自身的焦躁、恐惧情绪,也可帮助患者及家属更直观的了解糖尿病,起到调节作用。而“知信行”模式的自成熟化临床应用,可以提高医护人员的护理质量,增加患

者的对糖尿病的认识,增强了糖尿病患者的健康恢复的信念,从而使患者、患者家属更加积极配合治疗,对病情起到了良好的改善作用。结果表明,患者的知识、行为、态度可以更好的控制糖尿病的发生与蔓延,并且缓则自身的“知信行”模式的自我管理有着明显的相关性。

(二) 高血压

高血压(hypertension)是指以体循环动脉血压(收缩压和/或舒张压)增高为主要特征(收缩压 ≥ 140 毫米汞柱,舒张压 ≥ 90 毫米汞柱),可伴有心、脑、肾等器官的功能或器质性损害的临床综合征^[2]。高血压是最常见的慢性病,也是心脑血管病最主要的危险因素。对高血压患者进行“知信行”的健康教育,详细让患者了解高血压的生成、诊断、治疗、病后护理,可使患者积极主动的面对病情,积极配合治疗,服从医嘱,从而使患者可以更快的更有效的接受治疗,重获健康。应用“知信行”模式后,观察高血压患者本身的自我身体管理、自我心态调整、自我护理、自我生活管理都有明显提高,说明“知信行”模式可以提高患者的自我保护,提高患者的治疗依赖性。从而使高血压患者得到更好的治疗以及康复。

(三) 肿瘤

肿瘤(tumour)是指机体在各种致癌因子作用下,局部组织细胞增生所形成的新生物(neogrowth),因为这种新生物多呈占位性块状突起,也称赘生物(neoplasm)^[3]。随着生活压力的日益繁重,环境污染、水污染、食物安全等问题的越来越严重,肿瘤的发病率也越来越高。据统计,2015年,全国恶性肿瘤人数约392.9万,相比2014年的380.4万增加了3.2%,也就是说每天有超过一万人被确诊癌症,每分钟就有7.5人被确诊。肿瘤存在不易发现,不易治疗、不易康复等特点,所以肿瘤的预防就变得更加重要。我们应用“知信行”的模式进行肿瘤疾病的预防宣导,在对肿瘤患者进行肿瘤疾病的病情讲解,治疗的注意事项,治疗过程中可能引起的合并并发症,以及治疗期间,患者的情绪疏导、用药指导,避免患者因为患病导致情绪低落,恐惧病情,抗拒治疗的心态。同时还要对患者家属进行多方面的知道,例如:患者患病后的护理、注意饮食等,以做到改善患者的生活质量,同时还可以提高患者的治疗护理满意度。

(四) 其他疾病

当今社会,疾病种类越来越多,有些疾病还需经过手术治疗^[4]。手术后的患者身体机能恢复慢,病痛时间长等,“知信行”模式的推广应用也及其重要。在现今社会,用“知信行”的模式推广健康的重要性,合理饮食,少盐少油腻,多吃蔬果,

(下转第176页)

一个全新平台。OCTA 突破了传统血管成像技术,更精确地观察到应用抗 VEGF 药物治疗 ARMD 的疗效,更准确地发现 ARMD 各层的毛细血管异常,更精准地量化评估 ARMD 的眼底视网膜及脉络膜血管差异。OCTA 无疑对 ARMD 的诊断、治疗以及预后评估提供了新的检测手段,同时对 FFA 和 ICGA 也有很好的补充和完善作用。当然 OCTA 作为新兴技术,仍有许多方面有待完善,如 OCTA 进行一次扫描的面积有限,不能进行大面积扫描成像,且扫描范围扩大后成像效果变差。另外 OCTA 对检查者的配合度及视力有一定要求:不能很好地配合检查或者视力较差者都不能很好地成像。此外,OCTA 因为没有造影剂渗漏,降低了其对眼底血管屏障功能的观察能力。虽然 OCTA 还不能完全替代眼底血管造影,但未来无创快速的眼底检查是技术发展的必然趋势。一旦克服现有的局限,OCTA 有望对 ARMD 的诊治、治疗方案选择、随访评估,甚至病因的起源带来新的里程碑。

参考文献:

- [1] 赵堪兴,杨培增.眼科学(第8版).北京:人民卫生出版社 2013:221-222
- [2] Le Rouic J F, Peronnet P, Barrucand A, et al. Indications for fluorescein angiography and optical coherence tomography angiography (OCTA) in medical retina: Changes from 2015 and 2018 [J]. Journal Francais D Ophtalmologie, 2020, 43(5): 397-403.
- [3] Gao SS, Liu GJ, Huang D, et al. Optimization of the split-spectrum amplitude - decorrelation angiography algorithm on a spectral optical coherence tomography system. Opt Lett 2015;40(10):2305-2308
- [4] Jia YL, Tan O, Tokayer J, et al. Split - spectrum amplitude - decorrelation angiography with optical coherence tomography. Opt Express 2012;20(4):4710-4725
- [5] Tokayer J, Jia Y, Dhalla AH, et al. Blood flow velocity quantification using split - spectrum amplitude - decorrelation angiography with optical coherence tomography. Biomed Opt Express 2013;4(10):1909-1924
- [6] Choi M, Kim S-W, Yun C, et al. OCT Angiography Features of Neovascularization as Predictive Factors for Frequent Recurrence in Age-Related Macular Degeneration [J]. American

Journal of Ophthalmology, 2020, 213(109-19).

- [7] Borrelli E, Sacconi R, Klose G, et al. Rotational Three-dimensional OCTA: a Notable New Imaging Tool to Characterize Type 3 Macular Neovascularization [J]. Scientific Reports, 2019, 9(
- [8] Usman M, Iqbal K, Ali M H, et al. Features and Diagnostic Accuracy of Optical Coherence Tomography Angiography in Neovascular Age-related Macular Degeneration [J]. Cureus, 2019, 11(12): e6485-e.
- [9] Ciicinnelli M V, Cavalleri M, Consorte A C, et al. SWEPT-SOURCE AND SPECTRAL DOMAIN OPTICAL COHERENCE TOMOGRAPHY ANGIOGRAPHY VERSUS DYE ANGIOGRAPHY IN THE MEASUREMENT OF TYPE 1 NEOVASCULARIZATION [J]. Retina-the Journal of Retinal and Vitreous Diseases, 2020, 40(3): 499-506.
- [10] You Q S, Wang J, Guo Y, et al. Detection of Reduced Retinal Vessel Density in Eyes with Geographic Atrophy Secondary to Age-Related Macular Degeneration Using Projection-Resolved Optical Coherence Tomography Angiography [J]. American Journal of Ophthalmology, 2020, 209(206-12.
- [11] Cennamo G, Montorio D, D'alessandro A, et al. Prospective Study of Vessel Density by Optical Coherence Tomography Angiography After Intravitreal Bevacizumab in Exudative Age-Related Macular Degeneration [J]. Ophthalmology and Therapy, 2020, 9(1): 77-85.
- [12] Nassisi M, Tepelus T, Nittala M G, et al. Choriocapillaris flow impairment predicts the development and enlargement of drusen [J]. Graefes Archive for Clinical and Experimental Ophthalmology, 2019, 257(10): 2079-85.
- [13] Moul E M, Alibhai A Y, Rebhun C, et al. SPATIAL DISTRIBUTION OF CHORIOCAPILLARIS IMPAIRMENT IN EYES WITH CHOROIDAL NEOVASCULARIZATION SECONDARY TO AGE-RELATED MACULAR DEGENERATION A Quantitative OCT Angiography Study [J]. Retina-the Journal of Retinal and Vitreous Diseases, 2020, 40(3): 428-45.

(上接第 173 页)

少吃肉。充足休息,做到不熬夜、不抽烟、不喝酒、多运动^[5]。同时做到学会自我心态调节,自我心情调节。得病后不要恐惧,科学了解疾病的治疗和护理,改善生活环境、心理环境,好的心态才是治疗疾病的基础。家属的支持也是患者战胜病魔的重要心里支撑。

三、结束语

随着生活水平的不断提高,医学水平的不断进步,人们对医学治疗的要求也越来越高,所以“知信行”模式也逐渐替代了原有的传统护理模式,也得到了广泛的推广,患及其医护人员所认可,成为疾病预防保健护理工作中必不可少的一部分。我们要从源头做到健康的认知、推广,让人们注重健康的助药性,再针对已患病患者到对病情的认知、了解及治疗,再到病后的护理,包括对患者家属的心理辅导,尊重医嘱等方面,“知信行”针对患者减少身心病痛、心理辅导、家庭负担都起到了不可替代的重要作用。所以“知信行”模式在疾病预防保健及护理中的应用非常重要,值得继续研究

推广应用以及后续升华。

参考文献:

- [1] 郭丽,张亚伟,叶红丽,夏玲玲.知信行健康教育模式对甲状腺癌患者知信行评分、服药依从性和生活质量的影响[J].癌症进展,2020,18(17):1817-1820.
- [2] 吴静.甲硝唑联合知信行护理模式对牙周炎患者口腔健康生存质量评分的影响[J].当代护士(下旬刊),2020,27(09):75-76.
- [3] 卿周明,曾双云,张笔墨."知信行"理论为指导的健康教育模式对关节置换术患者疼痛知识认知程度和用药依从性的影响[J].国际护理学杂志,2020,39(16):2946-2949.
- [4] 赵红霞,袁媛,郑鑫.基于知信行理论的延续性护理对冠心病患者服药依从性、生活质量及自我效能的影响[J].中华健康管理学杂志,2020,14(04):356-361.
- [5] 何丹,胡三莲,钱会娟,周玲.上海市骨科护士延续护理知信行和髋部骨折开展延续护理意见的调查研究[J].中华现代护理杂志,2020,26(22):3009-3014.