

## 基于患者需求导向的慢病全科个性化管理方案的制定与效果验证

马瑞娟, 郭晓娟, 丁彦臣

利通区人民医院 宁夏吴忠

**【摘要】目的** 制定基于患者需求导向的慢病全科个性化管理方案, 验证其在慢病患者管理中的应用效果。**方法** 选取2024年7月—2025年7月本院全科门诊收治的60例慢病患者为研究对象, 采用随机数字表法分为两组。对照组实施慢病全科常规管理, 观察组实施基于患者需求导向的个性化管理方案。比较两组自我管理能力及不良事件。**结果** 干预6个月后, 观察组CSMS量表用药管理、饮食管理、运动管理、病情监测、并发症管理评分均高于对照组; 观察组不良事件发生率低于对照组 ( $P<0.05$ )。**结论** 基于患者需求导向的慢病全科个性化管理方案可有效提升慢病患者疾病控制效果, 增强自我管理能力, 降低不良事件发生风险, 值得推广应用。

**【关键词】** 患者需求导向; 全科; 个性化管理; 慢性病; 疾病控制; 自我管理能力

**【收稿日期】** 2026年2月15日 **【出刊日期】** 2026年3月24日 **【DOI】** 10.12208/j.imrf.20260006

### Development and effectiveness verification of personalized management plan for chronic diseases based on patient demand orientation

Ruijuan Ma, Xiaojuan Guo, Yanchen Ding

Litong District People's Hospital, Wuzhong, Ningxia

**【Abstract】Objective** To develop a personalized management plan for chronic diseases based on patient needs and verify its application effect in the management of chronic disease patients. **Methods** Sixty chronic disease patients admitted to the general outpatient department of our hospital from July 2024 to July 2025 were selected as the research subjects and randomly divided into two groups using a random number table method. The control group implemented routine management of chronic diseases, while the observation group implemented personalized management plans based on patient needs. Compare the self-management abilities and adverse events between two groups. **Results** After 6 months of intervention, the CSMS scale scores for medication management, diet management, exercise management, disease monitoring, and complication management in the observation group were higher than those in the control group; The incidence of adverse events in the observation group was lower than that in the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** A personalized management plan for chronic diseases based on patient needs can effectively improve the disease control effect of chronic disease patients, enhance self-management ability, and reduce the risk of adverse events. It is worth promoting and applying.

**【Keywords】** Patient demand orientation; General practice; Personalized management; Chronic diseases; Disease control; Self management ability

慢性病作为全球公共卫生重点问题, 具有病程长、病因复杂、并发症多、需长期管理的特点, 已成为我国居民健康的主要威胁<sup>[1-2]</sup>。全科医学以“以患者为中心、全人管理、连续照护”为核心理念, 是慢病管理的主要阵地, 但当前慢病全科管理多采用“标准化、统一化”模式, 忽视患者个体需求、生活背景、

健康诉求的差异性, 导致患者管理依从性低、疾病控制效果不佳、不良事件发生率居高不下<sup>[3]</sup>。患者需求导向是现代医学服务的核心原则, 强调以患者的实际健康需求、心理需求、社会需求为出发点, 制定个性化、针对性的管理方案, 契合全科慢病管理的“个体化”服务要求<sup>[4]</sup>。本研究通过深度调研患者健

康需求、疾病特点、生活方式等,制定基于患者需求导向的全科个性化管理方案,从疾病干预、自我管理指导、健康支持等多维度开展管理,验证其对患者疾病控制、自我管理能力及不良事件的影响,现报道如下:

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

筛选 2024 年 7 月-2025 年 7 月本院全科门诊收治的 60 例慢病患者为研究样本,采用随机数字表法分为两组。观察组男 16 例,女 14 例;年龄 42~74 岁,平均(58.26±7.35)岁;疾病类型:高血压 12 例,2 型糖尿病 9 例,高脂血症 5 例,多病共存 4 例;对照组男 17 例,女 13 例;年龄 40~75 岁,平均(59.02±7.18)岁;疾病类型:高血压 13 例,2 型糖尿病 8 例,高脂血症 6 例,多病共存 3 例;纳入标准:①年龄 40~75 岁,意识清晰,具备基本的沟通与理解能力;②在本院全科门诊规律随访≥3 个月,依从性尚可;排除标准:①合并严重心、肝、肾、脑等重要脏器功能衰竭;②合并恶性肿瘤、精神疾病、认知功能障碍;③处于疾病急性发作期;④近期参与其他慢病管理相关研究;⑤居住外地,无法配合完成定期随访与干预。两组性别、年龄、疾病类型等一般资料比较,差异无统计学意义( $P>0.05$ )。

### 1.2 方法

对照组实施慢病全科常规管理,①建立慢病健康档案,记录基本信息、疾病诊断、检查指标、用药情况等;②定期门诊随访,每 3 个月 1 次,监测疾病指标,根据病情调整用药方案;③开展常规健康宣教,发放慢病管理宣传手册,告知饮食、运动、用药等基础注意事项;④解答咨询的健康问题,提供基础医疗指导。干预持续 6 个月。

观察组在对照组基础上,实施基于患者需求导向的慢病全科个性化管理方案,具体实施步骤如下:

(1) 患者需求与综合评估:①健康需求,含疾病控制、用药指导、饮食运动规划、并发症预防等需求;②疾病特征,含疾病类型、病程、病情、用药及检查指标等;③个人情况,含年龄、文化程度、生活饮食偏好、运动能力、经济与家庭支持情况等;④心理与社会需求,含慢病相关心理压力、健康知识获取及社交生活支持等需求。据评估结果建立个性化评估档案,明确患者核心需求与管理重点。

(2) 个性化管理方案制定:①疾病个性化干预,

制定个体化用药与指标监测计划,多慢病患者整合用药,按需提供居家监测指导;②饮食个性化规划,营养师结合患者饮食偏好与疾病需求制定饮食方案,明确摄入标准、定制食谱并标注禁忌与替代方案;③运动个性化指导,依患者运动能力与需求设计循序渐进的运动方案,选择易接受的运动方式,对老年患者设计居家运动操并告知注意事项;④自我管理个性化培训,按文化程度与知识需求采用多元方式开展慢病自我管理相关培训;⑤心理与社会支持,对有心理压力患者进行一对一疏导,建立患者交流小组,联动社区与家庭指导家属参与慢病管理。

(3) 个性化管理方案实施:①定期分层随访:根据需求与病情,制定分层随访计划,病情稳定、自我管理能力较强的患者每月电话随访 1 次,每 3 个月门诊随访 1 次;病情不稳定、自我管理能力较弱的患者每 2 周电话随访 1 次,每月门诊随访 1 次,及时了解方案执行情况、指标变化及需求调整。②全程个性化指导:通过微信、电话、门诊等多种方式,为患者提供 24h 健康咨询服务,及时解答用药、饮食、运动等方面的问题;根据饮食、运动执行情况,定期调整饮食与运动方案;对服药依从性差的患者,分析原因并制定针对性干预措施,如设置用药提醒、简化用药方案等。③需求动态响应:每 2 个月对患者需求进行一次重新评估,根据病情变化、需求调整及管理效果,及时优化个性化管理方案,确保方案始终贴合实际需求。

(4) 管理效果阶段性评价:每 3 个月对患者管理效果进行一次阶段性评价,包括疾病指标控制情况、方案执行依从性、自我管理能力的变化等,针对评价中发现问题,及时与患者沟通,调整管理策略,提升管理效果。

### 1.3 观察指标

(1) 自我管理能力:干预 6 个月后,采用慢性病自我管理力量表(CSMS)评估,该量表包括用药管理、饮食管理、运动管理、病情监测、并发症管理 5 个维度,共 25 个条目,采用 Likert 5 级评分法,总分 25~125 分,评分越高表示自我管理能力强。

(2) 不良事件:记录两组干预 6 个月内慢病相关不良事件发生情况,包括高血压急症、糖尿病酮症酸中毒、急性冠脉综合征、脑梗死等,计算不良事件发生率。

### 1.4 统计学方法

采用 SPSS 25.0 统计学软件进行数据分析。计量资料以  $(\bar{x} \pm s)$  表示, 组间比较采用  $t$  检验; 计数资料以率(%)表示, 组间比较采用  $\chi^2$  检验。 $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组自我管理能力的比较

观察组 CSMS 量表用药管理、饮食管理、运动管理、病情监测、并发症管理评分均高于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

### 2.2 两组不良事件比较

观察组不良事件发生率低于对照组 ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

表 1 两组自我管理能力的比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

分组	数量	用药管理	饮食管理	运动管理	病情监测	并发症管理
观察组	30	23.56±2.15	22.89±2.08	21.65±2.32	22.35±2.12	21.89±2.05
对照组	30	23.56±2.15	17.50±2.12	16.32±2.05	17.89±2.26	16.65±2.18
$t$	-	9.025	6.378	5.389	8.135	7.492
$P$	-	0.001	0.001	0.001	0.001	0.001

表 2 两组不良事件比较[n (%)]

分组	数量	高血压急症	糖尿病酮症酸中毒	急性冠脉综合征	脑梗死	不良事件发生率
观察组	30	1 (0.00)	0 (3.33)	1 (0.00)	0 (0.00)	2 (6.67)
对照组	30	3 (6.67)	2 (6.67)	2 (6.67)	1 (3.33)	8 (16.67)
$\chi^2$	--	-	-	-	-	9.065
$P$	--	-	-	-	-	0.001

## 3 讨论

慢性病的长期有效管理是全科医疗的核心任务, 而传统“统一化、标准化”的慢病全科管理模式, 因忽视患者个体需求与差异性, 导致患者管理依从性低、疾病控制效果不佳, 成为制约慢病管理质量提升的关键问题<sup>[5]</sup>。患者需求导向强调以患者为中心, 充分尊重并结合患者的实际健康需求、生活背景与主观意愿, 制定个性化管理方案, 契合全科慢病管理的核心理念<sup>[6]</sup>。结果显示, 自我管理能力是影响慢病患者长期疾病控制的重要因素, 观察组干预后各维度评分均高于对照组, 基于患者需求导向的个性化自我管理培训, 根据文化程度、健康知识获取需求, 采用一对一讲解、视频教学等患者易接受的方式, 开展用药管理、病情监测、并发症识别等核心内容的培训; 有效提升了自我管理知识与技能<sup>[7]</sup>。观察组干预后不良事件发生率低于对照组, 该方案通过精准的疾病干预与有效的疾病控制, 降低了血糖、血压、血脂的波动, 减少了因指标控制不佳引发的高血压急症、糖尿病酮症酸中毒等不良事件<sup>[8]</sup>。

综上所述, 基于患者需求导向的慢病全科个性化管理方案, 能有效改善慢病患者的疾病控制指标,

增强自我管理能力, 降低慢病相关不良事件发生风险, 提升慢病全科管理质量, 该方案贴合实际需求, 实用性与有效性强, 值得推广应用。

## 参考文献

- [1] 杨小玲. 老年综合评估工具导向的慢病轨迹护理在糖尿病中的护理应用分析[J]. 中华养生保健, 2025, 43(06): 119-122.
- [2] 陈伟伟. 以患者需求为导向的互联网+慢病管理模式在慢性心力衰竭患者中的构建及应用[J]. 中外医学研究, 2024, 22(32): 83-88.
- [3] 任强, 王雅宁, 刘宁宁, 等. 创新导向下运动系统慢病管理实践课程体系的构建[J]. 中国继续医学教育, 2023, 15(22): 5-9.
- [4] 牛雨婷, 赵允伍, 王晓松, 等. 基于老龄化导向的社区慢病管理实践现状及思考[J]. 南京医科大学学报(社会科学版), 2023, 23(01): 7-13.
- [5] 吴国琰, 刘彩婷, 王延龙, 等. 靶向药物耐药机制在黑素瘤慢病治疗中的研究进展[J]. 皮肤科学通报, 2024, 41(01): 64-69.

- [6] 方轩.以全科医生为主体的中医药健康管理模式在慢病患者中的应用实践[J].中医药管理杂志,2024,32(08):143-145.
- [7] 盛水平,王身祥,夏艳芳.全科团队中医健康管理模式在慢病患者中的应用[J].中医药管理杂志,2024,32(01):155-157.
- [8] 伍亚萍,林婉,林芙蓉.“中医全科+专科联合门诊”模式

对提升慢病管理水平的作用[J].中医药管理杂志,2024,32(07):98-100.

**版权声明:** ©2026 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**