

基于健康行动过程取向理论的妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿 预防干预方案构建

蒋清华, 陈月梅*, 何 婷, 罗晓霞

重庆大学附属肿瘤医院, 重庆市肿瘤研究所, 肿瘤转移与个体化诊治转化研究重庆市重点实验室 重庆

【摘要】目的 基于健康行动过程取向 (HAPA) 理论, 构建妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿预防干预方案, 为临床开展针对性预防护理提供参考。**方法** 运用 HAPA 理论框架, 通过文献研究、质性访谈拟定方案初稿, 采用德尔菲法经过 2 轮专家函询确定妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿预防干预方案。**结果** 2 轮专家函询的积极系数均为 100%, 权威系数为 0.92, 第二轮函询的各级指标肯德尔和谐系数为 0.35~0.58 ($P<0.05$); 最终方案包括 3 个一级指标、8 个二级指标、22 个三级指标。**结论** 以健康行动过程取向理论构建的妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿预防干预方案符合临床需求, 可为降低术后下肢淋巴水肿发生率、改善患者生活质量提供标准化干预工具。

【关键词】 妇科恶性肿瘤; 下肢淋巴水肿; 健康行动过程取向理论

【基金项目】 重庆市沙坪坝区科卫联合医学科研基金资助项目 (2025SQKWLHMS057); 重庆市科卫联合医学科研基金资助项目 (2024MSXM103)

【收稿日期】 2026 年 8 月 2 日

【出刊日期】 2026 年 9 月 3 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20260459

Development of a preventive intervention program for lower limb lymphedema after gynecological malignant tumor surgery based on the health action process approach theory

Qinghua Jiang, Yuemei Chen*, Ting He, Xiaoxia Luo

Chongqing University Cancer Hospital, Chongqing Cancer Institute, Chongqing Key Laboratory of Chongqing Key Laboratory for the Mechanism and Intervention of Cancer Metastasis, Chongqing

【Abstract】 Objective Based on the Health Action Process Approach (HAPA) theory, a preventive intervention program for lower limb lymphedema after gynecological malignant tumor surgery was developed to provide a reference for targeted preventive nursing in clinical practice. **Methods** Using the HAPA theoretical framework, the initial draft of the protocol was formulated through literature review and qualitative interviews, and finalized via two rounds of Delphi expert consultations. **Results** The positive coefficients in both rounds of expert consultations were 100%, with an authority coefficient of 0.92. The Kendall's coefficient of concordance for each level of indicators in the second round ranged from 0.35 to 0.58 ($P<0.05$). The final protocol included 3 primary indicators, 8 secondary indicators, and 22 tertiary indicators. **Conclusion** The preventive intervention protocol for postoperative lower extremity lymphedema in gynecological malignancies, constructed based on the Health Action Process Approach theory, meets clinical needs and provides a standardized intervention tool to reduce the incidence of postoperative lymphedema and improve patients' quality of life.

【Keywords】 Gynecologic malignant tumors; Lower extremity lymphedema; Health action process approach theory

妇科恶性肿瘤是威胁女性健康的常见疾病, 手术联合放化疗的综合治疗模式虽显著提升患者生存率,

但术后下肢淋巴水肿的发生率高达 20.0%~67.4%^[1-2]。本研究基于 HAPA 理论构建妇科恶性肿瘤术后下肢淋

第一作者简介: 蒋清华, 女, 本科, 主管护师, 病区护士长;

*通讯作者: 陈月梅

巴水肿预防干预方案,通过多学科专家论证,旨在为临床护士提供标准化的干预流程,提升患者的自我管理能力。

1 对象和方法

1.1 成立研究小组

本研究小组共 9 名成员,包括妇科肿瘤医师、淋巴水肿治疗师、康复医学科、精神心理等领域的专家。主要负责专家遴选、证据整合、专家函询、方案修订和数据分析。

1.2 拟定方案初稿

计算机检索 PubMed、Web of Science、CNKI、万方等数据库,检索时间为 2018 年 1 月-2025 年 10 月,检索词包括“妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿”“预防干预”“健康行动过程取向理论”“HAPA”等。纳入标准:①研究对象为妇科恶性肿瘤术后患者;②研究内容涉及下肢淋巴水肿的预防措施、风险因素或健康行为干预。排除标准:①重复发表的文献;②数据不完整或质量低下的文献^[3-4]。

1.3 德尔菲专家函询

1.3.1 专家遴选

选取肿瘤护理、淋巴水肿治疗、康复医学、妇科肿瘤外科等领域的专家进行函询。纳入标准:①从事相关专业工作 10 年及以上;②具有副高级及以上职称;③熟悉妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿的预防与管理。

1.3.2 拟定专家函询问卷

问卷内容包括三部分:①专家一般资料调查表,涵盖年龄、学历、职称、工作年限、研究领域等;②干预方案指标重要性评分表,基于 HAPA 理论的 3 个阶段,将拟定的干预措施分为一级指标 5 项、二级指标 18 项、三级指标 42 项,采用 Likert 5 级评分法,1 分表示“极不重要”,5 分表示“极其重要”;③专家意见征询表,邀请专家对方案的合理性、可行性提出修改建议^[5]。

1.4 统计学方法

采用 SPSS 25.0 完成数据录入与统计分析。

2 结果

2.1 文献研究结果

通过对纳入的 58 篇文献进行分析,总结出妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿的主要危险因素包括:盆腔淋巴结清扫范围、术后放疗、肥胖、患肢外伤等;有效的预防措施包括:早期功能锻炼、压力袜穿戴、皮肤护理、饮食管理、定期随访等。结合 HAPA 理论的行为改变阶段,初步构建包含前意向阶段(风险认知教育)、

意向阶段(健康信念强化)、行动阶段(居家康复训练)的干预方案框架^[6]。

2.2 专家积极性与权威性

2 轮函询共发放问卷 15 份,回收有效问卷 15 份,积极系数均为 100%。专家权威系数(Cr)=(专家判断系数Ca+专家熟悉程度系数Cs)/2,本研究中Ca=0.95,Cs=0.89,Cr=0.92,表明专家的权威程度较高,函询结果可靠。

2.3 各级指标、重要性赋值、变异系数、权重及组合权重见表 1

3 讨论

3.1 基于 HAPA 理论构建干预方案的科学性与可操作性

HAPA 理论突破传统健康信念模型单一认知局限,将行为的改变分前意向阶段、意向阶段、行动阶段 3 个阶段,覆盖“认知-意向-行动-维持”全行为链条^[7],弥补了传统干预模式中“重知识传递、轻行为维持”的不足。本研究以 HAPA 理论为框架,结合妇科恶性肿瘤术后患者的康复特点,将理论阶段与临床实践相整合:将前意向阶段与意向阶段整合为“动机激活阶段”,行动阶段对应“行为启动阶段”,维持阶段对应“行为维持阶段”。

3.2 干预方案具有良好的临床可操作性与阶段性递进逻辑

方案设计遵循阶段性递进逻辑,各阶段干预目标清晰、内容具体、路径明确,便于临床护士按照患者康复进程分阶段实施。动机激活阶段侧重于认知干预,通过个体化反馈、情景化教育和案例宣教等方式,帮助患者建立正确的风险认知和积极的预防信念。该阶段的核心在于将“被动告知”转化为“主动认知”,激发患者的内生动机。

3.3 干预方案构建了多维度的社会支持体系

家属参与式管理模块的设计尤为贴近临床实际-患者术后恢复期间往往由家属承担主要照护责任,通过培训家属掌握监督与协作技巧,可将干预延伸至院外,有效破解术后患者行动不便、自我管理能力不足、依从性低下等现实难题。心理支持模块通过病友互助小组和归因训练,帮助患者建立积极的心态,避免因行为中断而产生挫败感。行为中断归因训练引导患者将行为中断归因于“可控的、暂时的”因素(如“今天太累了”),而非“不可控的、永久的”因素(如“我就是做不到”),这对维持长期预防行为具有重要意义^[8]。

表 1 妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿预防干预方案指标体系及权重 ($\bar{x}\pm s$, 分)

一级指标（权重）	二级指标（权重）	三级指标	重要性赋值	变异系数	组合权重
I-1 动机激活阶段 （0.335）					
	II-1 风险感知唤醒（0.268）	III-1 淋巴水肿易感性个体化反馈	4.93±0.26	0.05	0.116
	II-2 结果预期强化（0.322）	III-2 淋巴水肿严重性情景化教育	4.80±0.41	0.09	0.104
	II-3 行动自我效能激发（0.410）	III-3 预防行为获益—成本对比图谱	4.87±0.35	0.07	0.139
		III-4 成功案例视频宣教	4.60±0.51	0.11	0.093
		III-5 手法淋巴引流现场教学与回示	4.93±0.26	0.05	0.177
		III-6 渐进式目标设定（从 5 分钟/天起步）	4.73±0.46	0.10	0.125
I-2 行为启动阶段 （0.335）					
	II-4 行动计划制定（0.480）	III-7 每日皮肤自查时间/地点锚定	4.80±0.41	0.09	0.161
		III-8 居家运动时段固定化	4.67±0.49	0.10	0.143
		III-9 压力袜穿戴时机决策树	4.53±0.52	0.11	0.120
	II-5 应对计划制定（0.520）	III-10 障碍情境识别与清单化	4.67±0.49	0.10	0.174
		III-11 “如果一则”预案制定	4.73±0.46	0.10	0.186
I-3 行为维持阶段 （0.233）					
	II-6 维持自我效能巩固（0.380）	III-12 预防行为打卡与正向反馈	4.60±0.51	0.11	0.089
		III-13 阶段性行为成就回顾	4.53±0.52	0.11	0.079
	II-7 社会支持激活（0.280）	III-14 家属监督与协作技巧培训	4.67±0.49	0.10	0.065
		III-15 病友互助小组	4.40±0.51	0.12	0.052
	II-8 复发应对与重启（0.340）	III-16 行为中断归因训练	4.73±0.46	0.10	0.079
		III-17 从“全或无”到“微小行动”	4.60±0.51	0.11	0.069
		III-18 复发预警信号识别与应急联络	4.80±0.41	0.09	0.083

4 结论

本研究基于 HAPA 理论, 整合循证研究、质性访谈与德尔菲法, 构建含 3 个一级指标、8 个二级指标、22 个三级指标的妇科恶性肿瘤术后下肢淋巴水肿预防干预方案。

参考文献

[1] SILVA E.Cancer statistics,2024:mixed results in gynecologic oncology[J].International Journal of Gynecological Cancer,2024,34(6):964.

[2] 周晓娟,陈洁,罗晓妹,等.健康行为改变整合理论下的护理干预对糖尿病视网膜病变患者血糖控制水平及自我

管理能力的影响[J].糖尿病新世界,2025,28(17):125-128.

[3] 陈林,何珊,吴琳,等.家庭支持联合微波理疗对宫颈癌患者放疗后下肢淋巴水肿的干预效果及对负性情绪的影响 [J].中国性科学,2020,29 (01): 137-141.

[4] 张凤,刘高明,周颖,等.子宫内膜癌术后下肢淋巴水肿防治与康复护理的研究进展 [J].护士进修杂志,2023,38 (15): 1361-1364.

[5] 章孟星,侯胜群,张晓菊,等.乳腺癌和妇科肿瘤患者淋巴水肿风险及预防干预的证据汇总 [J].护理学杂志,2020, 35 (20): 18-22.

[6] 张佳佳,章孟星,张易,等.妇科恶性肿瘤患者术后继发性下肢淋巴水肿管理的循证实践 [J].护士进修杂志,2025,

40 (14): 1537-1544.

(15): 1361-1364.

- [7] 凌红.健康行动过程取向理论在全膝关节置换术后患膝功能康复干预中的应用[J].护理管理杂志,2015,15(9): 663-664.
- [8] 张凤,刘高明,周颖,等.子宫内膜癌术后下肢淋巴水肿防治与康复护理的研究进展 [J].护士进修杂志,2023,38

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