

健康信念模式的护理策略联合呼吸康复训练在肺癌术后患者中的研究

黄慧

赣州市肿瘤医院 江西赣州

【摘要】目的 分析健康信念模式的护理策略联合呼吸康复训练在肺癌术后患者中的作用。**方法** 收集 2023 年 1 月-2023 年 12 月期间，本院收治的 40 例接受肺癌根治术后化疗的患者资料，此期间实施呼吸康复训练，作为对照组（n=40 例）。再收集 2024 年 1 月-2024 年 12 月期间的 40 例同类型患者资料，此期间实施健康信念模式联合呼吸康复训练，作为观察组（n=40 例）。对比两组患者的肺功能指标、疾病应对能力、生活质量。**结果** 观察组患者的各项肺功能指标、疾病应对能力及生活质量，均明显优于对照组患者，差异均有统计学意义 ($P<0.05$)。**结论** 对肺癌术后患者实施健康信念模式的护理策略联合呼吸康复训练，可有效改善肺功能指标、增强疾病应对能力、提高生活质量。

【关键词】肺癌；健康信念模式；呼吸康复训练；肺功能

【收稿日期】2025 年 12 月 20 日 **【出刊日期】**2026 年 1 月 20 日 **【DOI】**10.12208/j.jacn.20260032

A study on the nursing strategy based on the health belief model combined with respiratory rehabilitation training in postoperative lung cancer patients

Hui Huang

Ganzhou Cancer Hospital, Ganzhou, Jiangxi

【Abstract】Objective The Effect of Nursing Strategies Based on the Health Belief Model Combined with Respiratory Rehabilitation Training on Postoperative Lung Cancer Patients. **Methods** Data were collected from 40 patients who underwent radical surgery for lung cancer followed by chemotherapy in our hospital from January 2023 to December 2023, during which respiratory rehabilitation training was implemented (control group, n=40). Additionally, data from 40 similar patients from January 2024 to December 2024 were collected, during which the health belief model combined with respiratory rehabilitation training was applied (observation group, n=40). The pulmonary function indicators, disease coping ability, and quality of life were compared between the two groups. **Results** The observation group exhibited significantly better pulmonary function indicators, disease coping ability, and quality of life than the control group, with statistically significant differences ($P<0.05$). **Conclusion** Implementing nursing strategies based on the health belief model combined with respiratory rehabilitation training for postoperative lung cancer patients can effectively improve pulmonary function indicators, enhance disease coping ability, and improve quality of life.

【Keywords】Lung cancer; Health belief model; Respiratory rehabilitation training; Pulmonary function

肺癌是临床常见的一种恶性肿瘤，临床多采用手术治疗，通过切除病灶控制病情进一步发展，延长患者生命周期。但肺癌患者术后仍有可能出现局部复发或者远处转移，因此通常需在术后辅以化疗、靶向治疗等综合治疗。由于术后机体免疫力下降，加之化疗过程中易出现多种不良反应，对患者的生理、心理层面均造成了极大影响^[1,2]。为减轻患者术后应激反应、促进康复，应采取科学、有效的护理措施。健康信念模式本质是通

过心理干预，帮助患者建立健康理念，并逐步形成健康行为，进而改善临床症状。呼吸康复训练则强调在生理层面促进患者的肺功能、运动耐力逐步恢复^[3,4]。本研究即对健康信念模式的护理策略联合呼吸康复训练在肺癌术后患者中的作用展开分析与讨论。

1 对象和方法

1.1 对象

收集 2023 年 1 月-2023 年 12 月期间，本院收治的

40例接受肺癌根治术后化疗患者资料，此期间实施呼吸康复训练，作为对照组（n=40例，平均年龄62.43±5.48岁）。再收集2024年1月-2024年12月期间的40例同类患者资料，此期间实施健康信念模式联合呼吸康复训练，作为观察组（n=40例，平均年龄62.14±5.62岁）。所有患者均符合肺癌的诊断标准并均行肺癌根治术后化疗。排除存在肺部感染、呼吸衰竭者、合并其他恶性肿瘤者、伴有严重精神系统疾病者。所有患者的一般资料无统计学意义（P>0.05），且均自愿参与研究。医院伦理委员会对本研究完全知情并批准。

1.2 方法

两组患者均接受常规护理，包括健康宣教、饮食指导、用药指导等。

1.2.1 呼吸康复训练

(1) 结合患者实际情况，制定康复训练计划，主要包括呼吸训练、辅助运动训练，每周3次，每次约30min。待患者掌握腹式呼吸技巧后，可根据病情恢复状态，辅以室内散步等辅助训练，训练强度不宜过大，应循序渐进，以患者耐受为宜；

(2) 具体训练内容包括：①腹式呼吸：患者一手置于腹部，一手置于胸前，在用鼻呼吸时应感受腹部隆起，保证胸部无起伏，5~10min/次，1~2次/日；②缩唇呼吸：先用鼻深吸气，使腹壁尽量隆起，再以吹口哨状口型缓慢呼气，5min/次，5次/日；③呼吸操：将腹式呼吸与扩胸运动相结合，先将双臂交叉置于胸前，在弯腰时双臂挤压胸部同时呼气，复位时吸气；向左、右两侧转时，使用对侧手掌向前推同时呼气，复位时吸气；初期练习时5min/次，2~3次/日，后期可逐渐延长时间；④康复训练：结合患者实际情况，指导进行适当的康复训练，包括慢走、上下楼梯等，运动前应适当热身，运动过程中应关注患者状态以及心率变化。

1.2.2 健康信念模式

观察组患者在接受常规护理以及呼吸康复训练的基础上，实施健康信念模式护理：

(1) 患者入院后，对其既往病史、身体情况等基本信息进行全面了解与评估，制定个体化的护理方案；采用适当方式（如：开展专题讲座、播放科普视频等）为患者详细讲解肺癌相关知识，包括治疗方法、化疗过程中可能出现的不良反应以及应对措施等，强调康复训练对于缓解病情的积极作用；提高患者对疾病、治疗的认知程度，进而提升治疗、康复训练等的配合度与依从性；

(2) 鼓励患者共同制定详细的护理目标，每日积

极参与康复训练并做好记录，培养并强化患者的自我管理意识，以可视化的目标增强其参与康复训练的主动性与信心，逐步形成健康的行为习惯；

(3) 在接受化疗期间，应每周与患者沟通，对于出现焦虑、抑郁等负性情绪的患者，及时开展心理疏导，可为其介绍恢复情况良好的病例，帮助患者树立信心，强化健康信念，以积极的态度面对治疗；

(4) 患者出院后，应通过定期随访了解其居家时期的康复情况，并予以指导与监督，确保患者完全建立良好的生活习惯，并叮嘱患者定期前往医院复查。

1.3 观察指标

本研究需对比两组患者：

(1) 肺功能指标：包括第1秒用力呼气容积（FEV₁）、用力肺活量（FVC）、FEV₁/FVC；

(2) 疾病应对能力：采用MCMQ医学应对模式问卷进行评估，包括回避、屈服、面对共3个维度，其中，回避与屈服分数越高表明疾病应对能力越差，面对分数越高表明疾病应对能力越强；

(3) 生活质量：采用SF-36健康调查量表进行评估，包括躯体功能、社会功能、情绪功能、认知功能、健康状况，分数越高表明生活质量越高。

1.4 统计学分析

本次研究的数据使用SPSS24.0软件进行统计学分析，用t和“ $\bar{x} \pm s$ ”表示计量资料，使用 χ^2 和%表示计数资料，P<0.05为数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 肺功能指标对比

结果显示，观察组的各项肺功能指标均明显优于对照组，差异均有统计学意义（P<0.05），详见表1。

表1 肺功能指标对比（n=40, $\bar{x} \pm s$ ）

组别	FEV ₁ (L)	FVC (L)	FEV ₁ /FVC (%)
观察组	2.45±0.33	2.80±0.11	69.45±3.56
对照组	2.27±0.41	2.44±0.32	60.09±2.78
χ^2	2.163	6.729	13.106
P	0.034	0.001	0.001

2.2 疾病应对能力对比

结果显示，观察组的回避、屈服、面对评分分别为9.85±1.48分、5.69±0.68分、25.46±3.71分，对照组分别为12.98±1.65分（t=8.931, P=0.001）、7.81±0.65分（t=14.253, P=0.001）、19.35±3.42分（t=7.658, P=0.001），可见，观察组的疾病应对能力明显优于对

照组，差异均有统计学意义（ $P<0.05$ ）。

2.3 生活质量对比

结果显示，观察组的躯体功能、社会功能、情绪功能、认知功能、健康状况评分分别为 84.03 ± 9.87 分、 85.64 ± 10.71 分、 81.44 ± 11.13 分、 85.21 ± 11.18 分、 73.52 ± 19.11 分，明显高于对照组的 76.67 ± 9.74 分（ $t=3.357, P=0.001$ ）、 79.95 ± 9.52 分（ $t=2.511, P=0.014$ ）、 75.56 ± 10.14 分（ $t=2.470, P=0.016$ ）、 79.57 ± 9.47 分（ $t=2.435, P=0.017$ ）、 63.46 ± 20.03 分（ $t=2.298, P=0.024$ ），差异均有统计学意义（ $P<0.05$ ）。

3 讨论

目前，临床对于肺癌的主要治疗方案为手术，虽能通过切除病灶缓解病情发展，但也对患者机体造成了一定程度的创伤，导致机体免疫力降低。加之化疗过程中易产生多种不良反应，为患者的身心健康均带来了巨大的负担，对康复进程也造成了一定影响。因此，对肺癌术后患者采取科学、有效的护理措施，对促进康复、提升生活质量等方面，均具有重要意义。

呼吸康复训练被广泛应用于肺部、呼吸系统等疾病的临床护理中，通过全面、规范的训练方式，可有效改善患者的肺功能与运动耐力。但由于部分肺癌患者对于疾病治疗及康复的认知程度较低，且受疾病、情绪波动等多种因素影响，其康复治疗的依从性亦有所降低，导致康复训练难以达到预期效果。健康信念模式则从患者心理层面出发，旨在帮助患者建立正确的健康理念，并逐步形成健康的行为习惯^[5,6]。本次研究结果显示，观察组患者的各项肺功能指标、疾病应对能力及生活质量，均明显优于对照组患者。分析其原因为，对肺癌术后患者实施规范的呼吸康复训练，有助于患者掌握正确的呼气、吸气方式，进而逐步改善肺功能。在此基础上辅以适当的辅助训练，可进一步提高患者的运动耐力。同时，通过对患者实施基于健康信念模式的护理干预，对患者的基本情况进行了全面评估，并为其制定个体化的护理计划，更具针对性。多元化的健康宣教，使得患者对于疾病治疗以及康复训练的认知程度大幅提高，并深刻认知到康复训练对于病情康复的重要意义，进而有效提高患者对于康复训练的配合度与依从性。在此过程中，患者逐渐建立正确的健康信念，有助于提高其参与康复训练的积极性。每日完成并记录护理目标，强化了患者的自我效能感，进一步增强了

面对疾病的勇气，在改善生理状态的同时也相应提高生活质量^[7,8]。出院后的定期随访，保证了护理计划的持续性与有效性，进一步巩固了患者的健康信念与良好的行为习惯。

综上所述，对肺癌术后患者实施健康信念模式的护理策略联合呼吸康复训练，可有效改善肺功能指标、增强疾病应对能力、提高生活质量，取得了较好的应用效果，值得推广。

参考文献

- [1] 张璐璐.行为训练结合快速康复护理模式对肺癌患者术后呼吸功能、生活质量的影响分析[J].现代诊断与治疗, 2022,33(17):2675-2678.
- [2] 王佳佳,石海燕.肺癌术后行正念认知行为训练结合呼吸功能康复训练对患者出院后生活质量的影响分析[J].中国医药指南,2025,23(3):16-19.
- [3] 刘娟,张甜甜.基于健康信念模式的护理策略联合呼吸康复训练对肺癌术后化疗患者预后质量的影响[J].中西医结合护理（中英文）,2021,7(3):104-106.
- [4] 余志慧,林青,林湘岚,于娜英.基于健康信念模式的护理策略联合呼吸康复训练在肺癌术后患者中的应用[J].中西医结合护理(中英文),2025,11(1):29-32.
- [5] 李敏,王孝彬,李彤彤.肺癌患者术后多元化肺康复训练的干预效果[J].中国临床研究,2024,37(12):1910-1914.
- [6] 李楠,周良阁,吴旖旎.基于健康信念模式的干预对肺癌根治术患者呼吸功能、疼痛应激指标、心理韧性的影响[J].癌症进展,2023,21(14):1614-1617.
- [7] 胡晓燕,杨阳,郑雷雷,林全.健康信念模式对肺癌患者呼吸功能锻炼依从性及肺功能的影响[J].护士进修杂志, 2021,36(11):1042-1044.
- [8] 王娇燕,陈晨.健康信念护理结合持续性呼吸练习指导对肺癌术后病人呼吸功能及自我护理意识的影响[J].全科护理,2023,21(16):2240-2242.

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