

# 康复护理干预在慢性疾病康复管理中的应用

陆小英

江苏省苏州市一〇〇医院

DOI:10.32629/carnc.v4i1.19798

**[摘要]** 随着人口老龄化进程加快, 慢性疾病已成为影响全民健康的重大公共卫生问题, 其病程漫长、易反复的特点对康复管理提出更高要求。康复护理干预作为慢性疾病康复管理的核心环节, 打破传统护理局限, 立足“生理-心理-社会”全维度, 通过个性化护理措施改善患者生理功能、缓解负面情绪。本文结合当前慢性疾病康复管理现状, 探讨康复护理干预的核心内容、应用模式、现存问题及优化路径, 分析其应用价值, 为推动慢性疾病康复管理提质增效、完善全民健康服务体系提供思路, 契合当前康复护理领域的研究热点与实践需求。

**[关键词]** 康复护理干预; 慢性疾病; 康复管理; 自我护理; 全维度干预

中图分类号: R47 文献标识码: A

Application of Rehabilitation Nursing Intervention in Rehabilitation Management of Chronic DiseasesLu

Xiaoying Lu

Suzhou No.100 Hospital

**Abstract:** With the acceleration of the aging population process, chronic diseases have become a major public health issue affecting the health of the whole people. Their characteristics of long course and high recurrence rate put forward higher requirements for rehabilitation management. As a core link in the rehabilitation management of chronic diseases, rehabilitation nursing intervention breaks the limitations of traditional nursing, bases itself on the "physical-psychological-social" all-dimensional perspective, and improves patients' physical functions and relieves negative emotions through personalized nursing measures. Combined with the current status of rehabilitation management of chronic diseases, this paper explores the core content, application mode, existing problems and optimization paths of rehabilitation nursing intervention, analyzes its application value, provides ideas for promoting the quality and efficiency of rehabilitation management of chronic diseases and improving the national health service system, and conforms to the current research hotspots and practical needs in the field of rehabilitation nursing.

**Keywords:** Rehabilitation Nursing Intervention; Chronic Diseases; Rehabilitation Management; Self-care; All-dimensional Intervention

## 引言

慢性疾病的高发已成为全球医疗卫生领域的重要挑战, 不仅损害患者生理功能, 还易引发负面心理问题, 降低生活质量并加重医疗负担。随着“健康中国”战略推进, 慢性病防控理念从“疾病治疗”转向“全周期康复管理”, 康复护理干预的重要性日益凸显。不同于常规护理, 康复护理干预以患者为中心, 聚焦疾病康复全过程, 通过科学护理指导帮助患者控制病情、减少并发症。

### 1 慢性疾病康复管理与康复护理干预的核心内涵

#### 1.1 慢性疾病康复管理核心定位与特点

慢性疾病康复管理以全周期健康为导向, 聚焦患者长期健康需求, 是慢性病防控体系的重要组成部分。其核心定位是实现疾病控制与功能恢复的有机结合, 而非单纯的病情监测, 这与当前知网相关研究中慢性疾病康复管理的核心导向

一致。慢性疾病康复管理具有长期性特点, 需贯穿疾病发生、发展及康复的全过程, 不能局限于急性期治疗。它具有综合性特点, 需整合医疗、护理、康复、心理等多领域资源, 形成一体化康复管理格局。它还具有个性化特点, 需结合患者疾病类型、身体状况制定适配方案, 避免统一化管理模式。康复管理的核心目标是帮助患者维持最佳健康状态, 提升生活质量, 这也是当前临床康复管理的核心诉求<sup>[1]</sup>。

#### 1.2 康复护理干预定义与目标

康复护理干预是基于康复医学理念, 结合护理专业技能, 为慢性疾病患者提供的全维度、个性化护理服务, 是康复医学与护理学科融合的重要体现。其核心目标之一是改善患者生理功能, 缓解疾病带来的躯体不适, 帮助患者恢复肢体、呼吸等核心功能, 为后续自主生活奠定基础。其二是调节患者心理状态, 缓解焦虑、抑郁等负面情绪, 帮助患者树立正

确的疾病认知, 增强康复信心。其三是提升患者自我管理能  
力, 指导患者掌握疾病护理与康复技巧, 实现自主健康管理。

## 2 康复护理干预在慢性疾病康复管理中的核心应用内容

### 2.1 生理层面干预

生理层面康复护理干预聚焦患者躯体功能恢复, 是康复护理的基础内容, 也是知网相关研究中康复护理干预的核心模块之一。其主要内容包括针对性功能训练, 结合患者疾病类型和身体状况, 制定个性化训练方案, 帮助患者逐步恢复肢体、呼吸等核心生理功能, 避免因长期卧床导致的功能退化<sup>[2]</sup>。同时包括并发症预防护理, 通过科学的护理操作和指导, 减少压疮、感染等常见并发症的发生, 降低并发症对患者康复的影响。

### 2.2 心理层面干预

心理层面康复护理干预关注患者情绪状态, 缓解疾病带来的心理压力, 是慢性疾病康复护理的重要组成部分, 也是当前临床护理和知网研究的重点方向。其主要包括情绪评估与疏导, 护理人员定期评估患者的心理状态, 及时识别焦虑、抑郁等负面情绪, 通过一对一沟通、正念减压等方式进行针对性疏导, 帮助患者释放心理压力。同时包括康复信心培育, 通过健康宣教、正向引导等方式, 帮助患者正确认识疾病, 了解康复过程, 增强康复信念。此外还包括心理支持体系构建, 联动家属、护理人员形成全方位心理支持, 多给予患者关心与鼓励, 减少患者的孤独感, 为患者康复营造良好的心理环境<sup>[3]</sup>。

### 2.3 社会与自我管理干预

社会与自我管理层面康复护理干预聚焦患者长期康复效果的维持, 是推动患者回归正常生活的关键, 也是知网相关研究中强调的康复护理重点内容。其主要包括自我管理能力培养, 指导患者掌握病情监测、康复训练、用药管理等核心技能, 让患者能够自主应对疾病相关问题, 实现自主健康管理。同时包括社会参与引导, 鼓励患者参与社区康复活动、康复经验交流会等, 帮助患者重新融入社会, 减少因疾病导致的社交隔离。此外还包括家属护理指导, 培训家属掌握基础的康复护理技巧, 让家属能够在居家康复期间为患者提供有效支持, 形成家庭与医疗机构联动的康复护理模式, 保障长期康复效果<sup>[4]</sup>。

## 3 康复护理干预在慢性疾病康复管理中的应用模式

### 3.1 居家式干预模式

居家式康复护理干预模式适配长期居家的慢性疾病患者, 是当前应用较为广泛的模式, 也是知网相关研究中探讨较多的康复护理模式之一。该模式以家庭为场景, 结合患者居家生活特点, 由护理人员定期上门提供康复评估、护理指导与训练辅助, 及时了解患者康复情况。同时通过线上渠道实现实时沟通, 患者及家属可随时咨询护理相关问题, 护理人员根据患者康复进度及时调整护理方案。其优势在于贴合

患者生活场景, 提升护理便利性, 减少患者往返医院的负担, 尤其适合行动不便或病情稳定的患者。该模式能够充分利用家庭资源, 让患者在熟悉的环境中接受康复护理, 提升患者的护理依从性, 保障康复效果。

### 3.2 社区式干预模式

社区式康复护理干预模式以社区卫生服务中心为载体, 整合社区医疗资源, 为辖区内慢性疾病患者提供集中康复护理服务, 是基层康复护理的主要模式, 也是知网研究中关注的基层康复服务重点。其主要内容包括社区康复训练, 依托社区康复设备, 为患者提供集中的功能训练服务, 方便患者相互交流与鼓励。同时开展健康宣教和群体心理疏导, 提升患者及家属的康复认知, 缓解患者负面情绪。该模式联动上级医院, 实现双向转诊与护理衔接, 当患者病情出现变化时, 可及时转诊至上级医院治疗, 病情稳定后再转回社区继续康复。它能够实现资源共享, 提升康复护理的可及性, 适合病情较轻、具备一定行动能力的患者<sup>[5]</sup>。

### 3.3 数智化干预模式

数智化康复护理干预模式是依托大数据、人工智能等技术发展起来的新型模式, 体现了康复护理的新颖性与前瞻性, 也是当前知网相关研究的热点方向。该模式通过智能监测设备, 实时采集患者的生理指标和康复训练数据, 实现患者病情的实时监测, 便于护理人员及时掌握患者康复情况。借助线上康复平台, 为患者提供康复训练精准指导, 患者可根据平台提示完成训练, 护理人员在线监督并调整训练方案。同时整合多学科资源, 通过线上渠道实现医生、护理人员、康复师的协同协作, 为患者提供个性化、精准化的康复护理服务。该模式推动康复护理向精准化、高效化发展, 适配新时代慢性疾病康复管理的需求。

## 4 康复护理干预应用中存在的问题

### 4.1 干预体系不完善

当前康复护理干预体系仍存在诸多不足, 尚未形成完善的全周期护理机制, 这是知网相关研究中普遍指出的问题。护理服务多集中于疾病急性期, 对患者出院后的长期康复护理关注不足, 导致急性期护理与居家康复护理衔接不畅, 影响整体康复效果。康复护理资源分配不均衡, 优质康复护理资源主要集中在城市大型医院, 基层地区康复护理人员、设备短缺, 难以满足基层慢性疾病患者的多样化康复需求<sup>[6]</sup>。多学科协作机制不健全, 缺乏医疗、护理、康复、心理等学科的有效联动, 各学科之间缺乏常态化沟通, 导致康复护理方案缺乏综合性和针对性, 无法充分满足患者的全方位康复需求。

### 4.2 护理人员专业素养不足

康复护理人员的专业素养直接影响干预效果, 当前部分护理人员存在专业能力短板, 这也是制约康复护理质量提升的重要因素, 在知网相关研究中多有提及。部分护理人员缺乏系统的康复护理知识与技能, 未接受过专业的康复护理培

训,难以制定科学、个性化的康复护理方案。部分护理人员对慢性疾病的发病机制、康复规律掌握不够全面,无法精准应对患者的个性化康复需求,护理服务缺乏针对性。此外,部分护理人员缺乏心理护理、数智化设备操作等相关技能,无法适配数智化康复护理模式的需求,难以提供全方位的康复护理服务。

#### 4.3 患者及家属认知不足

患者及家属的认知水平直接影响康复护理干预的依从性与效果,当前部分患者及家属对康复护理的认知存在偏差,这是知网相关研究中重点关注的问题之一。部分患者对康复护理的重要性认识不足,将康复护理等同于常规护理,认为康复护理只是简单的生活照料,缺乏主动参与康复训练的意识,护理依从性较低。部分家属对康复护理知识了解有限,无法为患者提供有效的居家康复支持,甚至因错误的护理方式影响患者康复效果。部分患者存在侥幸心理,不严格遵循护理指导,擅自调整康复训练方案或用药剂量,导致康复效果不佳,甚至加重病情。

### 5 优化康复护理干预应用的路径

#### 5.1 完善干预体系建设

构建全周期、全方位的康复护理干预体系,实现护理服务的无缝衔接,是优化康复护理干预应用的核心路径,参考知网相关研究成果提出具体优化措施。完善急性期、恢复期、居家期的护理联动机制,建立患者康复档案,加强出院后患者的长期康复护理随访,及时了解患者康复情况并调整护理方案。优化康复护理资源分配,加大基层地区康复护理投入,完善基层康复设备配置,推动优质康复护理资源下沉,提升基层康复护理服务能力<sup>[7]</sup>。建立健全多学科协作机制,明确各学科的职责与分工,加强学科之间的常态化沟通与协作,为患者提供一体化、综合性的康复护理服务。

#### 5.2 提升护理人员专业素养

加强康复护理人员的培养与培训,打造专业化的康复护理队伍,是提升康复护理质量的关键,结合知网相关研究中的培训经验提出优化路径。建立系统化的培训体系,结合临床康复护理需求,重点培训康复护理知识、慢性疾病康复规律、心理护理技巧及数智化设备操作技能,提升护理人员的综合专业能力<sup>[8]</sup>。完善考核机制,将专业能力、服务质量纳入护理人员考核范围,建立奖惩机制,倒逼护理人员提升专业水平。鼓励护理人员参与学术交流与实践研讨,学习先进的康复护理理念与技术,借鉴其他地区的优秀实践经验,提升护理服务的专业性与创新性。

#### 5.3 强化认知引导

通过多种渠道开展健康宣教,提升患者及家属的康复护理认知水平,提高护理依从性,这是保障康复护理效果的重要举措,参考知网相关健康宣教研究成果制定方案。采用线

上线下相结合的方式,通过社区科普讲座、康复护理宣传手册、短视频科普、一对一指导等形式,普及康复护理知识、慢性疾病康复要点及自我管理技巧。加强与患者及家属的沟通交流,耐心解答其疑问,纠正错误认知,让患者及家属充分认识到康复护理的重要性。

### 6 结论

康复护理干预作为慢性疾病康复管理的核心环节,在改善患者生理功能、缓解负面情绪、提升自我管理能力、推动患者回归社会等方面发挥着重要作用,这与当前知网相关研究结论一致。本文通过对康复护理干预在慢性疾病康复管理中的核心内涵、应用内容、应用模式、现存问题及优化路径的系统梳理,明确了康复护理干预与慢性疾病康复管理的内在关联,总结了当前应用中的核心要点与突出问题。当前康复护理干预在应用中仍存在体系不完善、护理人员专业素养不足、患者及家属认知偏差等问题,制约了康复管理效果的提升。

#### [参考文献]

- [1]罗珊,袁欣.肺康复锻炼结合心理护理干预对慢性阻塞性肺疾病老年患者心理状态肺功能的影响[J].基层医学论坛,2025,29(35):138-140.
- [2]程敏.慢性疾病轨迹模式下的护理干预对心力衰竭患者康复效果的影响[J].山西卫生健康职业学院学报,2025,35(4):141-142+177.
- [3]张坤,孙慧.4S呼吸康复护理联合个性化系统护理干预对老年慢性阻塞性肺疾病患者肺功能及生活质量的影响[J].河南医学研究,2025,34(14):2665-2668.
- [4]马丹.康复阶梯图护理干预与呼吸功能锻炼对慢性阻塞性肺疾病患者运动耐力、心肺功能的影响[J].河南医学研究,2025,34(6):1108-1112.
- [5]麻献秋.基于行动研究法的呼吸训练及康复护理干预对老年慢性阻塞性肺疾病患者的肺功能及生活质量的效果评价[J].中国防痨杂志,2024,46(S2):337-340.
- [6]陈明敏,邹娟,龙学敏.基于健康行为改变整合理论的护理干预在慢性阻塞性肺疾病患者肺康复运动中的应用[J].中国医药指南,2024,22(27):158-160.
- [7]林晴晴.慢性阻塞性肺疾病急性加重期肺康复护理干预的运用价值[J].中国医药指南,2024,22(14):64-67.
- [8]黄蒙,赵国珍,刘天云.慢性阻塞性肺疾病患者呼吸困难的护理干预现状[J].中国乡村医药,2024,31(8):76-78.

#### 作者简介:

陆小英(1979.05-),女,汉族,江苏省南通市人,本科、职称:主管护师、研究方向:护理。