

基于自我调节理论的护理对艾滋病患者疾病感知水平及遵医行为的影响

唐清清 杨丽娟

凤庆县人民医院感染性疾病科 云南 临沧 675900

【摘要】目的：探究基于自我调节理论的护理干预在艾滋病（AIDS）患者中的应用价值。方法：将2025年1月至2026年1月在本院接受治疗的60例AIDS患者纳入研究，按护理方式的不同分为两组。对照组32例接受常规护理，观察组28例在常规护理基础上增加基于自我调节理论的护理干预。比较两组的干预效果。结果：干预前，两组简化版疾病感知问卷（BIPQ）各维度得分及总分均未有显著差异（ $P>0.05$ ）；干预后，相较于对照组，观察组BIPQ各维度得分及总分均显著降低（ $P<0.05$ ）；服药依从性、生活方式依从性均显著升高（ $P<0.05$ ）；两组复诊依从性比较，未有明显差异（ $P>0.05$ ）。结论：基于自我调节理论的护理有助于减轻AIDS患者的负性疾病感知，提高其遵医行为，对改善患者的长期健康管理结局具有积极作用。

【关键词】：艾滋病；自我调节理论；护理；疾病感知水平；遵医行为

DOI:10.12417/2705-098X.26.18.062

The Impact of Self-Regulation Theory-Based Nursing on Perceived Disease Severity and Adherence to Medical Advice Among People Living with HIV/AIDS

Tang Qingqing, Yang Lijuan

Infectious Disease Department, Fengqing County People's Hospital, Lincang, Yunnan, 675900, China

Abstract: Objective: To explore the application value of nursing intervention based on self-regulation theory in AIDS patients. Methods: Sixty AIDS patients who were treated in our hospital from January 2025 to January 2026 were included in the study and divided into two groups according to different nursing methods. 32 cases in the control group received routine nursing, while 28 cases in the observation group received nursing intervention based on self-regulation theory on the basis of routine nursing. The intervention effects of the two groups were compared. Results: Prior to the intervention, the two groups showed no notable disparities in the scores for each dimension or the total score of the Brief Illness Perception Questionnaire (BIPQ) ($P>0.05$). Post-intervention, in contrast to the control group, the observation group's BIPQ scores for each aspect and overall score were notably reduced ($P<0.05$); however, both medication and lifestyle compliance saw a significant rise ($P<0.05$), with no notable disparity in adherence to follow-up visits between the groups ($P>0.05$). Conclusion: Nursing based on self-regulation theory helps reduce negative perceptions of illness among people living with AIDS, improves their adherence to medical treatment, and plays a positive role in enhancing their long-term health management outcomes.

Keywords: AIDS; Self-regulation theory; Nursing; Level of disease awareness; Adherence to medical advice

艾滋病（acquired immune deficiency syndrome, AIDS）是由人类免疫缺陷病毒引起的一种慢性传染性疾病，其主要发病机制是病毒攻击人体免疫系统中的CD4⁺T淋巴细胞，造成免疫功能进行性下降，从而易发各类机会性感染和恶性肿瘤^[1]。高效抗反转录病毒治疗的广泛应用，使艾滋病逐渐成为一种可控的慢性病，患者的预期寿命也明显延长。然而，疾病带来的恐惧、长期服药的不良反应、反复就医的经济压力以及社会歧视等多重因素，常令患者陷入焦虑、抑郁等负性情绪之中，这些心理问题不仅影响患者对疾病的感知，也会削弱其遵医行为，进而损害治疗效果和生活质量^[2]。因此，寻找有效的护理方法来改善患者的疾病认知与治疗依从性，对于提升抗病毒疗效和生活质量尤为重要。自我调节理论认为，个体行为的调节依赖于一种内在强化机制，即通过持续比较行为的预期与真实

效果，来监控并修正自身行为^[3]。基于这一理论，本研究采用回顾性分析方法，探讨基于自我调节理论的护理干预在艾滋病患者中的应用价值，现将结果报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2025年1月~2026年1月于本院接受相关治疗的AIDS患者60例。

纳入标准：①满足AIDS的诊断标准^[4]；②年龄18~65岁；③接受高效抗反转录病毒治疗6个月及以上；④临床资料完整。

排除标准：①合并严重机会性感染、恶性肿瘤终末期者；②合并严重心、肝、肾等脏器功能衰竭者；③存在严重认知功能障碍或精神疾病者；④抗抑郁或镇静药物长期应用史者。

以护理方案作为分组依据,对照组(n=32)、观察组(n=28)分别行常规护理、常规护理+基于自我调节理论的护理。两组一般资料可实施比较(P>0.05),见表1。

表1 两组一般资料比较

组别	观察组(n=28)	对照组(n=32)	t/χ ²	P
年龄(岁)	42.84±10.26	43.15±10.37	0.116	0.908
男/女	19/9	23/9	0.115	0.735
病程(年)	2.84±1.65	3.02±1.73	0.411	0.683
初中及以下	10(35.71)	10(31.25)	0.402	0.818
文化程度				
高中/中专	10(35.71)	14(43.75)		
大专及以上	8(28.57)	8(25.00)		
性传播	20(71.43)	24(75.00)	0.390	0.823
感染途径				
血液传播	5(17.86)	6(18.75)		
其他	3(10.71)	2(6.25)		

1.2 方法

对照组(n=32)给予常规护理,主要包括:遵医嘱给予抗病毒药物;通过口头讲解的形式向患者说明规律服药的重要性、常见药物不良反应及其处理方法、定期复查的时间等;定时监测生命体征;协助安排复查计划,并根据患者情况给予基础的心理疏导。观察组(n=28)在对照组基础上,实施基于自我调节理论的护理干预,具体措施如下:①认知重构(第1~2周):通过半结构化访谈,了解患者对病因、病程、后果及可控性等方面的认知偏差,借助通俗比喻和免疫重建图谱,向患者解释人类免疫缺陷病毒的复制过程及抗病毒治疗的作用机制,重点纠正患者的错误认知,帮助患者建立“艾滋病可以控制”的认知表征,增强其对疾病的个人控制感和治疗控制感。②情绪调节(第2~6周):引导患者书写疾病相关的情绪日记,从中识别愤怒、恐惧、羞耻等负性情绪。教授患者腹式呼吸放松训练、5分钟正念身体扫描的基本技巧,以帮助患者控制情绪。鼓励患者加入院内每两周一次的同伴支持小组,通过分享各自的应对经历来减轻孤独感与病耻感。③行为计划与自我监测(第3~12周):护士与患者共同商讨,制定个体化的服药、复诊及安全性行为目标。设置手机用药闹钟、性行为协商提示卡片等实用工具,并向患者发放《自我监测手册》,用于每日记录服药情况、安全套使用情况以及心理状态。护士每两周进行一次电话回访,了解患者的目标达成进度,对未完成的目标一起分析原因,共同调整行为策略,强化患者的自我效能。④家庭支持重建(第1~6周内至少完成1次):邀请与患者共同居住的家属参加健康教育,详细讲解日常接触不会传播病毒的科学依据,明确提醒家属避免使用歧视性语言,鼓励

家属发挥支持作用。两组干预时间均为3个月。

1.3 观察指标

①疾病感知水平:护理前后采用简化版疾病感知问卷(Brief illness perception questionnaire, BIPQ)分别从疾病认知、情感感知、疾病可理解性3个维度进行评估,共8个条目,每个条目均0~10分,得分范围为0~80分,得分越高即负性感知越强,疾病症状感受越严重^[5]。

②遵医行为:护理后从服药依从性、复诊依从性、生活方式依从性三个方面进行评估,各项依从率(%)=依从例数/总例数×100%。

1.4 统计分析

数据均通过SPSS 26.0统计软件进行分析,计量资料、计数资料分别以 $\bar{x} \pm s$ 和%表示,对应经独立样本t检验、χ²检验完成组间比较。P<0.05即差异显著。

2 结果

2.1 两组疾病感知水平比较

数据显示,干预前,两组BIPQ各维度评分及总分均未有明显差异(P>0.05);干预后,观察组与对照组相比,其BIPQ各维度评分及总分均明显降低(P<0.05),见表2。

表2 两组疾病感知水平比较($\bar{x} \pm s$,分)

组别		观察组 (n=28)	对照组 (n=32)	t	P
疾病认知	干预前	38.76±2.13	39.15±2.21	0.694	0.491
	干预后	21.36±1.58	29.84±2.03	17.865	<0.001
情感感知	干预前	16.03±2.43	15.89±2.48	0.220	0.827
	干预后	8.02±1.35	11.56±1.96	8.031	<0.001
疾病可理解性	干预前	7.58±1.26	7.72±1.31	0.420	0.676
	干预后	3.39±0.35	5.58±0.84	12.844	<0.001
总分	干预前	62.05±3.37	62.59±3.46	0.610	0.544
	干预后	33.21±1.43	46.74±2.67	23.959	<0.001

2.2 两组遵医行为比较

数据显示,观察组与对照组相比,其服药依从性和生活方式依从性均明显升高(P<0.05);两组复诊依从性未有明显差异(P>0.05),见表3。

表3 两组遵医行为比较[n(%)]

组别	观察组(n=28)	对照组(n=32)	χ ²	P
服药依从性	26(92.86)	23(71.88)	4.391	0.036

复诊依从性	25(89.29)	22(68.75)	3.711	0.054
生活方式依从性	24(85.71)	20(62.50)	4.115	0.042

注：续表3。

3 讨论

AIDS 患者需要进行终身的医疗管理，其对疾病的认知程度和对医嘱的遵从性将直接决定抗病毒治疗的成效和生活质量。传统常规护理模式缺乏对患者心理状态和自我管理能力的系统性关注，难以满足患者的多元化需求。自我调节理论强调引导患者主动参与疾病管理，通过认知重构改变对疾病的消极认知，通过情绪调节改善心理健康水平，通过行为训练建立有效的自我管理模式。

本研究中，干预后，观察组与对照组相比，其 BIPQ 各维度评分及总分均明显降低（ $P<0.05$ ），表明基于自我调节理论的护理可有效降低 AIDS 患者的负性疾病感知，与袁雯等^[6]的

研究结论一致。分析原因，通过纠正患者对疾病后果的灾难化认知，并强化个人与治疗的控制感，可以从认知表征层面打破恶性循环。同时，情绪调节与同伴支持环节显著降低了与艾滋病深度绑定的恐惧和羞耻情绪表征，进一步防止了情绪驱动的回避行为。另外，本研究中，观察组与对照组相比，其服药依从性和生活方式依从性均明显升高（ $P<0.05$ ）；两组复诊依从性未有明显差异（ $P>0.05$ ）。服药和生活方式依从性的改善可能与以下因素有关：首先，行为计划与自我监测能帮助患者建立规律的服药习惯，手机用药闹钟、使用性行为协商提示卡片等辅助工具的应用降低了漏服率；其次，家庭支持重建机制通过发挥家庭成员的支持作用，有助于增强患者的自我管理效能感和治疗归属感。

综上所述，基于自我调节理论的护理能够有效降低 AIDS 患者的负性疾病感知，提升遵医行为，有助于改善长期健康管理效果。

参考文献：

- [1] 曾昭华,戴芬,冯晓红.以自我调节理论为基础的护理干预对结核病合并艾滋病患者的应用效果分析[J].中外医药研究,2023,2(17):100-102.
- [2] 陈玉珠,黄小倩.支持性心理和认知疗法护理对艾滋病患者心理状态及睡眠质量的影响[J].中国医药指南,2023,21(4):124-127.
- [3] 李黎,姬雅梦,任娟,等.基于自我调节理论的护理干预在乙型病毒肝炎患者中的应用[J].中华现代护理杂志,2024,30(23):3180-3185.
- [4] 中华医学会感染病学分会艾滋病学组,中国疾病预防控制中心.中国艾滋病诊疗指南(2024 版)[J].中华传染病杂志,2024,42(5):257-284.
- [5] 王艺,张凤池,李文艳,等.多重感知教育对艾滋病患者疾病感知及自我管理能力的影 响[J].临床护理杂志,2024,23(6):14-18.
- [6] 袁雯,李雪梅,刘锦峰.基于自我调节理论的护理干预对艾滋病患者疾病感知能力及遵医用药依从性的影响[J].中国性科学,2023,32(1):137-141.