

基层全科医生慢性病管理中患者依从性提升策略研究

谢荣琴

重庆市高新区白市驿镇卫生院 重庆 401329

【摘要】：基层全科医生在慢性病管理中扮演着至关重要的角色，患者依从性是影响管理效果的关键因素之一。提高患者依从性不仅能够有效提升治疗效果，降低慢性病并发症的发生，还能减轻医疗系统的负担。本文基于慢性病管理中的患者依从性问题，探讨了影响依从性的多种因素，并提出了相应的提升策略。患者的健康知识、社会支持、医生与患者的沟通质量等因素均对依从性有显著影响。通过优化医患关系、加强患者教育、提供个性化的健康管理服务等策略，可以有效提升患者的依从性，进而改善慢性病的管理效果。本文还对基层全科医生在实践中的具体操作路径进行了探讨，为实际工作提供理论依据与操作指导。

【关键词】：基层全科医生；慢性病管理；患者依从性；提升策略；健康管理

DOI:10.12417/2811-051X.25.12.078

1 影响患者依从性的关键因素

1.1 健康知识的缺乏与患者依从性

患者的健康知识水平是影响依从性的关键因素。研究表明，缺乏对慢性病及其治疗方案的理解，容易导致患者对治疗产生不信任或不理解，从而降低依从性。知识不足不仅包括对疾病本身的认知，还涉及治疗方法、药物使用及其副作用的理解。对于慢性病患者，长期治疗和健康管理常伴随复杂性，若缺乏相关知识，患者难以认识到持续治疗的重要性，进而影响治疗的遵守程度。健康教育和宣教显得尤为重要。通过加强患者对疾病、治疗过程及预防措施的了解，能够显著提升其依从性，并帮助建立正确的疾病管理观念。在基层医疗机构中，医生应采用通俗易懂的语言，提供个性化的健康教育，帮助患者树立长期治疗的信心。

1.2 社会支持在依从性提升中的作用

社会支持对提升慢性病患者的依从性具有显著的影响。家庭成员、朋友、同伴和社区的支持能够有效促进患者的疾病管理。家庭支持可以为患者提供精神上的安慰，帮助患者遵循治疗方案，提醒患者按时就医或服药。患者的社会圈子中的其他慢性病患者分享经验，也有助于形成互相鼓励和激励的网络，从而提升依从性。社区健康服务在这个过程中发挥了重要作用，社区中的健康讲座、定期体检和健康监测能够帮助患者掌握疾病的变化，及时调整治疗方案。研究表明，患者在强大的社会支持体系中，往往能够更好地坚持治疗，减少因情绪或外部环境变化而中断治疗的情况。促进患者社会支持网络的建立，尤其是在基层医疗环境中，是提升患者依从性的有效手段。

1.3 医患关系对依从性的影响

医患关系的质量是决定患者依从性的关键因素之一。一个信任和理解的医患关系不仅能够促进患者与医生之间的沟通，还能增强患者的治疗信心。当患者对医生产生信任时，更容易接受治疗建议，并遵循医嘱。医生的沟通技巧、耐心倾听和情感支持对改善医患关系起着至关重要的作用。良好的沟通有助

于患者对自身疾病和治疗方案产生更清晰的认识，减少对治疗过程中的疑虑，进而提高治疗依从性。反之，不良的医患关系会导致患者对治疗产生抵触情绪，甚至可能因为感受到医生的不理解或冷漠而放弃治疗。在基层医疗机构中，加强医生的沟通技能培训，改善与患者的互动，建立以患者为中心的治疗模式，是提升患者依从性的一项重要策略。

2 基层全科医生在慢性病管理中的作用

2.1 全科医生在慢性病管理中的基本职责

全科医生在慢性病管理中起着核心作用，承担着疾病筛查、诊断、治疗及患者健康管理的职责。相较于专科医生，全科医生能够从全局出发，综合考虑患者的身体状况、生活习惯、心理状态以及社会支持等因素，为患者提供个性化的治疗方案。在慢性病的长期管理中，基层全科医生不仅需要制定科学合理的治疗计划，还需要密切关注患者的病情变化，及时调整治疗策略，防止疾病的加重。全科医生的工作不仅限于对疾病的直接干预，还包括健康教育、疾病预防和健康促进等方面的工作。由于慢性病往往伴随长期治疗过程，因此全科医生需要通过定期随访和患者教育，帮助患者克服治疗中的困难，提高依从性，确保治疗的持续性和效果。

2.2 医生与患者沟通技巧的提升

医生与患者之间的沟通质量直接影响患者的治疗依从性。在慢性病管理过程中，患者通常需要长期与医生进行互动，若沟通技巧不当，可能导致信息的误解或沟通障碍。全科医生在慢性病管理中的一项重要任务就是通过有效的沟通，使患者充分理解疾病的性质、治疗的必要性以及药物的使用方法。医生应该耐心倾听患者的病情诉求和情感需求，积极回答患者的疑问，消除他们对治疗的恐惧和疑虑。医生还应根据患者的理解能力调整沟通方式，确保信息传递的准确性。通过构建良好的沟通平台，医生不仅能够增强患者的信任感，还能够激发患者的参与感，帮助他们更好地配合治疗，最终提高依从性。

2.3 全科医生的个性化健康管理路径

慢性病的治疗过程往往是长期且复杂的，个性化的健康管理路径能够更好地满足不同患者的需求。在基层医疗环境中，全科医生需要根据患者的具体情况制定个性化的治疗方案，包括针对患者年龄、性别、疾病类型及生活方式的健康干预措施。这种个性化的管理路径强调的是从患者的实际需求出发，设计合理的治疗和干预计划，以达到最佳治疗效果。对于糖尿病患者，医生应根据患者的血糖水平、饮食习惯和运动状况，为其制定量身定制的饮食计划和运动建议。而在药物治疗方面，医生应根据患者的药物耐受性和副作用反应进行调整，确保治疗的个性化和可行性。个性化的健康管理不仅能够提高患者的依从性，还能够增强患者对治疗的信心，提升治疗效果。

3 患者教育与依从性提升

3.1 提高患者健康素养的有效方法

提高患者的健康素养是提升慢性病管理依从性的基础。健康素养指的是个体获取、理解、评估和应用健康信息的能力。高健康素养的患者能够更好地理解自己所患疾病的性质、治疗方法及其重要性，从而增强治疗依从性。针对慢性病患者，医院和全科医生需要提供针对性的健康教育内容，通过多种形式帮助患者掌握疾病相关的基本知识。患者可以通过社区健康讲座、在线健康教育平台等途径获取必要的疾病知识。医生还应根据患者的健康素养水平，采用适当的教学方式，如图文结合、简易语言解释等，确保患者能够理解并掌握相关的健康知识。通过提高健康素养，患者不仅能够更好地管理自己的健康，还能够主动配合治疗，提升依从性。

3.2 通过健康宣教促进患者自我管理

健康宣教在促进慢性病患者自我管理方面具有重要作用。慢性病的管理往往需要患者主动参与，长时间坚持药物治疗、定期监测健康指标、调整生活习惯等。健康宣教不仅仅是单向的信息传递，更是一个双向的互动过程。全科医生通过健康宣教，帮助患者认识到疾病的长期性和治疗的必要性，指导患者如何进行自我管理，提高其参与感和控制感。医生可以通过与患者的交流，帮助其制定合理的饮食和运动计划，同时提供心理支持，帮助患者树立积极的治疗心态。通过不断的健康宣教，患者能够更好地理解治疗过程中的每一步，增强其自我管理能力，进而提高治疗依从性。

3.3 个性化教育策略对依从性的影响

个性化的健康教育能够更加贴合患者的具体需求，从而在提升依从性方面发挥更大的作用。每个患者的情况都是独特的，单一的教育模式难以满足不同患者的需求。针对这一点，医生需要根据患者的年龄、文化背景、健康素养等因素，制定个性化的教育策略。对于老年患者，可以通过简化健康知识、使用易懂的语言来传授必要的健康信息；而对于年轻患者，则

可以通过现代技术手段，如移动健康应用和在线课程，提供更为便捷的教育资源。医生还可以根据患者的疾病特点和治疗方案，提供定制化的健康指导，从饮食、运动到心理辅导等各方面进行全面干预。个性化教育不仅可以提高患者的依从性，还能促进患者在治疗过程中的长期参与和自我管理。

4 医患互动与依从性提升策略

4.1 改善沟通技巧提高依从性

良好的沟通技巧对提升患者依从性至关重要。在慢性病的管理中，医生和患者之间的有效沟通能够减少患者对治疗的抵触情绪，提高治疗的顺应性。医生不仅需要传递疾病和治疗方案的专业信息，还需要关心患者的情感需求和心理状态。医生应学会倾听患者的心声，了解患者在治疗过程中遇到的困难和担忧，并给出针对性的建议和帮助。有效的沟通能够增强患者的信任感，使他们更容易接受医生的建议，从而提高依从性。医生还可以通过建立长期的医患关系，持续关注患者的病情和治疗反馈，进一步提高患者的治疗遵循性。良好的沟通不仅能够帮助患者获得更好的治疗效果，也能够增进医患之间的情感纽带，促进患者的治疗依从性。

4.2 增强患者信任感对依从性的促进作用

患者的信任感是影响依从性的重要因素。当患者信任医生时，往往会更愿意听从医生的建议和治疗方案。在慢性病管理中，由于治疗周期长、干预措施多，建立患者对医生的信任感显得尤为重要。医生应通过细致入微的沟通、及时的随访和个性化的治疗方案，逐步建立起患者的信任。患者信任医生后，不仅会更主动地参与治疗，还会遵循医生的指导进行必要的健康管理。信任感的建立不仅限于疾病治疗中的医生职责，还应包括医生在整个健康管理过程中对患者的关注和支持。信任是医患关系的基石，也是提升治疗依从性的关键因素。

4.3 医生情感支持在依从性提升中的价值

在慢性病的管理过程中，医生的情感支持是促进患者依从性的另一重要因素。慢性病患者常面临长期的治疗压力和心理困扰，医生在此过程中不仅是治疗者，还是支持者和鼓励者。研究发现，医生通过情感支持能够有效缓解患者的心理负担，提高治疗的依从性。医生应通过关怀、鼓励和积极的心理疏导，帮助患者应对治疗中的挫折和挑战，从而增强其治疗信心。医生的情感支持还能够增强患者的治疗动机，帮助他们更积极地配合治疗，提高自我管理的能力。情感支持不仅改善了医患关系，也为患者提供了心理保障，进一步促进了依从性。

5 社会支持系统与依从性

5.1 家庭支持对慢性病患者依从性的影响

家庭是患者社会支持系统中最重要的组成部分之一。研究表明，家庭成员的支持对慢性患者的依从性具有显著的促进作用。家属在患者治疗过程中扮演着重要的监督者和鼓励者角

色,能够帮助患者按时服药、参加定期检查,并提供必要的情感支持。家庭成员对患者健康管理的参与,不仅有助于患者遵守治疗方案,还能够有效缓解患者在治疗过程中遇到的困难和困惑。通过提高家庭成员的健康知识水平,可以让家属更好地理解患者的疾病和治疗需求,进而在治疗过程中为患者提供更为积极的支持。建立有效的家庭支持系统,对于提升慢性病患者的依从性具有重要意义。

5.2 社区健康服务对依从性的推动作用

社区健康服务为慢性病患者提供了一个便捷的支持平台。社区中的健康检查、慢性病管理课程和疾病监测活动能够帮助患者定期了解自己的健康状况,促进治疗依从性。通过社区的定期健康活动,患者不仅能够得到专业的健康指导,还能与其他慢性病患者交流经验,从而激发其参与治疗的动力。社区健康服务还能够帮助患者保持稳定的治疗节奏,提供情感支持,减少患者对治疗过程中的恐惧和抗拒感。研究表明,社区健康服务在慢性病管理中的作用不可忽视,尤其在提升患者依从性方面起到了积极作用。

5.3 多方位社会支持的综合效应

慢性病管理中的社会支持不仅限于家庭和社区,来自社会各方的支持共同作用,可以有效提升患者的依从性。工作场所的支持、社会福利系统的帮助、以及志愿者团体的参与,都可以为患者提供多方面的帮助。这些外部支持能够减轻患者的生活压力,提供更多的治疗选择,从而提高患者的依从性。通过整合社会各方资源,为患者提供综合性的支持,不仅能够提高其治疗的持续性,还能够改善整体健康管理效果。

6 依从性提升策略的实际应用

6.1 通过信息技术提升患者依从性

信息技术在提升患者依从性方面发挥着越来越重要的作用。随着移动健康技术的发展,患者可以通过智能手机应用、在线健康平台、远程监测设备等工具,随时获取疾病管理的相关信息、治疗进度和健康指标。这些技术不仅可以提高患者的健康意识,还能够通过提醒功能帮助患者按时服药、定期检查,避免治疗中断。电子健康记录和远程医疗可以使医生与患者保

持持续的联系,及时调整治疗方案。这种便捷的互动方式增强了患者的参与感和控制感,有助于提升依从性,尤其是在慢性病患者管理中,信息技术为患者提供了更多支持和便利。

6.2 实践案例分析与策略效果

通过对多个地区的实践案例分析,可以清晰地看到各类依从性提升策略的实际效果。某些基层医疗机构通过定期随访、健康教育课程和个性化的治疗方案,成功提升了患者的药物依从性和健康管理参与度。在这些案例中,患者在接收到充分的疾病教育后,更加积极配合治疗,降低了因不依从而导致并发症发生率。数据也显示,采用综合管理方案的患者,其疾病控制的效果显著优于传统单一治疗方式的患者。这些成功的实践为依从性提升策略的效果提供了有力的实证支持,证明了采取系统化、个性化管理方法的必要性。

6.3 改进医疗服务流程以支持依从性提升

改进医疗服务流程是提高患者依从性的另一重要策略。在传统的医疗模式中,患者往往面临繁琐的就诊流程和时间安排问题,这可能导致治疗中断或依从性差。通过优化就诊流程,如简化预约系统、缩短就诊等待时间、提供更便捷的药物取药服务,可以减少患者的负担,提升其治疗的持续性。通过推行多学科合作模式,确保不同领域的专业医生能够共同制定全面的治疗方案,有助于患者获得更系统的健康管理服务。改进医疗服务流程不仅有助于提升患者的满意度,还能通过高效的服务保障依从性,推动慢性病管理的有效实施。

7 结语

本文探讨了基层全科医生在慢性病管理中的作用以及如何通过提升患者依从性来优化治疗效果。研究表明,患者的健康知识、社会支持、医患关系等因素对依从性有显著影响,因此提高患者的依从性需要从多个方面入手。医生在慢性病管理中扮演着关键角色,个性化的健康教育、改进医患沟通以及加强社会支持体系等策略均有助于提升依从性。在此基础上,信息技术的运用和医疗服务流程的改进也为依从性提升提供了新的方向。未来的慢性病管理应更加注重患者的长期治疗需求,全面提升依从性。

参考文献:

- [1] 王力,李霞.基层全科医生在慢性病管理中的作用[J].中国基层医学杂志,2023,29(6):730-735.
- [2] 张晓东,刘伟.患者依从性与慢性病治疗效果关系的研究[J].中国健康管理,2022,18(4):421-424.
- [3] 陈丽娜,李明.健康教育对提升慢性病患者依从性的影响[J].中国临床医学,2021,28(5):1023-1027.
- [4] 王芳,赵楠.社会支持对慢性病患者治疗依从性的促进作用[J].现代医学,2022,33(7):1221-1224.
- [5] 林珊,胡凯.医患关系对慢性病管理依从性的影响及其优化策略[J].医学与社会,2023,36(8):52-55.
- [6] 周伟,陈洁.信息技术在慢性病管理中的应用及效果分析[J].中华公共卫生杂志,2022,38(9):1234-1237.