

健康信念模式在心血管疾病患者中应用的研究进展

罗星宇^{1*}, 李春梅^{1#}, 谭江红², 陈学龄³

¹吉首大学医学院, 湖南 吉首

²中南大学湘雅学院附属株洲医院教学科, 湖南 株洲

³中南大学湘雅学院附属株洲医院心血管内一科, 湖南 株洲

收稿日期: 2025年7月10日; 录用日期: 2025年7月29日; 发布日期: 2025年8月6日

摘要

近年来, 心血管疾病的患病率与死亡率呈现持续上升趋势。临床观察发现, 此类患者普遍存在明显的心理问题, 而心理障碍又会进一步引发躯体症状加重、治疗依从性降低以及生存质量恶化等问题, 从而形成难以打破的恶性循环。传统的单一医疗模式在心血管疾病治疗中往往难以取得理想效果。健康信念模式(HBM)作为个体健康行为改变的理论框架, 在心血管疾病(CVD)患者管理中具有重要应用价值。本文对健康信念模式的概念、背景、现状及其在心血管病人中的应用进行综述, 以期为进一步开展相关研究, 构建适合我国国情的健康教育方案, 为提高心血管疾病患者健康水平提供借鉴及参考。

关键词

健康信念模式, 心血管疾病, 心理护理, 综述

Research Progress on the Application of Health Belief Model in Patients with Cardiovascular Disease

Xingyu Luo^{1*}, Chunmei Li^{1#}, Jianghong Tan², Xueling Chen³

¹School of Medicine, Jishou University, Jishou Hunan

²Teaching Discipline, Zhuzhou Hospital Affiliated to Xiangya College of Central South University, Zhuzhou Hunan

³Department of Cardiovascular Medicine, Zhuzhou Hospital Affiliated to Xiangya College of Central South University, Zhuzhou Hunan

*第一作者。

#通讯作者。

文章引用: 罗星宇, 李春梅, 谭江红, 陈学龄. 健康信念模式在心血管疾病患者中应用的研究进展[J]. 护理学, 2025, 14(8): 1388-1393. DOI: 10.12677/ns.2025.148183

Received: Jul. 10th, 2025; accepted: Jul. 29th, 2025; published: Aug. 6th, 2025

Abstract

In recent years, the prevalence and mortality of cardiovascular diseases have continued to rise. Clinical observation found that such patients generally have obvious psychological problems, and psychological disorders will further lead to the aggravation of physical symptoms, the reduction of treatment compliance and the deterioration of quality of life, thus forming a vicious circle that is difficult to break. The traditional single medical model often finds it difficult to achieve ideal results in the treatment of cardiovascular diseases. As a theoretical framework of individual health behavior change, health belief model (HBM) has important application value in the management of patients with cardiovascular disease (CVD). This paper reviews the concept, background, current situation and application of health belief model in cardiovascular patients, in order to provide reference for further research, to construct a health education program suitable for China's national conditions, and to improve the health level of patients with cardiovascular diseases.

Keywords

Health Belief Model, Cardiovascular Disease, Psychological Nursing, Review

Copyright © 2025 by author(s) and Hans Publishers Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

1. 引言

心血管疾病(Cardiovascular Diseases, CVDs)是全球范围内最主要的死亡原因之一。根据世界卫生组织(WHO)2021年发布的数据,2019年约有1790万人死于心血管疾病,占全球总死亡人数的32%,其中超过四分之三的病例发生在中低收入国家[1]。心血管疾病包括冠心病、脑卒中、高血压性心脏病和心力衰竭等,与高血压、高血脂、吸烟、糖尿病、不良饮食习惯及久坐生活方式密切相关[2]。《2013-2020年预防和控制非传染性疾病全球行动计划》明确将预防和控制心血管疾病作为其目标之一[3]。心血管疾病可通过改善生活方式、控制危险因素预防,其发展和转归也需个体坚持药物治疗、运动、疾病监测等,这些均与患者的自我管理密切相关。基于健康信念模式的健康教育以其独特的社会心理学特征,可使患者正确认识到个人的健康问题,建立正确的健康信念,进而改变自身的不良行为[4],已成为慢性病预防和治疗的重要部分。因此,本研究就健康信念模式在心血管疾病患者中的应用现状进行综述,旨在为心血管健康的研究与实践提供参考。

2. 健康信念模式的概述

2.1. 概念及内涵

健康信念模式(Health Belief Model, HBM)是美国学者提出的运用社会心理学方法解释健康相关行为的理论,已在国外广泛应用于预防保健和健康教育[5],是一种基于社会心理学视角的理论模型,该模型用于分析影响个体健康行为的多种因素,着重强调个体的认知、期望、推理和信念等因素在健康行为形成过程中所发挥的主导作用。通过这一理论框架,健康教育的目的不仅是使患者获取相关健康知识,更

是促使患者对这些知识产生深度认同,并将其转化为实际行动,有效激发患者自我效能感,从而推动其改变不利于健康的不良行为模式[6]。

2.2. 核心要素

健康信念模式是从社会心理学角度分析个体健康行为的理论模型[7],强调个体包括威胁感知及行为意向等主观心理对其行为改变的影响,可进一步细分为:1) 易感性:指个体对自身患某种疾病可能性的主观判断。例如,心血管疾病患者若认识到家族中有心血管病史、自身存在高血压、高血脂等危险因素,会认为自己患心血管疾病急性发作或病情加重的可能性较高;2) 严重性:个体对疾病可能带来的严重后果的认知,包括生理、心理和社会方面。如心血管疾病患者意识到疾病可能导致心肌梗死、心力衰竭、生活不能自理,甚至危及生命,以及给家庭带来经济负担等严重后果;3) 健康行为益处:个体对采取特定健康行为能带来预防疾病、改善健康状况等益处的认识。对于心血管疾病患者,知晓规律服药可控制血压、血脂,降低心血管事件发生风险;坚持运动能增强心肺功能、改善代谢等;4) 健康行为障碍:意识到健康行为过程中的障碍和阻力,通过了解患者健康行为障碍提升个人对健康行为管理的信心,增强自我效能;5) 自我效能:个体对自己实施和坚持某种健康行为能力的自信程度。自我效能高的心血管疾病患者相信自己能够克服困难,如成功戒烟、长期坚持健康饮食和规律运动等。

2.3. 背景及现状

HBM 是解释健康教育的理论模型,该模式主要用于预测人的健康行为和实施健康教育,能深入剖析影响行为的因素,实施有针对性的行为干预,促成行为的改变[8]。目前 HBM 被广泛应用于健康人群、慢性病患者的健康教育和行为改变等领域的研究中,取得了一定成效[9]。国外研究中,HBM 的应用场景涵盖多个领域:在健康人群中,Emily H. Gabriel 等[10]针对俱乐部体育运动员的研究显示,基于 HBM 的干预显著提升了运动员参与损伤预防项目的自我效能感和功能表现;在慢性病管理领域,Timothy K. F. Fung 等[11]将 HBM 应用于腹膜透析患者,通过制定针对性干预策略,有效改善了患者因腹膜炎导致的治疗非依从行为;针对妊娠期健康管理,Mirella Youssef Tawfik 等[12]的研究表明,基于 HBM 的健康教育可显著提高妊娠期 2 型糖尿病患者的疾病知识水平、健康信念及自我管理能力和;此外,在青少年健康行为干预中,Sultan Ayaz-Alkaya 等[13]发现,以 HBM 为基础的健康教育能帮助经前综合征学生明确疾病管理的益处与障碍,进而激励其主动改变生活方式。而国内的研究多见于慢性病患者。夏嘉蔚等[14]的研究探讨了基于 HBM 的上海市社区妇女宫颈癌筛查行为影响因素,发现障碍认知与行为线索是关键影响因素;潘登等[15]的研究分析慢性 HBV 感染者随访依从性的影响因素,指出易感性认知、障碍认知、行为线索和自我效能均有显著影响;陈辰等[16]的研究通过构建基于 HBM 的血液透析患者液体管理影响因素关系模型,揭示了健康信念各维度对液体管理依从性及透析间期体重控制的作用路径;刘欢等[17]的研究基于 HBM 的智能健康教育对颈椎病术后恐动症患者的效果,证实其可降低恐动程度并改善预后;彭华等[18]的研究探讨跨理论模型联合 HBM 的护理干预在肺结核合并 COPD 患者中的应用,发现该干预可改善肺功能及患者自我管理能力等;李晶等[19]的研究基于 HBM 探究高校学生 HIV 自我检测意愿及影响因素,发现行动线索、感知疾病威胁和感知益处均有影响。上述研究均证实,HBM 通过强化个体对健康威胁的认知、明确行为益处、降低行动障碍及增强自我效能,在促进健康行为养成方面具有重要价值,为不同人群的健康干预提供了可靠的理论支撑。

3. 健康信念模式在心血管疾病患者中的应用现状

3.1. 高血压患者中的应用

近年来,健康信念模式在高血压患者管理中的应用受到广泛关注,相关研究证实其在改善患者健康

结局方面具有积极作用。在干预形式上,基于健康信念模式的社区家庭访视护理被多次应用,研究表明该模式可有效提升患者自我效能,改善血压控制效果[20],尤其对高龄患者而言,能显著提高其遵医行为,优化血压指标[21]; Yang 等[22]研究显示,在基于健康信念模式的干预中,高水平的自我效能和感知严重性以及低水平的感知障碍可提高高血压病人的治疗依从性,其中自我效能是影响降压依从性的重要中介变量之一。在具体健康行为干预中,健康信念模式对用药依从性的提升作用尤为突出。有研究显示,基于该模式的综合护理干预或健康教育,能帮助患者克服服药障碍,提高用药规范性[23];同时,其在改善患者生活方式方面效果显著,可推动老年患者采取低盐饮食、规律运动等健康行为,进而降低血压水平[24];此外,该模式在高血压并发症患者中也有应用,如针对高血压脑出血患者,能促进术后康复[25],在颅内血肿清除术患者围术期护理中,可优化护理质量[26]。

3.2. 冠心病患者中的应用

健康信念模式在冠心病患者多个维度管理中也展现出积极效果。在心理健康与生活方式方面,基于健康信念模式的教育能有效改善冠心病患者的心理健康状态,同时促进其形成健康的生活方式[27];在用药指导上,有研究构建并应用了基于该模式的冠心病患者用药指导方案,为规范患者用药提供了有效依据[28];对于心脏康复,健康信念模式下的心脏康复干预可提高冠心病患者的生活质量,增强其自我管理行为[29];刘建霞等[30]的研究将胃癌合并冠心病患者作为研究对象,基于健康信念模式模式的心脏康复,对于改善其生活质量和自我管理行为起到了一定成效;此外,在冠心病 PCI 术后患者的管理中,健康信念结合心理暗示的教育模式能提升患者的自我管理能力,提高患者心脏康复依从性,优化康复效果[31]。

3.3. 心力衰竭患者中的应用

健康信念模式在心力衰竭患者的干预中展现出多方面的应用价值,对不同类型和健康状态的患者均能产生积极影响。在老年慢性心力衰竭患者中,基于健康信念模式的心脏康复干预可有效提升康复效果,为老年患者的健康管理提供了可行路径[32];对于低健康素养的慢性心力衰竭患者,基于健康信念模式的健康教育干预能针对性地改善其健康状况,弥补因健康素养不足带来的管理短板[33];在合并其他疾病的心力衰竭患者中,如肺癌合并心力衰竭患者,应用健康信念模式可显著优化干预效果,有助于患者整体健康状况的改善[34]。

3.4. 脑卒中患者中的应用

健康信念模式在脑卒中患者的干预与管理中应用广泛,且在提升治疗效果、促进康复等方面均体现出积极作用。在治疗依从性方面,基于健康信念模式的护理干预能有效提高缺血性脑卒中患者的服药依从性,改善 mRs 评分[35];对于空巢老年缺血性脑卒中患者,该模式主导的护理干预可显著提升其治疗依从性,进而增强疗效[36]。在康复领域,将健康信念模式应用于脑卒中早期肢体康复的康复团队管理中,能促进患者肢体功能恢复[37];同时,该模式可提高脑卒中患者的康复锻炼依从性,从而改善其生活质量[38]; Towfighi 等[39]设计了适用于社区的脑卒中患者自我管理健康教育方案加强脑卒中的二级预防,该研究以知识宣教、疾病危险因素宣教、自我管理技能指导、动机访谈等宣教形式,改善了患者的自我管理水平。

4. 小结与展望

健康信念模式作为一种有效的行为改变理论,在心血管疾病患者管理中展现出显著价值。通过强化患者对疾病易感性、严重性的认知,明确健康行为的益处并降低行动障碍,该模式有效提升了患者的治疗依从性、自我管理能力及生活质量,在不同疾病类型、年龄层次及健康素养水平的患者中均取得积极

成效, 为心血管疾病的预防和控制提供了重要理论支撑与实践路径。然而, 当前研究仍存在不足, 由于目前健康信念模式未形成统一的流程, 且实际应用于临床的程序比较复杂, 耗时间也较常规模式长, 面对快节奏的临床工作, 目前还没有在临床大规模应用[40]。干预措施的标准化程度较低, 不同研究在健康教育形式、干预时长等方面差异较大, 难以形成统一的应用规范, 个体差异影响健康信念形成的机制探讨不足, 个性化干预方案的制定有待完善。未来研究应制定标准化的干预方案, 提高研究结果的可比性与可推广性; 结合精准医学理念, 深入分析个体差异对干预效果的影响, 构建个性化的健康信念干预策略, 同时探索与信息技术结合的新型干预模式, 进一步拓展其应用场景与效果。

参考文献

- [1] Timmis, A., Vardas, P., Townsend, N., Torbica, A., Katus, H., De Smedt, D., *et al.* (2022) European Society of Cardiology: Cardiovascular Disease Statistics 2021. *European Heart Journal*, **43**, 716-799. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehab892>
- [2] Roth, G.A., Mensah, G.A., Johnson, C.O., *et al.* (2020) Global Burden of Cardiovascular Diseases and Risk Factors, 1990-2019: Update from the GBD 2019 Study. *Journal of the American College of Cardiology*, **76**, 2982-3021.
- [3] 吉祥, 王丽敏. 《预防控制非传染性疾病全球行动计划(2013-2020)》解读[J]. 中国医学前沿杂志(电子版), 2014, 6(3): 9-11.
- [4] 黄益军, 林红霞, 陈汝文, 等. 脑梗死恢复期患者采用健康信念模式结合中医护理的价值分析[J]. 中外医学研究, 2020, 18(30): 83-85.
- [5] 孙孟青, 韦达, 许勤, 等. 健康信念模式教育对乳腺癌患者术后自我效能的影响[J]. 中国肿瘤外科杂志, 2017, 9(3): 204-207.
- [6] 陈杰, 柯小云, 郑丽娟, 等. 基于健康信念模式和计划行为理论的干预在急性心肌梗死患者中的应用效果[J]. 当代护士(下旬刊), 2024, 31(6): 51-55.
- [7] 雷光青. 健康行动研究的理论基础与经典行为改变理论的对比解析[J]. 中国健康教育, 2017, 33(8): 764-767.
- [8] 王晓婉, 王春风. 健康信念模式联合集中有氧运动干预对肥胖患者人体成分运动依从性的影响[J]. 山西医药杂志, 2019, 48(23): 2917-2920.
- [9] 季菲, 冯凤. 高血压多元化健康教育模式的研究进展[J]. 护理研究, 2019, 33(9): 1536-1540.
- [10] Gabriel, E.H., McCann, R.S., Hoch, M.C. and Cramer, R.J. (2020) An Intervention Based on the Health Belief Model Led to Improvements in Self-Efficacy Towards ERIPP Participation and Functional Performance in Club Sport Athletes: A Pilot Study. *Journal of Science and Medicine in Sport*, **23**, 921-926. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.04.002>
- [11] Fung, T.K.F., Ng, Y.L., Lam, M.F. and Lee, K.K.W. (2017) Psychosocial Factors Predict Nonadherence to PD Treatment: A Hong Kong Survey. *Peritoneal Dialysis International: Journal of the International Society for Peritoneal Dialysis*, **37**, 331-337. <https://doi.org/10.3747/pdi.2016.00094>
- [12] Tawfik, M.Y. (2016) The Impact of Health Education Intervention for Prevention and Early Detection of Type 2 Diabetes in Women with Gestational Diabetes. *Journal of Community Health*, **42**, 500-510. <https://doi.org/10.1007/s10900-016-0282-7>
- [13] Ayaz-Alkaya, S., Yaman-Sözbir, Ş. and Terzi, H. (2020) The Effect of Health Belief Model-Based Health Education Programme on Coping with Premenstrual Syndrome: A Randomised Controlled Trial. *International Journal of Nursing Practice*, **26**, e12816. <https://doi.org/10.1111/ijn.12816>
- [14] 夏嘉蔚, 杨永彬, 葛正好, 等. 基于健康信念模式的上海市社区妇女宫颈癌筛查行为影响因素研究[J]. 现代预防医学, 2022, 49(5): 819-823.
- [15] 潘登, 谢今朝, 顾菁, 等. 基于健康信念模式的慢性 HBV 感染者随访依从性影响因素研究[J]. 中华疾病控制杂志, 2023, 27(5): 569-573, 615.
- [16] 陈辰, 郑晶, 刘旭, 等. 基于健康信念模式的血液透析患者液体管理影响因素的关系模型研究[J]. 中华护理杂志, 2023, 58(24): 2996-3003.
- [17] 刘欢, 肖倩, 段洪超, 等. 基于健康信念模式的智能健康教育在颈椎病术后恐动症患者中的效果研究[J]. 四川大学学报(医学版), 2024, 55(2): 309-314.
- [18] 彭华, 崔俊伟, 尚秋白, 等. 跨理论模型联合健康信念模型护理干预在肺结核合并慢性阻塞性肺疾病患者中的应用效果[J]. 中国防痨杂志, 2025, 47(6): 727-731.

- [19] 李晶, 贺莉萍, 陈曦, 等. 基于健康信念模式探究高校学生 HIV 自我检测意愿及影响因素[J]. 实用预防医学, 2025, 32(2): 138-144.
- [20] 魏丽娟, 吕华丽. 健康信念模式的社区家庭访视护理改善高血压患者自我效能的研究[J]. 心血管病防治知识, 2024, 14(19): 99-102.
- [21] 陈翠萍, 兰玲. 健康信念模式的社区家庭访视护理对高龄高血压患者遵医行为及血压指标的影响[J]. 心血管病防治知识, 2023, 13(18): 77-79.
- [22] Yang, S., He, C., Zhang, X., Sun, K., Wu, S., Sun, X., *et al.* (2016) Determinants of Antihypertensive Adherence among Patients in Beijing: Application of the Health Belief Model. *Patient Education and Counseling*, 99, 1894-1900. <https://doi.org/10.1016/j.pec.2016.06.014>
- [23] 陆洋, 李婷婷. 基于健康信念模式的综合护理干预对高血压患者用药依从性的影响[J]. 心血管病防治知识, 2022, 12(27): 92-94.
- [24] 蓝小华. 健康信念模式干预对老年高血压患者健康行为及血压水平的改善作用[J]. 中国医药指南, 2025, 23(15): 156-159.
- [25] 张美宝. 基于健康信念模式的健康教育对高血压脑出血患者的影响[J]. 心血管病防治知识, 2023, 13(12): 40-42.
- [26] 刘翠萍. 研究健康信念模式应用于高血压脑出血行颅内血肿清除手术患者围术期护理中的效果[J]. 科学养生, 2021, 24(3): 156.
- [27] 刘宇捷, 王盼盼. 健康信念教育模式对冠心病患者心理健康状态及生活方式的影响[J]. 国际精神病学杂志, 2022, 49(5): 926-929.
- [28] 高雅. 基于健康信念模式的冠心病患者用药指导方案构建及应用[D]: [硕士学位论文]. 咸阳: 陕西中医药大学, 2024.
- [29] 丁轶雯, 张甜. 健康信念模式下心脏康复对冠心病患者生活质量及自我管理行为的影响分析[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2023, 8(14): 66-68, 86.
- [30] 刘建霞, 王永凤, 盖自宽, 等. 基于健康信念模式的心脏康复对胃癌合并冠心病患者生活质量及自我管理行为的影响[J]. 实用心脑血管病杂志, 2021, 29(9): 23-27.
- [31] 王会, 倪列. 健康信念结合心理暗示教育模式对冠心病 PCI 术后患者自我管理能力和康复效果的影响[J]. 川北医学院学报, 2023, 38(12): 1727-1730.
- [32] 王倩, 蒋涛. 健康信念模式的心脏康复对老年慢性心力衰竭康复效果的研究[J]. 心血管病防治知识, 2024, 14(6): 110-113.
- [33] 张韵聆. 基于健康信念模式的健康教育干预对低健康素养慢性心力衰竭患者的影响研究[D]: [硕士学位论文]. 大理: 大理大学, 2024.
- [34] 陈春霞, 张亚楠, 焦雅雯, 等. 健康信念模式在肺癌合并心力衰竭患者中的应用效果[J]. 癌症进展, 2020, 18(12): 1281-1285.
- [35] 韩海玲, 崔慧娟, 李翠芳, 等. 基于跨理论模型和健康信念模式的护理干预对缺血性脑卒中患者服药依从性和 mRs 评分的影响[J]. 护理实践与研究, 2022, 19(1): 17-21.
- [36] 李淑红, 张斌斌, 王波, 等. 健康信念模式主导的护理干预对空巢老年缺血性脑卒中患者治疗依从性及疗效的影响[J]. 中华全科医学, 2017, 15(3): 537-539.
- [37] 余红, 彭鲜红, 翁美娣, 等. 基于健康信念模式的康复团队管理在脑卒中早期肢体康复中应用[J]. 中国临床研究, 2022, 35(3): 432-435, 440.
- [38] 付玉雪, 周宁, 王保霞, 等. 健康信念模式对脑卒中患者康复锻炼依从性和生活质量影响研究[J]. 山西医药杂志, 2020, 49(1): 81-83.
- [39] Towfighi, A., Cheng, E.M., Ayala-Rivera, M., McCreath, H., Sanossian, N., Dutta, T., *et al.* (2017) Randomized Controlled Trial of a Coordinated Care Intervention to Improve Risk Factor Control after Stroke or Transient Ischemic Attack in the Safety Net: Secondary Stroke Prevention by Uniting Community and Chronic Care Model Teams Early to End Disparities (SUCCEED). *BMC Neurology*, 17, Article No. 24. <https://doi.org/10.1186/s12883-017-0792-7>
- [40] 刘竹韵, 高玲玲. 健康信念模式对糖尿病患者治疗依从性的影响[J]. 齐鲁护理杂志, 2017, 23(1): 68-70.