

DOI: 10.3969/j.issn.1004-4949.2026.04.040

## 基于行为分阶段转变理论的护理干预对烧伤患者创面愈合情况的影响

吴颖, 周雪, 李强

(武警特色医学中心烧伤冻伤及组织功能重建研究所, 天津 300162)

**[摘要]**目的 探究基于行为分阶段转变理论的护理干预对烧伤患者创面愈合情况的影响。方法 选取2024年1月-2025年8月我院收治的60例烧伤患者, 按照护理方式不同分为对照组和观察组, 各30例。对照组实施常规护理干预, 观察组实施基于行为分阶段转变理论的护理干预, 比较两组创面愈合情况、疼痛程度、创面改善效果、应对方式评分。结果 观察组创面愈合时间短于对照组, 创面愈合率高于对照组 ( $P<0.05$ ); 观察组干预后NRS评分低于对照组 ( $P<0.05$ ); 观察组干预后VSS、SCAR评分均低于对照组 ( $P<0.05$ ); 观察组干预后积极应对评分高于对照组, 消极、回避应对评分低于对照组 ( $P<0.05$ )。结论 对烧伤患者采用基于行为分阶段转变理论进行护理干预, 可加快创面愈合、减轻创面疼痛, 有效提升创面修复效果, 帮助患者建立积极的应对方式, 促进其实现良好康复。

**[关键词]** 行为分阶段转变理论; 护理干预; 烧伤; 创面愈合; 应对方式

**[中图分类号]** R473.6

**[文献标识码]** A

**[文章编号]** 1004-4949 (2026) 04-0163-04

### Effect of Nursing Intervention Based on Transtheoretical Model of Behavior Change on Wound Healing in Burn Patients

WU Ying, ZHOU Xue, LI Qiang

(Institute of Burn, Frostbite and Tissue Function Reconstruction, Armed Police Characteristic Medical Center, Tianjin 300162, China)

**[Abstract]****Objective** To explore the effect of nursing intervention based on the transtheoretical model of behavior change on wound healing in burn patients. **Methods** A total of 60 burn patients admitted to our hospital from January 2024 to August 2025 were selected, and they were divided into the control group and the observation group according to different nursing methods, with 30 patients in each group. The control group received conventional nursing intervention, and the observation group received nursing intervention based on the transtheoretical model of behavior change. The wound healing, pain intensity, wound improvement effect and coping style scores were compared between the two groups. **Results** The wound healing time of the observation group was shorter than that of the control group, and the wound healing rate was higher ( $P<0.05$ ). The NRS score of the observation group after intervention was lower than that of the control group ( $P<0.05$ ). After intervention, the scores of VSS and SCAR in the observation group were lower than those in the control group ( $P<0.05$ ). After intervention, the score of positive coping in the observation group was higher than that in the control group, while the scores of negative and avoidance coping were lower than those in the control group ( $P<0.05$ ). **Conclusion** The application of nursing intervention based on the transtheoretical model of behavior change in burn patients can accelerate wound healing, reduce wound pain, effectively improve wound repair effect, help patients establish positive coping styles, and promote their good recovery.

**[Key words]** Transtheoretical model of behavior change; Nursing intervention; Burn; Wound healing; Coping style

烧伤 (burn) 涉及皮肤浅表层和深层组织损伤、炎症反应的常见创伤类型, 其具备复杂的病

理过程, 伴随感染、瘢痕形成等, 这不仅会引发剧烈疼痛, 还会因外观损伤等导致患者产生不良

情绪,部分患者消极应对、抗拒治疗与康复,严重影响其生活质量<sup>[1]</sup>。传统护理在烧伤中主要集中在创面的处理、创面愈合和生理康复层面,缺乏对心理层面需求的关注,难以改善患者认知、行为和应对方式,效果不佳<sup>[2]</sup>。行为分阶段转变理论是在行为转变理论基础上将患者行为分为不同阶段,并逐渐转变的干预理念,其从无意识期到维持期包括5个阶段,能够针对患者当前所处状态实施针对性身心调节,并满足患者深层次需要,改善其依从性和应对行为,为创面愈合奠定基础<sup>[3,4]</sup>。基于此,本研究旨在探究基于行为分阶段转变理论的护理干预对烧伤患者创面愈合情况的影响,现报道如下。

## 1 资料与方法

**1.1 一般资料** 选取2024年1月-2025年8月武警特色医学中心烧伤冻伤及组织功能重建研究所收治的60例烧伤患者,按照护理方式不同分为对照组和观察组,各30例。对照组男18例,女12例;年龄23~63岁,平均年龄(48.75±10.56)岁;烧伤部位:面部12例、四肢15例、其他3例。观察组男17例,女13例;年龄21~65岁,平均年龄(48.60±10.35)岁;烧伤部位:面部10例、四肢16例、其他4例。两组性别、年龄、烧伤部位比较,差异无统计学意义( $P>0.05$ ),具有可比性。所有患者均知情同意,且自愿参与并签署知情同意书。

**1.2 纳入与排除标准** 纳入标准:年龄18~65岁;具有基本完善的临床资料和检查资料;初次烧伤;基本病情得到控制。排除标准:存在精神病史、认知障碍;合并其他全身感染、血液系统疾病;严重肝肾功能障碍者;合并血液系统、免疫系统者。

### 1.3 方法

**1.3.1 对照组** 实施常规护理干预:采取口头宣教模式告知患者注意事项,每日监测创面情况、按时执行无菌换药外,指导患者保持伤口干燥清洁的方法、识别感染迹象的要点。同时,告知患者清淡饮食以促进组织恢复,需保持充足的睡眠和规律作息。

**1.3.2 观察组** 实施基于行为分阶段转变理论的护理干预:①无意识期:烧伤~入院2 d;发放健康手册,一对一与患者建立有效交流,重点从认知层面实施干预,借助视频、图片等方式,并采用通俗易懂的语言为患者介绍个体烧伤状况、愈合生

理过程、瘢痕预防措施、影响愈合的日常行为因素;同时,介绍既往相似烧伤良好愈合的案例,以建立信心;②意图期:烧伤3~5 d,护理人员从行为层面制定个体护理计划,将家属纳入指导,告知其如何规范换药、包扎,用视频、示范等形式指导患者正确摆放肢体和体位,注意避免创面部位受压,此阶段饮食以高蛋白、易消化、高维生素饮食为宜,不可食用刺激性食物、发物,以免影响创面愈合;同时,指导患者听音乐、看电视剧等方式转移注意力,疼痛、瘙痒剧烈时配合冷敷或药物控制;③准备期:烧伤6~7 d,护理人员基于患者当前创面状况制定短期护理目标,持续监测创面愈合范围,纠正日常生活中的不良行为;根据患者认知、心理状况和日常行为习惯培养自我管理行为,为其建立阶段性的创面愈合目标,动员其康复动机;④行动期:烧伤8~14 d,此时需重点督促患者自我护理行为,护理人员定期观察和回访患者创面愈合状况,了解其饮食、睡眠、用药行为,个体化纠正并针对愈合缓慢患者调整护理方案,强化心理疏导,避免愈合不佳引发的挫败感和负性情绪;⑤维持期:烧伤15 d及以后,此时以创面愈合、皮肤无瘢痕为最终目标,护理人员持续给予患者正反馈,通过微信、电话等方式进行随访,定期评估愈合状况、皮肤弹性等,对其日常管理行为中可行之处予以肯定,不合理之处一对一纠正,养成长期规范的自我管理行为。

### 1.4 观察指标

**1.4.1 记录两组创面愈合情况** 记录创面愈合时间和创面愈合率。创面愈合率=(初始创面面积-干预后创面面积)/初始创面面积×100%。

**1.4.2 评估两组疼痛程度** 干预前后采用数字疼痛评分法(NRS)评估,分值0~10分,评分越高表示疼痛越剧烈。

**1.4.3 评估两组创面改善效果** 干预前后,通过VSS、SCAR量表进行评估,VSS评分包括色泽、厚度、血管分布和柔软度,总分0~15分;SCAR评分包括瘢痕相关的8个问题,总分0~15分;评分越低表明创面改善效果越好。

**1.4.4 记录两组应对方式评分** 干预前后通过应对方式量表(CSQ)评估,其包括积极应对、消极应对、回避应对3个方面,分别对应8、6、6个条目,采取1~4分4级评分法,分数越高越倾向对应的应对方式。

1.5 统计学方法 采用SPSS 25.0统计学软件进行数据分析,计数资料以 $[n(\%)]$ 表示,行 $\chi^2$ 检验;计量资料以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示,行 $t$ 检验; $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

## 2 结果

2.1 两组创面愈合情况比较 观察组创面愈合时间短于对照组,创面愈合率高于对照组( $P$

$< 0.05$ ),见表1。

2.2 两组疼痛程度比较 观察组干预后NRS评分低于对照组( $P < 0.05$ ),见表2。

2.3 两组创面改善效果比较 观察组干预后VSS、SCAR评分均低于对照组( $P < 0.05$ ),见表3。

2.4 两组应对方式评分比较 观察组干预后积极应对评分高于对照组,消极、回避应对评分低于对照组( $P < 0.05$ ),见表4。

表1 两组创面愈合情况比较 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	$n$	创面愈合时间(d)	创面愈合率(%)
对照组	30	18.33 ± 2.12	76.42 ± 5.54
观察组	30	14.05 ± 1.92	85.98 ± 6.03
$t$		8.196	6.395
$P$		0.000	0.000

表2 两组疼痛程度比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	$n$	干预前	干预后
对照组	30	5.88 ± 0.78	3.15 ± 1.01
观察组	30	5.72 ± 0.94	2.04 ± 0.67
$t$		0.717	5.016
$P$		0.476	0.000

表3 两组创面改善效果比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	$n$	VSS		SCAR	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	30	11.24 ± 1.63	7.28 ± 1.44	10.55 ± 1.75	6.78 ± 1.04
观察组	30	11.05 ± 1.58	6.04 ± 1.03	10.68 ± 1.62	5.21 ± 0.85
$t$		0.458	3.836	0.299	6.402
$P$		0.648	0.000	0.766	0.000

表4 两组应对方式评分比较 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	$n$	积极应对		消极应对		回避应对	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	30	23.33 ± 3.12	26.33 ± 2.01	22.33 ± 1.05	19.14 ± 2.49	19.85 ± 1.74	14.75 ± 1.42
观察组	30	23.05 ± 3.92	30.05 ± 1.08	22.05 ± 1.18	12.17 ± 2.33	19.62 ± 1.35	10.21 ± 1.08
$t$		0.306	9.590	0.955	10.178	1.087	8.105
$P$		0.761	0.000	0.343	0.000	0.282	0.000

## 3 讨论

创伤病理机制复杂,清创后创面修复过程繁琐。受疼痛、感染等影响,患者易出现负面情绪,进而影响应对方式与治疗依从性,若护理及创面管理不佳,可导致愈合延迟、瘢痕增生等不良预后<sup>[5, 6]</sup>。严重、大面积烧伤患者还可能出现组织坏死、创面愈合缓慢,易降低康复信心、产生挫败感,甚至回避治疗与康复,最终形成瘢痕,

降低生活质量。既往研究表明<sup>[7]</sup>,烧伤创面愈合不仅与药物及技术相关,还与患者心理、行为密切相关,因此在愈合阶段开展认知、行为及心理护理具有重要意义。行为分阶段转变理论以行为转变理论为基础,强调个体主观能动性和自我管理能力的培养和调动,分阶段转变加入其中则将心理、行动转变过程视为一个循序渐进的调节程度,根据患者疾病和行为状况分为无意识期、意

图期、准备期、行动期和维持期5个阶段<sup>[8, 9]</sup>。针对5个阶段,护理人员侧重点不同,分阶段调节行为方式和认知水平,保持康复和指导的同步性,逐渐形成正确、规范、长期可坚持的行为模式和自我管理行为。行为分阶段转变理论适用于烧伤患者创面愈合中,无意识期、意图期以生理层面的管理为重点,护理人员配合家属为患者提供全面照护,在准备期、行动期则强调培养自我管理意识和健康行为模式,提高患者依从性,建立康复目标并循序渐进实现<sup>[10, 11]</sup>。最后,在维持期帮助患者养成长期的健康行为,使护理从被动向主动转变,患者参与度更高,改善其应对方式和康复质量<sup>[12]</sup>。

本研究结果显示,与对照组比较,观察组创面愈合时间更短、创面愈合率更高( $P < 0.05$ );与对照组比较,观察组干预后VSS、SCAR评分均更低( $P < 0.05$ )。上述结果与既往研究类似<sup>[13]</sup>,这提示基于行为分阶段转变理论的护理干预能有效促进创面修复,可减轻创面疼痛,避免瘢痕形成。其机制在于,通过分阶段教育与行为指导,使患者能在不同康复阶段主动参与护理过程,减少不良行为导致的创面感染或瘢痕增生<sup>[14]</sup>。与对照组比较,观察组干预后NRS评分更低( $P < 0.05$ )。基于行为分阶段转变理论的护理干预能够为患者提供阶段性心理疏导与放松训练,在减轻疼痛感受、降低紧张焦虑方面发挥了积极作用。基于行为分阶段转变理论的护理模式并非孤立地处理疼痛或瘢痕,而是通过系统的心理疏导与放松训练帮助患者调节对疼痛的感知与焦虑情绪,打破了“疼痛-紧张-疼痛加剧”的恶性循环。同时,早期、持续的行为指导使患者能主动参与到瘢痕预防中,从源头上减少了增生性瘢痕的形成,实现了从“愈合”到“愈好”的跨越。与对照组比较,观察组干预后积极应对评分更高,消极、回避应对评分更低( $P < 0.05$ ),这表明基于行为分阶段转变理论的护理干预有助于患者形成积极的心理调适机制。通过家庭支持、行为强化和自我反思,患者逐渐从被动接受治疗转变为主动参与康复,整体心理状态和生活质量均得到改善,从而加速了烧伤创面的全面愈合<sup>[15]</sup>。

综上所述,烧伤患者给予基于行为分阶段转变理论的护理干预,可促进创面加快愈合,缓解创面疼痛,有利于建立积极应对方式,实现良好康复。

## [参考文献]

- [1]汪倩,赵春月,赵筱卓.以结局为导向的多元化康复护理对大面积烧伤患者创面愈合和外观接受度的影响[J].中国美容医学,2024,33(2):162-166.
- [2]任胜男,赵启彧,郑鹏,等.银离子凝胶联合康复护理对手部深度烧伤术后患者创面愈合的影响[J].中国美容医学,2023,32(12):184-186.
- [3]惠宁,孙丹.多元化康复护理对大面积烧伤患者创面愈合及心理状态的影响[J].医学美学美容,2024,33(17):150-153.
- [4]乔晓婷,田润苗,盛丽.基于KAP的渐进性康复护理干预对面面部烧伤患者创面恢复及心理状态的影响[J].中国美容医学,2024,33(11):133-136.
- [5]李银芳,陈彦锋.基于计划行为理论的康复护理联合VSD技术用于手部烧伤整形患者对创面愈合及满意度的影响[J].中国医疗美容,2023,13(11):79-82.
- [6]马娜,边冬梅.自我效能干预联合心理护理对暴露部位烧伤整形患者不良情绪、应对方式及综合健康状况的影响[J].国际护理学杂志,2021,40(22):4148-4152.
- [7]龚翔,陆吉吉.行为转变理论指导下康复护理在颜面部烧伤后瘢痕整形患者中的应用[J].中国医疗美容,2024,14(2):93-96.
- [8]李雪蕊,杨海霞,刘冬冬,等.基于行为转变理论的阶段性护理在无痛消化内镜手术患者中的应用效果[J].慢性病学杂志,2024,25(7):1108-1111.
- [9]戴泽宇,郑健生.微动力负压引流对烧伤患者创面愈合及LDH、CK及CK-MB水平的影响[J].分子诊断与治疗杂志,2024,16(6):1011-1014.
- [10]林雯娟,刘舒婷.精细化美容护理对烧伤患者整形植皮术后创面的影响[J].福建医药杂志,2024,46(1):152-155.
- [11]桂秀青.基于行为转变理论康复护理在颜面部烧伤患者中的应用分析[J].西藏医药,2024,45(2):109-111.
- [12]刘琛媛,范以林,周芸芸.基于行为转变理论的康复干预措施在颜面部烧伤患者中的应用效果[J].医药高职教育与现代护理,2023,6(2):134-138.
- [13]谷宇欣,王爱环,王付勇.基于行为转变理论的ABC-X模型护理在面部烧伤患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2024,30(10):164-166.
- [14]孙林利,陈丽娟,刘丽红,等.颜面部烧伤患者基于行为转变理论康复护理方案的实施[J].护理学杂志,2021,36(5):83-85,99.
- [15]樊长玲,练翠翠,王丽,等.行为转变理论下康复护理模式在颜面部烧伤后瘢痕整形患者中的应用及对负面情绪及护理满意度的影响[J].医学美学美容,2024,33(19):171-174.