

回授法在COPD患者健康教育中的研究进展

袁子璇^{1,2}, 龚桂姿^{2*}, 谭秀娟¹, 杨慧¹, 杨澜¹

¹吉首大学医学院, 湖南 吉首

²张家界市人民医院, 呼吸与危重症医学科, 湖南 张家界

收稿日期: 2023年10月13日; 录用日期: 2023年11月28日; 发布日期: 2023年12月6日

摘要

本文对回授法的概念、内涵、实施方法及目前我国COPD患者健康教育中的应用现状等方面进行归纳综述, 并指出其存在的问题和未来的研究方向, 旨在为回授法在我国COPD患者健康教育中的应用未来发展提供借鉴。

关键词

回授法, COPD, 健康教育, 研究进展

Research Progress of Teach-Back Method in Health Education of COPD Patients

Zixuan Yuan^{1,2}, Guizi Gong^{2*}, Xiujuan Tan¹, Hui Yang¹, Lan Yang¹

¹School of Medicine, Jishou University, Jishou Hunan

²Department of Respiratory and Critical Care Medicine, Zhangjiajie City People's Hospital, Zhangjiajie Hunan

Received: Oct. 13th, 2023; accepted: Nov. 28th, 2023; published: Dec. 6th, 2023

Abstract

This paper summarizes and reviews the concept, connotation, implementation method and current application status of the teach-back method in health education for COPD patients in China, and points out its problems and future research directions, aiming to provide reference for the

*通讯作者。

future development of the application of the teach-back method in health education for COPD patients in China.

Keywords

Teach-Back Method, COPD, Health Education, Research Progress

Copyright © 2023 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

慢性阻塞性肺疾病(Chronic Obstructive Pulmonary Disease, COPD)是一种可预防与治疗的常见疾病,以持续存在的呼吸道症状和气流受限为主要特征[1],通常由有害微粒或气体暴露引起气道和(或)肺泡异常而导致,是全球发病率和死亡率最高的慢性疾病之一,它的高发病率、高致死率以及造成的社会经济负担已使之成为一个不容忽视的全球世界公共卫生问题[2]。至2021年来,我国慢性呼吸疾病患病率逐年上升,40岁及以上居民COPD患病率更是高达13.7%,COPD已成为我国引起患者病死的第三大死因[3]。健康教育作为主导且行之有效的干预方式[4],它可以帮助COPD患者改变过去不良的生活方式和习惯,从而提高他们的肺功能和生活质量,已经成为了国内外公认的一项低投入、高效果的首选方式。过去,传统的健康教育主要是一种单向的输入式的教育,很少对患者的理解和信息掌握情况进行及时的评估和反馈[5][6][7]。美国国家质量论坛现已将回授法作为一种富有成果的安全措施[8][9][10][11],这种双向的沟通交流模式可提高患者参与度和依从性。

2. 回授法的概念及内涵

回授法(Teach-Back Method)是指医护人员实施健康教育后,让患者用自己的语言复述或演示学到的健康信息[8][9]。研究表明,通常患者难以理解或回忆他们的医疗保健提供者给他们的信息,使用回授法已被证明可以提高患者的认知和自护能力[10][11][12]。美国心脏病学会(American Heart Association)、美国糖尿病学会(American Association)等多份政策文献和立场宣言已经证实,使用回授法能够改善慢性疾病患者的知识、技能和自我照护能力[13]。在国外,回授法是最早用于教学的方法,后来被广泛地运用于各种领域,并获得了很好的效果。回授法使患者在忘记了知识之后,可以通过“回顾式”的方式重新学习,提高了健康教育的效果和质量,是一种效果明显的方式。因此,将回授法应用于COPD患者健康教育中是合理的选择,也是顺应当前时代的需求。

3. 回授法的实施方法

3.1. 解释信息

为了让患者更好地理解和掌握所需要的健康教育内容,医护人员用通俗易懂的语言向患者详细讲解相关知识或进行现场演示。

3.2. 复述信息

医护人员根据患者所讲述的内容,对患者进行内容的提问,让患者用自己理解后的语言来描述所学

习的内容。

3.3. 澄清纠正

对患者表述的不完整信息或表述有误的信息，医护人员要进行澄清和纠正。为了便于患者的理解，医护人员可在健康教育过程中借助视频、图片、思维导图等辅助工具，帮助患者理解。

3.4. 评估解释

医护人员在为患者进行健康教育时，可以采用开放式提问的方式来了解患者对健康教育内容的理解程度。如果发现患者有理解上的困难时，就需要及时进行解释。通过这种方式可以确保患者对所有健康教育内容都能正确掌握。

4. 回授法在国内外 COPD 患者健康教育中的应用

4.1. 国外应用现状

在国外，回授法是最早被用于教学领域的方法，后来被广泛地运用到各种领域等临床健康教育中，并取得了很好的效果[14] [15] [16] [17]。Young-Rock Hong [18]等学者发现，采用回授法可以降低 COPD 患者的住院风险，因此，鼓励医务人员在患者来院就诊时采用回授法，可以进一步降低 COPD 患者的再住院率。Dehkordi [19]等学者通过基于回授法对 COPD 急性加重期患者进行呼吸运动训练，发现患者 FEV1/FVC 比值、呼吸困难的博格量表(BSD)和 6 分钟步行试验(6MWT)得到显著改善。Petite [20] [21]等学者的研究结果显示，采用回授法可以显著地降低 COPD 患者再住院的风险，因此，通过回授法，可以增加患者对自我照顾的认识，提高患者对自我照顾的满意度。诸多学者也对回授法进行了深入的研究，比如在患者安全信心、风险管理、生活质量等方面都有很好的应用，并且得到了美国国家质量论坛、联合委员会、卫生保健中心等多个组织的认可[22] [23] [24] [25]。

4.2. 国内应用现状

由于回授法是近年来新兴的健康教育方法，虽然该领域相关文献发表量不多，但是整体呈现上升趋势。从文献数量来看，文献发表量在一定程度上能反映该领域的发展状况。同时，也可看出该领域正在逐渐受到关注。周长兰[26]等人将回授法运用到 COPD 患者的呼吸功能训练中，发现患者对相关知识和技巧的掌握程度得到了改善，这也增加了患者对康复训练的自信心，从而提高了他们的依从性，促进了疾病的恢复。且在对患者进行健康教育的过程中，护理人员的交流与教育水平有了较大的提升，具有较好的临床应用价值。黄潍[27]实验研究表明，回授法对 COPD 患者健康素养的提高、促进健康行为的形成、增强患者康复锻炼的信心有较大帮助。刘娟[28]等人对采用回授法，使 COPD 患者在肺功能、身体状况、生活质量、心理及社会适应性等方面的自我管理水平有了显著的提升。因此，回授法在实践中的运用效果也日益被证实。而随着科技、多媒体及互联网的不断发展，我国的一些研究人员已不再单一地使用回授法，而是与其他方式相结合，展开了健康教育活动。以学者蒋玲[28]，郭瑾洁[29]等人为例，将回授法联合短视频口诀等方法应用于临床工作中，使回授法得到了多维度、多途径的丰富补充。有研究显示[30] [31]，大部分患者都喜欢使用形象生动、简单方便的健康教育方法，尤其是老年患者。为了提高健康教育的效果，学者们[32] [33]还将目光放在了对 COPD 患者进行吸入操作技术的健康教育上，通过视频健康教育与回授法相结合，可以有效地提高他们对吸入操作技术的掌握程度，降低吸药差错事件的发生，确保治疗的安全性。

综上所述，在提高患者的知识、信任和行为方面，健康教育起到了举足轻重的作用。在临床健康教

育工作中,回授法作为一种宣教方法,它可以通过双向信息沟通的传递,不但可以提高患者宣教知晓率,还可以通过患者的反馈,让医护人员知道患者存在的知识漏洞,与患者展开更有效的信息交流,提升患者运用健康知识的能力,进而提高患者的健康素养,让患者及照顾者正确地理解和掌握疾病和护理相关知识,及时发现和解决患者存在的问题,提高患者的疾病预后质量和安全性,从而降低患者再住院率,这对提高护理质量具有重要意义。

5. 不足与展望

5.1. 制定适合我国 COPD 标准化回授法健康教育流程方案

针对检索到的相关研究文献,我国学者将回授法在 COPD 患者健康教育的领域展开了探讨与研究,取得了初步成果。但由于回授法在我国引入的时间比较短,其发展比较缓慢,因此,回授法在 COPD 患者健康教育研究中的应用过程还没有得到系统地完善。未来,研究人员在使用回授法进行健康教育时,需要熟练掌握其相关知识要点,以达到规范化健康教育的实施流程方案,并逐渐提升回授法在 COPD 患者中的应用效果。

5.2. 在应用回授法前对健康教育者进行系统培训并提高其重视程度

目前,国内关于回授法在 COPD 患者健康教育中的运用与研究还存在一定的空白,提示回授法作为一种高效果的宣教方法,尚未普遍为 COPD 患者所认知与运用。而大部分的患者健康教育工作都是由护理人员来完成的,护理人员普遍存在着资质不齐、缺少系统规范的培训、宣传意识不强、对其不够重视等现象,这些都会影响到回授法的实施。且回授法对于健康教育者的理论基础、专业水平、沟通技巧以及态度等方面都有着很高的要求。因此,在实施回授法之前,护理人员需注意提高自己的专业水平,强化与疾病有关的知识及回授法的应用能力,更要注意提高自己的沟通能力,这样才能确保回授法的成功实施。

5.3. 开展适合 COPD 患者新型干预模式

国外对 COPD 患者的回授法进行了更多、更全面的研究。而在我国,相关的研究还很少,影响效果也缺乏充分的证据。因此,研究人员应在前期工作基础上,根据我国 COPD 患者的特点,开展新型干预模式。通过更加严格的 RCT 实验,证实其疗效,并探索出更具普适性和有效性的模式,以期提高 COPD 患者的生活质量,促进 COPD 研究的深入和发展。

6. 小结

回授法在国外先进国家已经发展成熟,逐步融入到临床工作中,并有一套自己的操作模式。但由于回授法引入我国时间较短,其发展较为缓慢,在国内 COPD 患者的研究中尚处于初步探索阶段,建议国内研究学者在应用回授法前进行系统培训,提高重视程度,规范回授法在 COPD 患者中的应用流程,开展适合我国 COPD 患者的新型干预模式,从而提升健康教育的有效性,为进一步规范和完善回授法在我国的应用提供参考。

项目基金

湖南省卫生健康委 2023 年度科研一般指导课题(D202314019314)。

参考文献

- [1] 郑焱,胡雪峰.慢性阻塞性肺疾病发病机制的研究进展[J].中国细胞生物学学报,2019,41(2):304-311.

- [2] 李思其, 高兴林. 《慢性阻塞性肺疾病全球倡议》2021年版更新解读[J]. 临床药物治疗杂志, 2021, 19(5): 36-42.
- [3] 李薇, 杨汀, 王辰. 中国慢性阻塞性肺疾病防治现状及进展[J]. 中国研究型医院, 2020, 7(5): 1-5, 78-84.
- [4] Raskind, I.G., Shelton, R.C., Comeau, D.L., et al. (2019) A Review of Qualitative Data Analysis Practices in Health Education and Health Behavior Research. *Health Education & Behavior*, 46, 32-39. <https://doi.org/10.1177/1090198118795019>
- [5] 叶海春, 李丽, 高先连. 回授法在护理健康教育中的研究进展[J]. 中华护理教育, 2019, 16(7): 547-550.
- [6] Yen, P.H. and Leasure, A.R. (2019) Use and Effectiveness of the Teach-Back Method in Patient Education and Health Outcomes. *Federal Practitioner*, 36, 284-289.
- [7] Seely, K.D., Higgs, J.A. and Nigh, A. (2022) Utilizing the “Teach-Back” Method to Improve Surgical Informed Consent and Shared Decision-Making: A Review. *Patient Safety in Surgery*, 16, Article No. 12. <https://doi.org/10.1186/s13037-022-00322-z>
- [8] 阮婷婷, 易巧云, 李婷. Teach-back 健康教育的研究进展[J]. 护理学杂志, 2017, 32(7): 96-99.
- [9] 陈婕, 娄小平, 申红霞, 等. 回授法饮食管理对腹膜透析患者饮食依从性及营养状况的影响[J]. 中华护理杂志, 2019, 54(4): 495-500.
- [10] 潘翠柳, 张双, 张志茹. 回授法在护理健康教育中的应用现状[J]. 护理学杂志, 2016, 31(14): 110-112.
- [11] Wang, Q.Q., Zou, H.X. and Wang, Q. (2022) The Effectiveness of Multimedia Combined with Teach-Back Method on the Level of Knowledge, Confidence and Behavior of Professional Caregivers in Preventing Falls in Elderly Patients: A Randomized Non-Blind Controlled Clinical Study. *Medicine (Baltimore)*, 101, e30869. <https://doi.org/10.1097/MD.0000000000030869>
- [12] Klingbeil, C. and Gibson, C. (2018) The Teach Back Project: A System-Wide Evidence Based Practice Implementation. *Journal of Pediatric Nursing*, 42, 81-85. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2018.06.002>
- [13] Rasmusson, K., Flattery, M. and Baas, L.S. (2015) American Association of Heart Failure Nurses Position Paper on Educating Patients with Heart Failure. *Heart & Lung: The Journal of Acute and Critical Care*, 44, 713-177. <https://doi.org/10.1016/j.hrtlng.2015.01.001>
- [14] Talevski, J., Shee, A.W., Bodil, R., Kemp, G. and Beauchamp, A. (2020) Teach-Back: A Systematic Review of Implementation and Impacts. *PLOS ONE*, 15, e231350. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0231350>
- [15] Ha Dinh, T.T., Bonner, A., Clark, R., Ramsbotham, J. and Hines, S. (2016) The Effectiveness of the Teach-Back Method on Adherence and Self-Management in Health Education for People with Chronic Disease: A Systematic Review. *JBI Database of Systematic Reviews and Implementation Reports*, 14, 210-247. <https://doi.org/10.11124/jbisrir-2016-2296>
- [16] Prochnow, J.-A., Meiers, S.-J. and Scheckel, M.-M. (2019) Improving Patient and Caregiver New Medication Education Using an Innovative Teach-back Toolkit. *Journal of Nursing Care Quality*, 34, 101-106. <https://doi.org/10.1097/NCQ.0000000000000342>
- [17] Oh, E.G., Lee, H.J., Yang, Y.L., et al. (2021) Effectiveness of Discharge Education with the Teach-Back Method on 30-Day Readmission: A Systematic Review. *Journal of Patient Safety*, 17, 305-310. <https://doi.org/10.1097/PTS.0000000000000596>
- [18] Hong, Y.R., Cardel, M., Suk, R., et al. (2019) Teach-Back Experience and Hospitalization Risk among Patients with Ambulatory Care Sensitive Conditions: A Matched Cohort Study. *Journal of General Internal Medicine*, 34, 2176-2184. <https://doi.org/10.1007/s11606-019-05135-y>
- [19] Dehkordi, A.H., Ebrahimi-Dehkordi, S., Banitalebi-Dehkordi, F., et al. (2021) The Effect of Teach-Back Training In-tervention of Breathing Exercise on the Level of Dyspnea, Six-Minutes Walking Test and FEV1/FVC Ratio in Patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease: A Randomized Controlled Trial. *Expert Review of Respiratory Medicine*, 15, 161-169.
- [20] Petite, S.E., Hess, M.W. and Wachtel, H. (2021) The Role of the Pharmacist in Inhaler Selection and Education in Chronic Obstructive Pulmonary Disease. *Journal of Pharmacy Technology*, 37, 95-106. <https://doi.org/10.1177/8755122520937649>
- [21] Nguyen, T.S., Nguyen, T.L.H., Van Pham, T.T., et al. (2018) Pharmacists' Training to Improve Inhaler Technique of Patients with COPD in Vietnam. *International Journal of Chronic Obstructive Pulmonary Disease*, 13, 1863-1872.
- [22] Peter, D., Robinson, P., Jordan, M., et al. (2015) Reducing Readmissions Using Teach-Back Enhancing Patient and Family Education. *The Journal of Nursing Administration*, 45, 35-42. <https://doi.org/10.1097/NNA.0000000000000155>
- [23] Hyde, Y.M. and Kautz, D.D. (2013) Enhancing Health Promotion during Rehabilitation through Information-Giving, Partnership-Building, and Teach-Back. *Rehabilitation Nursing*, 39, 178-182.

-
- [24] Jager, A.J. and Wynia, M.K. (2012) Who Gets a Teach-Back? Patient-Reported Incidence of Experiencing a Teach-Back. *Journal of Health Communication*, 17, 294-302. <https://doi.org/10.1080/10810730.2012.712624>
- [25] White, M., Garbez, R., Carroll, M., et al. (2013) Is “Teach-Back” Associated with Knowledge Retention and Hospital Readmission in Hospitalized Heart Failure Patients? *The Journal of Cardiovascular Nursing*, 28, 137-146. <https://doi.org/10.1097/JCN.0b013e31824987bd>
- [26] 周长兰, 闻俊, 谢翠琴. 回授法促进肺结核合并慢性阻塞性肺疾病患者呼吸功能锻炼的实践研究[J]. 中华护理教育, 2017, 14(5): 368-371.
- [27] 黄维. 信息回授法对慢性阻塞性肺疾病患者肺功能及健康状况的影响[J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, 5(20): 78.
- [28] 刘娟. 信息回授法在改善慢性阻塞性肺疾病患者吸入技术中的应用[J]. 护士进修杂志, 2018, 33(10): 944-946.
- [29] 郭瑾洁, 王明明, 孙广荣. 视频宣教联合回授法干预对慢性阻塞性肺疾病患者吸入操作技术的影响[J]. 护理实践与研究, 2020, 17(18): 57-59.
- [30] 贾若雅, 常芸, 郑雪梅. 国内基于文献计量的 Teach-Back 健康教育方法的研究现状[J]. 齐鲁护理杂志, 2019, 25(5): 62-65.
- [31] Ali, A.A. and Miller, E.T. (2018) Effectiveness of Video-Assisted Debriefing in Health Education: An Integrative Re-view. *Journal of Nursing Education*, 57, 14-20. <https://doi.org/10.3928/01484834-20180102-04>
- [32] 曹培, 丁培琴. Teach-back 联合微视频健康教育在促进 COPD 患者规范使用吸入剂的效果[J]. 护理实践与研究, 2022, 19(23): 3475-3480.
- [33] 汪雅倩. 视频微课结合 teach-back 健康教育模式在预防慢性阻塞性肺疾病患者失能进展中的应用[J]. 结核与肺部疾病杂志, 2021, 2(2): 139-143.