

脑卒中患者居家康复护理的临床进展

刘燕

(宁国市人民医院 安徽 宁国 242300)

【摘要】脑卒中是一种常见脑血管疾病,致残率、病死率较高。多数存活患者存在不同程度后遗症,如肢体功能障碍、语言功能障碍、认知功能障碍等,影响生活质量,需长时间康复治疗及照护。目前国内医疗卫生资源匮乏,患者无法长期住院治疗,往往在病情稳定后出院进行居家照护,但大多患者居家康复护理质量不高,影响疗效。故需强化此类患者居家康复护理,使其出院后获得规范、专业照护,促进康复。现对脑卒中患者居家康复护理进行综述,以期对相关实践及研究提供参考依据。

【关键词】脑卒中;居家康复护理;研究进展

【中图分类号】R47

【文献标识码】A

【文章编号】1674-1412(2021)12-0173-02

脑卒中在临床上较为常见,主要由脑动脉系统病变引发血管闭塞、痉挛或破裂所致。其临床发病率高,进展快,起病急,且病死率高,多数在脑卒中存活的患者存在不同程度后遗症,影响身心健康、生活质量^[1]。受社会医疗资源缺乏、经济状况有限等因素影响,多数患者病情稳定后回到社区、家庭继续进行康复治疗。但大多患者及家属缺乏对疾病、康复治疗等知识的正确认识,出院后照护能力不高,影响康复效果。因此,临床加强脑卒中患者居家康复护理,保证其在出院后也可接受专业护理指导,改善康复效果,具有重要意义。

一、专业护理团队

脑卒中患者居家康复护理团队质量,直接影响其护理服务。随着神经医学研究深入发展,越来越多的康复学者认可康复干预对脑功能代偿的重要意义。余美玲等^[2]重视创建专业家庭延续性护理团队,成员除主治医师、专科护士、心理医师外,还包括康复治疗师、营养师,以期更好满足患者护理需求。陈爽^[3]推荐在脑卒中患者居家康复护理期间成立医院社区联动护理小组,成员包括1名神经内科医生,1名神经内科护士,1名康复治疗师,1名社区卫生服务站站长,5名社区资深护士,可加强医院、社区联动。崔琼等^[4]提出需加强脑卒中患者出院后专业护理团队培训,小组成员接受脑卒中康复知识、技能培训,考核合格后方能上岗,以保障护理质量。

二、健康教育

部分脑卒中患者、家属缺乏对健康知识的正确认识,是影响照护能力的关键,故需强化健康教育力度。荆瑶等^[5]提出在脑卒中患者居家康复护理期间应用康复助手APP,定期上传脑卒中疾病知识、健康操、功能障碍训练要点、健康教育处方、康复视频等。对于特殊患者,可针对性定向发送特殊护理注意事项,及时在线为患者、家属答疑解惑。荆瑶等^[5]还提出老年脑卒中患者居家康复期间家属参与多元化健康教育,每周举办一次健康教育大讲堂,介绍疾病理论知识,根据患者实际情况,为其制定个性化康复方案,且健康教育方案均由家属协助患者共同完成,认为该方法可促使患者感受到家庭温暖、鼓励,缓解不良情绪,增强治疗、生活信心。冯俊艳等^[6]提出在脑卒中出院患者中应用微信健康教育,创建“健康教育平台”“脑卒中之家”微信号,前者定时推送脑卒中疾病、居家康复护理要点等知识,后者负责提供个性化指导,接受咨询,创建护患、患患交流平台。朱翠平等^[7]专门就农村脑卒中偏瘫患者进行居家康复护理研究,强调完善支持教育系统,加强教育力度,调查发现患者干预后日常生活活动能力显著改善。

三、生活方式指导

脑卒中出院患者生活方式指导涉及内容较多,如生活环境、饮食、作息等,开展全面生活指导干预,对于改善患者的生活质量与康复效果具有积极意义。黄杰等^[8]重视加强老年脑卒中患者出院后居家护理期间生活方式指导,要求戒烟、

戒酒、锻炼达标。颜美霞等^[9]提出在脑卒中合并糖尿病吞咽功能障碍患者居家护理期间给予匀浆饮食,出院时应用德国费森尤斯15号鼻饲管,出院前3~5d详细介绍鼻饲饮食方法、饮食营养模型、合理营养膳食方法等,出院后由家属协助给予匀浆饮食,分别在每日7:30、11:30、18:30时安排主食,晚餐可适当加入膳食纤维、核桃仁、脂肪酸等,每日2次辅食,保持营养液温度37℃左右,避免温度过高或过低刺激肠道。彭维等^[10]提出,针对合并高血压的脑卒中患者,出院后饮食需尽量控制钠的摄入量,每日<6g,避免食用腌制品,减少高脂肪、油炸、辛辣、烧烤等食物,多食用粗纤维食物、新鲜蔬菜水果,烹饪方式尽量以蒸煮类为主。

四、心理护理

多数脑卒中患者伴不同程度功能障碍,自理能力下降,病程长,极易导致出现焦虑、抑郁等心理问题,影响依从性及康复效果,故需加强心理护理,提供亲情式护理干预,以改善其康复信心。杨瑾等^[12]重视在脑卒中肢体功能障碍出院患者中,定期组织进行社区活动,进行一对一心理疏导,还组建“脑卒中之家”微信群,鼓励群内同病种患者互相交流,分享经验,获得同伴支持。芦爽等^[13]提出在脑卒中后遗症患者居家康复护理期间,由社工每周1次上门随访,提供心理辅导,持续3个月,调查发现患者干预后焦虑、抑郁量表评分均显著改善。朱翔蓉等^[14]还提出,积极、乐观、健康的情绪及心态有利于改善新陈代谢,促进疾病康复,并强调在脑卒中偏瘫患者居家护理期间发挥家属作用,促使其以积极态度为患者营造良好家庭氛围,以最大限度消除与规避患者出现或可能出现的心理障碍。周海晏^[15]等研究中,针对脑卒中偏瘫患者实施康复护理中,开展急性期康复护理、出院前准备与出院后延续护理,可显著改善患者的生存质量、日常生活活动能力评分。柴雪艳等^[16]推荐在脑卒中患者居家康复护理期间,经病友微信、QQ群等网络平台,促进交流,缓解不良心理。

五、功能锻炼

王伟等^[17]重视加强脑卒中患者居家康复护理期间社区肢体功能康复护理指导,经Barthel指数评估患者日常生活活动能力,根据评估结果制定个性化康复护理方案,并进行规范指导。前3个月每月2次上门指导,后5个月每月1次上门指导,调查发现患者干预后Barthel指数达到(63.31±3.68)分,高于干预前的(45.50±2.47)分。此外,有研究表明在43例脑卒中后遗症患者中强化居家康复护理,组建包括康复科治疗师、护士、社会工作者的居家康复治疗团队,尤其重视根据患者实际情况指导个性化功能训练,如转移训练(床上转移、如厕转移等)、日常生活活动能力训练(穿衣、翻身、如厕等)、运动功能训练(腰腹肌功能训练、上下肢关节运动等)、辅助器械训练(拐杖、轮椅等),调查发现患者干预后生存质量评分显著改善^[18-19]。李志斌等^[20]重视在40例脑卒中患者居

康复护理期间加强理疗训练,每周上门随访2次,每次60min,每日随访时选择1~2种便于携带或适合在家治疗的仪器设备,包括中频电疗仪、空气压力循环治疗仪、脑电循环治疗仪等,进行针对性康复治疗,调查发现患者干预后日常生活自理能力、生活质量显著改善。高佳秀等^[2]研究中,强调针对脑卒中吞咽障碍患者实施项丛刺疗法结合吞咽功能训练,在针刺基础上结合吞咽功能训练,锻炼吞咽相关肌肉,能改善患者的吞咽功能,应用意义显著。

六、照顾者支持系统

照顾者为脑卒中出院后居家康复护理患者的初级支持系统,加强照顾者支持,一方面能改善照顾者结局,包括心理健康、心理健康、生活质量等,另一方面还能改善脑卒中患者结局,包括降低残疾率、降低再入院率、提高生活质量等。封海霞等^[2]提出在63例脑卒中居家康复护理患者中应用照顾者支持系统,创建包括护士、医生、康复治疗师、药剂师、营养师、心理咨询师、社会工作者等多学科人才的照顾者支持团队,组织健康教育讲座,并进行团队心理指导,以改善其照护能力。文香^[23]同样重视在脑卒中患者居家康复护理期间创建照顾者支持系统,编订并发放《脑卒中患者居家护理指导手册》,展开照顾者联谊会,调查发现干预后患者日常生活能力明显改善。

七、结束语

综上所述,临床可经组建专业护理团队、加强健康教育、生活方式指导、心理护理、功能锻炼、组建照顾者支持系统等措施,加强居家康复护理,帮助脑卒中出院患者调节心理状态,形成科学生活习惯、合理饮食、运动锻炼、改善康复效果。而且,今后随着医学技术快速发展,必将有更多新型护理措施投入应用,切实提升脑卒中出院患者居家康复护理质量,改善预后。

参考文献

- [1]李艳丽.专人管理模式在脑卒中偏瘫后遗症家庭康复护理中应用的效果评价[J].饮食保健,2018,5(6):168-169.
- [2]余美玲,郭芳.家庭延续性护理对脑卒中偏瘫患者居家康复的影响[J].中国当代医药,2018,25(34):210-212,215.
- [3]陈爽.医院社区联动护理管理模式对脑卒中病人康复效果及生活质量的影响[J].蚌埠医学院学报,2018,43(1):110-113.
- [4]崔琼,袁欢,邓晓敏,等.脑卒中患者实施医院家庭一体化康复护理的疗效评价[J].西部医学,2018,30(6):926-929.
- [5]荆瑶,费才莲,谢娟,等.康复助手APP在脑卒中患者居家康复护理中的应用[J].中西医结合护理,2017,3(7):25-28.
- [6]荆瑶,谢娟,费才莲,等.家属参与多元化健康教育在老年脑卒中患者康复护理中的应用[J].中西医结合护理,2018,4

(12):19-22.

- [7]冯俊艳,张冰倩,何文英,等.微信健康教育在脑卒中患者延续护理中的应用[J].河北医药,2017,39(3):474-477.
- [8]朱翠平.农村脑卒中偏瘫患者家庭康复护理干预的效果研究[J].护理管理杂志,2018,18(10):745-748.
- [9]黄杰,秦红,胡惠琴.社区老年脑卒中患者家庭跟进式护理的效果观察[J].中国临床护理,2018,10(1):56-59.
- [10]颜美霞,程瑞莲,张晴,等.匀浆饮食对脑卒中合并糖尿病吞咽功能障碍患者家庭护理营养状况的影响[J].中国实用神经疾病杂志,2017,20(2):127-129.
- [11]彭维,叶德琴.医院-家庭护理干预对脑卒中合并高血压病患者生活质量的影响[J].中国民间疗法,2018,26(4):83-85.
- [12]杨瑾,张慧玲,王军霞.社区护理对脑卒中后肢体功能障碍患者抑郁状态的效果研究[J].中国实用神经疾病杂志,2018,21(6):679-682.
- [13]芦爽,陆燕敏.脑卒中后遗症患者中实施居家康复护理对患者生存质量、心理状态的影响[J].双足与保健,2017,26(22):84-86.
- [14]朱翔蓉.脑卒中偏瘫患者社区居家康复护理的应用效果探讨[J].实用临床护理学电子杂志,2018,3(4):183-184.
- [15]周海晏,吴立新,汪苗,等.多学科合作连续康复护理对脑卒中偏瘫患者生存质量的影响[J].安徽医药,2018,22(8):1625-1627.
- [16]柴雪艳.社区护理在脑卒中后肢体功能障碍伴抑郁状态患者中的应用效果[J].内蒙古医学杂志,2019,51(4):507-509.
- [17]王伟,计雨燕,邵尹云,等.白鹤镇社区脑卒中患者肢体功能康复护理指导的疗效观察[J].智慧健康,2019,5(2):100-101,103.
- [18]范寒院,李浅峰,周梅君.居家康复护理对脑卒中后遗症患者生存质量的影响[J].护理实践与研究,2017,14(6):53-54.
- [19]马书明,杨勇.康复理疗干预对脑卒中后遗症期患者生存质量的影响[J].检验医学与临床,2015,(16):2384-2385.
- [20]李志斌,冯尚武,谢镇良,等.居家康复训练结合规范化康复宣教对脑卒中患者日常生活自理能力和生活质量的影响[J].中国康复,2019,34(2):90-92.
- [21]高佳秀,周鸿飞.项丛刺疗法结合吞咽功能训练治疗脑卒中吞咽障碍疗效观察[J].中国针灸,2020,40(6):586-590.
- [22]封海霞,牟晓冬,魏云娟,等.照顾者支持系统在脑卒中患者康复护理中的应用[J].解放军护理杂志,2017,34(22):45-48,63.
- [23]文香.照顾者支持系统在脑卒中患者康复护理中的应用效果[J].当代护士(中旬刊),2019,26(2):17-19.

(上接第172页)

综上所述,艾滋病是一种性传播疾病,有很大的危害,一旦感染该疾病,患者身心健康会受到严重影响,并且该疾病的出现使得民众生活和社会发展均受到消极影响。因此临床和社会需要重视预防和控制艾滋病的传播,提高公众的安全防护意识,正确采取预防措施,实现对艾滋病病毒的有效预防。

参考文献

- [1]李新蕊,任庆莹,朱艳文,等.“三位一体”高校艾滋病预防控制机制的建立与实践[J].中国艾滋病性病,2020,26(9):1013-1014.
- [2]曾梓,李建标.农村艾滋病的流行现状与防控策略[J].职业与健康,2020,36(14):2004-2007.
- [3]谢艳,李群,张建新,等.自贡市定点医院与疾病预防控

制中心实施艾滋病抗病毒治疗效果分析[J].预防医学情报杂志,2017,33(10):965-968.

- [4]高迪思,吴静,崔闻心,等.中国青年学生预防艾滋病综合能力评价量表初步研制[J].中国学校卫生,2020,41(12):1798-1804.
- [5]柯丹,罗丹,黄云香,等.新确诊艾滋病患者的艾滋病相关压力与生命质量:社会支持的作用[J].中国临床心理学杂志,2019,27(3):582-585,590.
- [6]向于,周义芬,曾斌,等.2010-2017年重庆市涪陵片区艾滋病流行特征与趋势分析[J].预防医学情报杂志,2019,35(7):657-661.
- [7]韩孟杰.贯彻落实防治艾滋病“十三五”行动计划将艾滋病持续控制在低流行水平[J].中国艾滋病性病,2018,24(1):2-4.