

# 康复护理改善老年脑出血患者生活质量的影响

李冬美

河北中石油中心医院 河北 廊坊 065000

**【摘要】**目的: 分析在老年脑出血患者中应用康复护理对生活质量的影响。方法: 选择2021年1月-2022年12月为研究时段, 抽选在该时段内在我院接受治疗的老年脑出血患者50例, 按照护理方式的不同分为对照组25例行常规护理, 观察组25例增加康复护理, 对比两组患者的生活质量评分。结果: 观察组的患者相对于对照组的患者生活质量评分更高, 差异对比有统计学意义,  $P < 0.05$ 。结论: 在老年脑出血患者中应用康复护理可改善生活质量, 同时减少脑出血后遗症对身体的影响, 提高患者的日常生活能力, 利于早日恢复自理能力, 尽早回归正常工作和生活。

**【关键词】** 康复护理; 老年脑出血; 生活质量; 心脑血管事件

脑出血是指原发性不经过外伤而导致的脑实质出血, 致病因多见高血压、动脉硬化、夹层动脉瘤以及梗死性脑出血和抗凝以及溶栓治疗引起的脑出血<sup>[1]</sup>。此外, 情绪激动、用力过猛、用力排便也会增大脑出血的发生风险。脑出血起病急骤、后果严重, 往往在数分钟或者数小时达到高峰, 重症患者还会在极短时间内意识模糊和昏迷, 往往预后不良预后障碍较大, 临床常见因脑细胞损伤而导致的肢体活动不灵和致残以及各方面神经受损障碍。康复护理是现代化、科学化的综合性护理手法, 目前在临床护理中处于蓬勃发展的阶段<sup>[2]</sup>。本文提出用50例脑出血患者作为此次实验的开展对象, 探究康复护理对于改善老年脑出血患者生活质量的影响, 现进行如下报道:

## 1 对象和方法

### 1.1 对象

选择2021年1月-2022年12月为研究时段, 抽选在该时段内在我院接受治疗的老年脑出血患者50例, 按照护理方式的不同分为对照组25例行常规护理, 观察组25例增加康复护理, 其中对照组患者男性人数为15人, 女性人数为10人, 年龄最大者72岁, 年龄最小者60岁, 平均年龄为 $65.7 \pm 2.8$ 岁; 脑出血部位含基底节脑出血者5例、脑桥出血者6例、小脑出血者3例、脑室出血者11例; 观察组患者男性人数为14人, 女性人数为11人, 年龄最大者70岁, 年龄最小者61岁, 平均年龄为 $66.5 \pm 2.9$ 岁; 脑出血部位含基底节脑出血者6例、脑桥出血者4例、小脑出血者8例、脑室出血者7例; 两组患者出血部位、年龄、性别等基础资料对比有统计学意义,  $P < 0.05$ , 研究有可进行价值。

### 1.2 纳入标准和排除标准

**纳入标准:** ①采取脱水降颅内压、血压以及手术治疗等方式控制住了脑出血情况; ②患者病情稳定, 达到康复标准; ③存在有偏瘫、同侧肢体障碍、感觉障碍等后遗症; ④自愿加入该项研究且配合康复开展; ⑤可进行有效的交流; ⑥意识清醒者;

**排除标准:** ①病情不稳定, 需要随时抢救者; ②无法进行有效沟通者; ③精神障碍者; ④认知低下者; ⑤老年痴呆者; ⑥无法控制的高血压者; ⑦护理依存性不好, 不配合康复护理; ⑧不同意加入该项研究者; ⑨患者家属要求转院治疗或者出国治疗; ⑩已经被纳入同类型的脑出血

康复护理研究;

### 1.3 方法

对照组给予常规护理, 即病情稳定后, 警惕二次脑出血发生, 关注患者意识情况以及瞳孔的变化, 如果意识呈进行性的恶化, 瞳孔有不等大或者是散大的情况, 均提示颅内有了新的病情变化。指导患者按时服用药物控制血压和病情, 对于长期卧床者, 加强压力性损伤护理和肺炎护理, 每2h翻身一次, 以空心掌拍背, 辅助咳嗽和减少骨隆凸出处的皮肤损伤。饮食原则需多补充肉类和蛋白以及豆制品, 补充身体需要氨基酸和蛋白质。

观察组患者增加康复护理, 具体措施如下: ①评估康复内容: 生命体征平稳48h以上, 病情没有加重者进行综合性康复评定, 明确患者存在的各项功能障碍, 范围、性质等, 根据评估结果, 进行针对性的康复。急性期选择良肢位的摆放, 注意体位变化和关节被动活动。②高压氧治疗: 高压氧治疗的原理是通过空气中的高氧来促进脑细胞的修复, 同时遵医嘱给予患者口服营养神经的药物, 提高脑细胞的修复速度。③被动训练: 稳定期, 站在患者床尾进行抗痉挛训练, 如握住患者四肢关节, 进行外旋、内展、伸屈等, 同时避免因为患侧肢体挤压而出现肩手综合征和关节僵硬。④主动训练: 以亲切温和的微笑和示意鼓励患者, 有眼神沟通, 多让患者自己调动面部神经, 进行微笑, 眨眼和动眉毛。肌力恢复较好者, 需要在床上开展主动训练, 可采取桥式运动以及抗阻方式等增加下肢的运动能力。⑤吞咽功能障碍: 从间接训练逐渐过渡到直接训练, 间接训练包括口唇闭锁训练、下颌运动训练、舌运动训练, 吞咽功能有好转后, 改为食物直接训练, 辅助以调整进食姿势和食物的性质, 来改善吞咽功能。⑥失语功能障碍: 通过图片、匹配看图的方法来进行指导, 再依次教患者双词音、单词、短语、短句直到长句。训练时, 说话要与患者的视觉刺激相结合, 如吃饭, 需要把相应的饭菜的图片摆在患者面前, 让患者的语言和视觉刺激相结合, 促使语言功能慢慢恢复。⑦日常生活训练: 针对患者每日的自理活动进行康复, 如梳头、自我穿衣和端杯子喝水以及拿筷子吃饭等, 对患者做的好的地方进行夸赞, 提高患者的康复信心。⑧认知训练: 每日引导患者记忆自身年龄、性别、家庭住址等, 启发患者观察病房内的摆设, 且对摆设的物品进行记忆和陈述, 增加记忆力。

#### 1.4 观察指标

对比两组患者的生活质量评分, 采取 sf-36 生活质量评分表, 分数越高, 生活质量越好;

#### 1.5 统计学分析

将本文研究所获得的数据立即纳入统计学 SPSS24.0 软件中分析, 计量资料比较采用 t 检验, 并以平均数, 即 ( $\bar{x} \pm s$ ) 表示, ( $P < 0.05$ ) 差异明显, 且存在有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 对比两组患者护理后生活质量评分

观察组的患者在日常生活、心理状况、肢体功能及社会功能指标等生活质量评分上优于对照组, 各项指标差异对比有统计学意义,  $P < 0.05$ , 见表 1:

表 1 对比两组患者护理后生活质量评分 ( $\bar{x} \pm s$ )

组别	例数	日常生活(分)	心理状况(分)	肢体功能(分)	社会评分(分)
观察组	25	23.5±2.4	22.8±1.8	20.2±1.7	21.3±1.4
对照组	25	18.7±3.6	20.6±2.7	19.3±1.4	19.5±2.7
t	-	5.547	3.389	2.043	2.959
P	-	0.001	0.001	0.046	0.004

## 3 讨论

脑出血患者的康复治疗是减轻脑出血后遗症的重要性手段, 对于减少患者的肢体障碍、感觉障碍和失语障碍等诸多障碍有较大的改善作用。临床强调, 越早对患者进行康复护理, 患者神经受损改善也就越快<sup>[3]</sup>。急性期为避免脑部血肿扩大, 应当先卧床休息, 在患者稳定期经病情评估后, 根据评估结果进行康复护理。康复护理原则是简单到复杂, 从易到难, 循序渐进的进行康复。对老年脑出血患者综合的应用心理、科学教育、医学手段、各项护理等措施, 进行训练和再训练, 可以极大的减轻致残而造成的不良影响, 加快患者提高自理能力和活动能力的进程。同时康复护理还强调对患者的心理护理, 这是因为脑出血的康复是一个漫长的过程, 部分后遗症可能会伴随患者终身。再加上脑出血发病急骤, 患者很短的时间内出现了失语、偏瘫等神经障碍, 心理打击大, 焦虑和烦躁以及抑郁明显。此时, 康复护理人员应当及时的观察患者的心理情况, 肯定患者的疾病康复进程, 赞扬患者的康复配合度, 鼓励其耐心的进行康复。此外, 还需要引导患者的家属对患者实施更多的亲情支持和关爱, 让家人的理解和陪伴缓解患者的情绪痛苦<sup>[4]</sup>。结合文献<sup>[5]</sup>可以得出康复护理对于脑出血患者的优势为: ①让患者生活自理, 减少家属和临床的护理消耗; ②实现患者重新参加社会活动的的能力; ③提高患者自身的康复信心, 利于患者尽早从致残的阴影中振作起来。④提

高患者的生存质量和生命质量。而在本文的研究中, 增加了康复护理的观察组生活质量均比对照组高, 同样说明了康复护理对老年脑出血患者的护理优势。

综上所述, 在老年脑出血患者中应用康复护理可改善生活质量, 同时减少脑出血后遗症对身体的影响, 积极的提高患者的日常生活能力, 利于早日恢复自理能力, 尽早回归正常工作和生活。

### 参考文献:

- [1] 王丹. 早期康复护理对脑出血患者术后生活质量的改善和肢体功能恢复的影响 [J]. 中国医药指南, 2022, 20(16): 174-176+180.
- [2] 张坤, 万威. 早期康复护理对老年脑出血患者生活质量的影响分析 [J]. 中国社区医师, 2021, 37(26): 162-163.
- [3] 王静. 早期康复护理对脑出血患者术后生活质量的改善和肢体功能恢复的影响——评《脑出血诊疗手册》[J]. 中国医学装备, 2021, 18(01): 180-181.
- [4] 刘莎莎. 早期康复护理对脑出血患者术后生活质量的改善和肢体功能恢复的影响 [J]. 临床医药文献电子杂志, 2020, 7(12): 121-122.
- [5] 杨浩. 早期康复护理对脑出血患者术后生活质量的改善和肢体功能恢复的影响研究 [J]. 全科口腔医学电子杂志, 2020, 7(01): 137+141.