

创伤知情护理在老年病患中的研究进展

韩秋珍¹ 韩浩然² 贾海丽¹

1. 通用技术国中康健黄河三门峡医院骨科 河南三门峡 472000

2. 郑州铁路职业技术学院 河南三门峡 472000

摘要: 创伤知情护理是为了提供更有效的护理服务, 强调在护理实践中考虑个体的一种以个体为中心的护理模式。通过 TIC 的实施可以促进个体恢复、降低二次创伤、改善护理效果、促进健康平等、提升护理工作者的专业能力。老年疾病的特殊性和脆弱性强烈要求我们在提供医疗、护理和社会服务时一定要把他们的特殊需求考虑进去为保障他们的身体健康和福祉采取更加细致周到的措施。

关键词: 创伤知情护理; 创伤知情评估; 信任与透明度; 创伤后应激反应; 创伤知情实践

1. 老年人群的特殊性与脆弱性

1.1 生理上的特殊性与脆弱性

生理机能衰退: 老年人随着年龄增长包括心血管系统、呼吸系统、消化系统、内分泌系统等在内的各器官系统机能逐渐衰退从而导致老年人对疾病的抵抗力下降。

慢性疾病的高发: 在影响老年人生活质量的同时也增加了急性事件(如跌倒、中风)的风险如高血压、糖尿病、心脏病、关节炎等老年人群中的慢性疾病发病率较高。

药物代谢变化: 老年人药物代谢速度减慢需要更加谨慎地用药药物副作用和毒性反应也更容易发生。

感觉功能减退: 老年人的感觉功能如视力、听力、味觉、嗅觉等普遍减退从而影响到他们感知环境的能力影响到他们的生活质量。

1.2 心理上的特殊性与脆弱性

社会角色转换: 退休、子女独立、配偶死亡等社会角色的转换可能会造成老人孤苦伶仃、青黄不接、无用武之地的感觉。

认知功能减退: 老年人随着年龄的增长可能会出现记忆力减退、注意力不集中、认知功能减退等问题严重者会发展为认知障碍或痴呆(discovery)。

情绪问题: 老年人可能会面临与身体健康状况有关的情绪问题社会支持度降低生活事件压力大等比如抑郁、焦虑等。

1.3 社会经济上的特殊性与脆弱性

经济状况: 老年人的经济来源较为有限可能会限制他们

在医疗、生活等方面的开支退休金、存款或子女的经济支持是老年人的主要经济来源。

社会支持度下降: 老年人可能随着年龄的增长而逐渐失去家人社会支持使其脆弱性增加。

居住环境: 老人可能会面临居住环境的适应问题这些因素都可能影响到他们的生活质量比如住房条件的可及性社区服务设施的可及性等等。

2. 创伤知情护理的定义与重要性

创伤知情护理(TraumaInformedCare 简称 TIC)是一种意识到创伤经历对个体的长期影响并采取全面、敏感和尊重的服务的护理方法。这种关爱模式既是对个人生理健康的关注也是对个人心理、社会福祉的关注。

2.1 定义

创伤知情护理是一种综合性的护理方法它要求护理人员在提供服务时充分了解个体可能经历的创伤历史以及这些经历对个体目前的行为、情绪和健康状况产生了怎样的影响在提供服务时护理人员必须 TIC 强调为促进个体的恢复和整体健康在护理过程中创造一个安全、支持和信任的环境。

2.2 重要性

促进个体恢复: 创伤知情护理通过提供理解和支持的环境帮助个体处理和恢复创伤后的影响从而促进个体的整体健康和福祉从而促进他们的心理心理健康促进

降低二次创伤: 在护理过程中如果护理人员对个体的创伤背景不了解就有可能在无意中触发创伤反应从而造成二次创伤的发生。TIC 降低了这种风险通过敏感而专业的护理

实践。

改善护理效果:通过考虑个人的创伤历史和目前的需要提高护理效果和满意度创伤知情护理提供更多个性化的护理。

促进健康平等:创伤知情护理意识到不同人群中创伤经历的广泛性尤其是对被边缘化、易受影响的影响因此有助于减少健康不平等现象使护理服务更加公平。

增强护理人员的共情能力:通过创伤知情护理的培训和实践使护理人员更好地了解个体的复杂需求提高共情能力从而更、更具共情能力地从事护理工作。

3. 研究背景与目的

3.1 研究背景

老年人的健康问题随着社会的发展和人口老龄化程度的不断提高而越来越受到社会的普遍关注。老年人往往面临较高的健康风险和护理需求原因是生理功能衰退、慢性病高发、心理社会因素等。在此背景下作为一种新兴护理模式创伤知情护理在老年疾病中的应用就变得格外重要。

意识到个体的创伤史对目前健康状况的影响并在护理实践中采取相应的敏感和尊重措施是创伤知情护理的核心。对于老人来说他们可能经历了战争、灾难、家庭暴力、失去亲人等各种形式的中的创伤。这些创伤性体验对老年人的心理健康造成影响的同时也可能使他们的生理疾患进程加剧对治疗效果和生活质量造成影响。

但目前创伤知情护理病患护理中的应用还不够广泛也不够彻底。很多护理人员可能缺乏识别和应对老年疾病创伤经历的能力造成护理服务不能完全满足老年人的特殊需要。因此研究老年病患中创伤知情护理的应用对于改善老年病患护理质量促进老年病患的全面健康具有十分重要的意义。

3.2 研究目的

这项研究的目的是探讨在老年病患中应用创伤知情护理其具体目的包括:

了解老人的创伤经历:通过文献回顾和实证研究深入了解老人可能经历的创伤类型及其对健康的影响了解老年人的创伤经历类型和对健康的影响

创伤知情护理实施现状评估:对老年病患护理知情护理的现状进行分析并对存在的问题和挑战进行鉴别。

探索创伤知情护理的有效策略:为提高护理质量和效果在理论和实践的基础上提出了创伤知情护理的策略和方法

适用于老年病患。

增强护理人员的创伤敏感性:通过培训和教育增强护理人员对老年病患创伤经历的认识和敏感性提高护理人员的业务能力提高护理人员对创伤经验的了解和

推动制定健康政策政策制定者提供科学依据促进有利于老年病患创伤知情护理的制定和实施。

本研究上述研究目的的实现为改善老年人健康状况和生活质量促进社会和谐进步为老年疾病患者提供更加人性化、综合性、有效性的护理服务。

4. 创伤知情护理的理论基础

4.1 创伤理论概述

创伤学理论是对个体经历创伤后的反应和症状进行认识、评估和治疗的理论框架用于心理学和精神卫生领域。创伤理论的核心是对极端压力或恐怖事件发生后个体可能产生的心理和生理反应的解释和处理。以下是创伤说的几个重点概念:

创伤通常被定义为可能包括暴力、战争、性侵犯、严重事故、自然灾害等在内的一种超越个体反应能力的事件。这些事件深刻地影响着个人的心理也影响着个人的情感。

PTSD(创伤后应激障碍):PTSD 理论中的一个重要概念是 PTSD 是一种长期的心理疾病可能会在经历创伤事件后发生。PTSD 的症状包括闪回梦魇避免与创伤有关的事物过度警觉烦躁不安睡眠失调等。

复杂复杂创伤:指个体在成长过程中反复经历创伤事件如长期遭受虐待或忽视创伤事件或一段较长的时间。这种类型的创伤可能会引发依恋障碍、身份认同问题、人际关系困难等更复杂的心理问题。

创伤理论强调个体在经历创伤事件后可能会产生包括恐惧、焦虑、抑郁、身体症状(如头痛、胃痛)等一系列心理和生理反应。这些反应就是身体和大脑在处理创伤经历时所采取的努力。

复原与治疗:创伤说除了着重于创伤性的负面效应外也强调复原的可能性以及治疗的重要性。治疗方式通常包括心理治疗(如认知行为治疗 EMDR 心理动态治疗等)药物治疗社会支持以及自我关怀的策略。

创伤知情护理:强调在提供服务时考虑个人的创伤历史和需求在护理过程中中对个人的创伤创伤是一种基于创伤理论的护理方法。

5. 老年病患的心理与生理特点:

它反映的年龄的增长以及健康问题可能伴随的自然变化。提供有效的医疗护理服务了解这些特点是必不可少的。

5.1 生理特点

多脏器功能减退: 机体多脏器系统心血管系统、呼吸系统、消化系统、内分泌系统等) 的年龄的增长而逐渐减退造成老年人对疾病的抵抗力降低从而引起老年人对疾病的抵抗力下降。

慢性疾病发病率高: 可能需要长期管理和治疗的慢性疾病(如高血压、糖尿病、关节炎、心脏病等)在老年人群中的发病率较高。

药物代谢改变: 影响药物代谢和排泄的老年人肝肾功能下降使其更加敏感地出现药物副作用和毒害。

感觉功能减退: 老年人的感觉功能如视力、听力、味觉、嗅觉等一般都会出现衰退进而可能影响到他们感知环境的能力影响到他们的生活质量。

免疫系统功能减弱: 随着年龄增长免疫系统的功能逐渐减弱老年人感染疾病的可能性更大而且恢复的速度也会变慢因此老年人的免疫系统

5.2 心理特点

认知功能的改变: 老年人可能会出现认知功能的改变如记忆力减退注意力不集中处理信息的速度变慢等严重者会发展为认知障碍或痴呆等。

情绪波动: 老年人可能会面临与身体健康状况有关的情绪问题社会支持度降低生活事件压力大等情绪问题如抑郁、焦虑、孤独感、失落感等。

社会: 社会角色的转换如退休、配偶死亡、子女独立等可能会造成孤寡老人孤苦伶仃无用武之地被社会边缘化。

适应力改变: 年纪大了老人在适应可能影响自信心和生活质量的新学习新技能方面可能会遇到挑战。

对死亡的态度: 年纪大的人可能对健康问题和死亡的关注会更多一些对人生目标的想法可能会影响到情绪状态和想法。

提供有针对性的医疗护理服务很重要的一点是了解老年疾病的心理和生理特点。这包括制定个性化的治疗方案提供心理支持确保药物的安全使用为促进老年人的整体健康和支持和理解的环境。

6. 创伤知情护理在老年病患中的应用

6.1 创伤评估与识别

旨在识别个体是否经历过创伤创伤对其目前心理和生理状态的影响是创伤知情护理中的关键环节。以下是几个重要的方面在评估和鉴别创伤的时候要考虑:

了解创伤历史

问诊历史: 通过开放性的问诊方式对个人以往的经历包括暴力、意外、天灾、战争、虐待等可能发生的创伤事件进行问诊。

注意敏感: 询问时要保持敏感与恭敬避免让别人觉得或觉得别扭。

观察行为和情绪情绪状态: 注意个人的情绪反应如焦虑、抑郁、烦躁或情绪麻木等要注意个人的情绪反应注意个人的情绪行为表现: 对特定情境的回避、过度警觉、睡眠障碍或梦魇等个体的行为模式进行观察。

利用测评工具标准化问卷: 利用 PTSD 检查表、PTSD 体验问卷等验证过的测评工具对 PTSD 症状进行系统测评。临床访谈: 对个体的创伤经历和相关症状通过结构化结构化的临床访谈进行深入了解。

考虑生理生理症状: 注意个人有无头痛、肚子痛、肌肉紧张等与外伤有关的报告。体检: 排除其他生理疾病的可能必要时进行体检。

关注个体差异、年龄因素: 老人可能会将创伤的表达方式不同这要考虑到年龄对创伤反应的影响。文化背景: 因为对创伤的认识和表达不同的文化可能是不一样的个体的文化背景。

综合评价多方面信息: 综合评价工具使用的个体自我报告、观察行为、生理症状及结果形成综合评价。职业判断: 对个体的创伤状态进行职业判断结合临床经验和专业知识。

隐私与保密保护隐私: 确保个人在评估过程中感到安全和受人尊重在评估过程中确保隐私的保护。信息保密: 除非有法律规定或别人同意否则对收集到的信息作保密处理。

创伤评估与鉴定需要护理人员高度的同理心需要专业知识和沟通技巧这是一个需要不断进行的过程。通过有效评估进而制定更为个性化和有效的干预措施为创伤的知情护理提供坚实的基础。

7. 创伤知情护理的实践策略

创伤知情护理团队的实践策略涉及一系列措施旨在创

建支持性的的的护理环境。这些策略不仅着眼于个人的创伤体验更致力于将深刻的理解和尊重体现在护理实践中。下面介绍几种关键的实战战术：

7.1 建立创伤知情护理

培训定期培训全体队员的创伤知情护理确保其对个人的影响的认识。政策与程序：创伤知情护理政策与制定与实施确保符合创伤知情原则的所有护理实务。

7.2 创造安全的护理环境

物理环境：减少可能触发创伤反应的因素以确保护理环境安全、舒适和没有威胁。心理安全：让病人在护理过程中感到安全通过建立信任关系提供稳定的支持。

7.3 促进沟通与合作

开诚布公：鼓励队员之间之间开诚布公地交流。跨学科协作：加强团队成员之间的协作有不同的专业背景保证病人得到全面的照顾。

7.4 个性化护理计划

个评：详细评估每一位病人的创伤情况了解他们与众不同的需求和喜好。定制护理：以评估结果为基础制定确保护理措施符合病人具体需要的个性化护理方案。

7.5 强化患者赋权

教育和信息：将其健康状况和治疗选项的充分信息提供给病人病人在决策过程中参与其中。自我管理：鼓励病人参加自我管理、健康管理提升病人的自我效能感。

7.6 持续监测与评估

定期评估：对病人的进展情况、护理方案的有效性进行定期监测并对策略进行及时调整。反馈机制：为患者及家属提供反馈意见服务意见建立反馈机制。

7.7 应对创伤反应

应急准备应急预案以快速有效地应对可能引发病人创伤反应的情况。专业支持：为团队成员应对创伤知情护理相关挑战提供专业支持和资源。

7.8 持续专业发展

持续教育：为了保持对创伤知情护理的最新研究和实践的了解鼓励团队成员参与持续的专业发展活动。

提供高质量的护理尤其是在面对慢性疾病、创伤后的康复或临终关怀时老年病患及其家属的教育和支持是重要的一环。以下是一些旨在确保充分教育和必要支持老年疾病患者及其家庭的关键策略：

教育策略

(1) 疾病知识教育：

提供包括病因、症状、治疗方法、预期结果等老年疾病疾病的基本信息。

使用易于理解的语言和视觉辅助工具，确保信息的清晰传达。

(2) 自我护理指导：

包括指导服药、调整饮食、适当运动等教育病患和家属如何进行日常自我保健。

提供有关如何监测健康状况和识别潜在问题的指导。

(3) 应对策略培训：

教授应对策略，帮助病患和家属处理疾病带来的心理和情感压力。

提供心理健康资源，如心理咨询、支持小组等。

(4) 紧急情况应对：

对可能出现的突发事件包括急救技能、紧急联系流程等教育患者和家属如何应对。

支持策略

(1) 情感支持：

提供一个开放、支持的环境让病患和家属有话可说有话可说。

通过定期的沟通和访问，确保病患和家属感到被关怀和理解。

(2) 资源链接：

提供社会服务、经济帮扶、居家养老服务等社区资源信息。

协助病患及家庭建立与有关资源的联络以确保获得所需协助。

(3) 家庭参与：

鼓励家属参与照顾病患的过程并给予训练与辅导让家属成为看护队伍的一份子。

为家庭成员提供教育和培训，使他们能够更好地支持病患。

(4) 持续跟进：

对病人及家属的情况进行定期跟踪了解其所面临的挑战并提供相应的支援。

对因病出院后保证转户护理工作顺利进行的提供后续跟进服务。

8. 结论

对未来老年护理工作的展望

8.1 技术整合与创新

随着科技的进步为了提供更便捷、个性化的护理服务未来养老将更多地融合远程监控设备、穿戴式健康追踪器、虚拟现实 (VR) 和增强现实 (AR) 等智能技术。这些技术可以在为护理人员提供实时数据的同时帮助老年人更好地管理身体健康从而对老年人的需求做出及时反应。

8.2 创伤知情护理的普及

创伤知情护理的理念将在老年护理中得到更广泛的应用尤其是在心理和情感方面的需求以应对老年疾病的发生。这将涉及更深入地培训护理人员以辨识和响应更敏感的护理以获得老年病患的创伤体验。

8.3 家庭和社区护理的强化

随着人们加深了对家庭和社区环境中老年疾病患者护理需求的理解今后在这些环境中老年护理将更加重视对老年人的支持。这可能包括尽可能长时间地帮助老年人在熟悉的环境中生活提供居家养老服务、社区支持小组、日间照料中心等。

8.4 多学科协作的深化

长者照护将更重视包括医师、护士、物理治疗师治疗师、营养师、社工等跨学科团队的合作共同为长者病患提供全面的照护。这样的配合有助于将不同领域的专长整合起来更有效地照顾老年疾病。

8.5 终身学习与自我管理的鼓励

为提高老年人的健康素养和自理能力鼓励老年人终身学习、自我管理。这可能包括提供有助于老年人更好地了解自身健康状况、积极参与自我保健的健康教育课程、自我管理工具和资源等。

8.6 政策与法规的支持

随着养老需求的增长扶持养老服务发展的政策法规有望更多出台。这可能包括培训和认证护理人员质量标准的护理服务以及政策上的老弱病残保障等。

老年护理未来的展望是多方面的涉及技术集成、创伤知情护理的普及、家庭和社区护理的强化、多学科合作的深化、终身学习和自我管理的鼓励以及政策法规的支持等多个方面的内容对老年护理工作的展望是通过这些发展老年护理将可以更好地满足老年人口多样化的需求改善他们的生活质量支撑他们健康自立、颐养天年。

参考文献:

- [1]KIRST M,AERY A,MATHESON FI,etal.Providerand consumerperceptionsotraumainformedpracticesandservices forsubstanceuseandmentalhealthproblems[J].IntJ Ment HealthAddict,2016,15(3):514-528.
- [2]胡紫燕周瑶李雪等.创伤知情护理研究进展[J].护士进修杂志 202035(18):1673-1676.DOI:10.16821/J.CNKI.HSJX.2020.18.010.
- [3]罗美琪、吴冬梅、岳玉川根据国外 CiteSpace 的创伤知情护理研究现状及趋势分析[J].现代临床医学 202349(06):440-443.
- [4]李一珂,陆皓,李思雨,等.创伤知情护理培训实践的范围综述[J].中华护理教育,2023,20(05):620-624.
- [5]吴水燕,吉奇,董弈,等.医学创伤知情教育研究[J].教育教学论坛,2024(8):1-4.

作者简介:

韩秋珍(1990—)女,汉族,河南省三门峡市陕州区,本科,通用技术国中康健黄河三门峡医院骨科,主管护师,创伤知情护理在老年病患中的研究进展。