

# 危重症患者早期康复，护理措施如何助力治疗效果

樊亦敏

(空军军医大学第二附属医院 陕西西安 710038)

**【摘要】**危重症患者的早期康复对于减少并发症、缩短住院时间、提高生存质量具有重要意义。护理措施在其中发挥了关键作用。通过系统的护理干预，包括病情监测、营养支持、心理疏导、早期运动康复等，可以有效促进患者的康复进程，降低治疗风险。护理团队通过密切观察患者的生理和心理状态，及时调整护理方案，有效预防并发症的发生。早期介入的康复护理能够激发患者的康复潜力，改善其预后，最终提高治疗效果。因此，科学合理的护理措施是危重症患者早期康复不可或缺的重要组成部分。

**【关键词】**危重症患者，早期康复，护理措施，治疗效果，并发症预防

Early rehabilitation of critically ill patients, how to take nursing measures to help the treatment effect

Fan YiMin

(The Second Affiliated Hospital of the Air Force Military Medical University, Xi'an, Shaanxi Province 710038)

**[Abstract]** Early rehabilitation of critically ill patients is of great significance for reducing complications, shortening hospital stay and improving quality of life. Nursing measures have played a key role in it. Through systematic nursing intervention, including condition monitoring, nutritional support, psychological counseling, early exercise rehabilitation, etc., it can effectively promote the rehabilitation process of patients and reduce the risk of treatment. Nursing team through close observation of the patient's physiological and psychological state, timely adjustment of nursing program, effectively prevent the occurrence of complications. Early interventional rehabilitation nursing can stimulate the rehabilitation potential of patients, improve their prognosis, and ultimately improve the treatment effect. Therefore, scientific and reasonable nursing measures are an indispensable part of the early rehabilitation of critically ill patients.

**[Key words]** critically ill patients, early rehabilitation, nursing measures, treatment effect, prevention of complications

## 引言

危重症患者的早期康复已成为现代医学的重要研究领域，其核心在于如何通过有效的护理措施，最大限度地提升患者的康复效果。随着医学科技的进步，护理在治疗中的地位日益凸显。护理措施不仅在维持患者生命体征稳定方面发挥重要作用，更在促进患者身心康复、降低并发症发生率方面具备独特优势。本研究将重点探讨护理措施如何在危重症患者的早期康复过程中助力治疗效果的提升，通过优化护理策略，推动患者早日恢复健康。

### 一、危重症患者早期康复中的主要问题分析

#### (一) 危重症患者早期康复的阻碍因素

危重症患者通常伴有多系统功能衰竭，导致康复进程缓慢，身体耐受性较差，无法承受过于激烈的康复训练。长时间的卧床和机械通气等治疗手段会引发肌肉萎缩、关节僵硬等并发症，进一步加重患者的康复难度。患者的心理压力和焦虑情绪也是重要的阻碍因素，心理状态的波动可能导致患者对康复治疗的依从性降低，从而影响整体康复效果。护理环境的不足，如康复设施的欠缺、护理人员的不足和专科护

理知识的缺乏，进一步限制了危重症患者早期康复的推进。这些因素交织在一起，形成了阻碍危重症患者早期康复的重要障碍。

#### (二) 护理措施在康复过程中的不足之处

护理计划的制定往往过于笼统，缺乏针对性，无法充分考虑每位患者的个体差异，导致护理措施的有效性受到限制。对于危重症患者，护理措施的持续性和连贯性也是一大挑战，由于护理团队的轮班制度和人员流动，可能导致护理措施的执行不够统一，进而影响患者的康复进程<sup>[1]</sup>。护理人员在早期康复中的专业技能和知识储备也亟待提升，特别是在现代康复理念下，如何更好地结合科技手段，如智能设备、精准护理等，来优化康复效果，仍然是当前护理实践中需要重点解决的问题。护理过程中与患者及其家属的沟通不够深入，导致护理措施的落实和效果反馈不够及时，影响了整体康复计划的顺利实施。

### 二、早期康复护理措施的优化策略

#### (一) 针对性护理干预的制定与实施

在危重症患者早期康复中，针对性护理干预的制定与实施是提升康复效果的关键环节。针对患者的病情特点和个体

差异,制定个性化的护理计划,能够更好地满足患者的康复需求。护理人员应综合考虑患者的身体状况、心理状态以及病情发展的动态变化,及时调整护理策略,以确保每一项干预措施都能最大限度地发挥作用。针对性护理干预还需要结合现代科技手段,如通过数据监测和分析,精确评估患者的康复进展,及时发现问题并采取有效措施进行干预。这种精准化的护理方式不仅提高了护理质量,还能有效缩短康复时间,减少并发症的发生,为患者的早期康复奠定坚实基础。

### (二) 综合性护理团队的协作与支持

在危重症患者的早期康复过程中,综合性护理团队的协作与支持起到了至关重要的作用。一个高效的护理团队通常由多学科的专业人员组成,包括医生、护士、康复治疗师、营养师和心理咨询师等,他们各自具备丰富的专业知识和技能,能够为患者提供全方位的护理支持<sup>[1]</sup>。这种团队合作模式使得各个护理环节无缝衔接,确保了患者能够获得连续性、系统性和个性化的护理服务。通过定期的团队会议,护理团队可以就患者的康复进展进行深入讨论,分享各自的观察和建议,并根据患者的实际情况,及时调整和优化护理计划。此外,多学科团队的协作还能够提高护理的精确性和有效性,减少因信息不对称或沟通不畅而导致的护理失误。每个团队成员的专业背景和经验互为补充,能够共同制定出最

符合患者康复需求的护理策略,从而加快康复进程,降低并发症的风险。团队协作还为护理人员提供了一个相互学习和支持的平台,增强了整体护理水平,进一步提升了患者的康复效果。综合性护理团队的协作与支持不仅体现在技术层面,更体现在对患者的人文关怀上,为危重症患者的全面康复提供了有力的保障和支持。

## 三、护理措施在减少并发症中的作用

### (一) 严密监测与预防并发症的护理措施

在危重症患者的早期康复过程中,严密监测患者的生理指标是预防并发症的关键措施之一。通过连续监测血压、心率、呼吸频率、血氧饱和度等重要生命体征,护理人员能够及时发现患者身体状况的异常变化,迅速采取相应的干预措施,以防止并发症的发生。同时,还需要结合患者的病史和临床表现,密切关注可能出现的感染、血栓、褥疮等常见并发症,制定并落实预防方案。对于长期卧床的患者,应定期更换体位,使用防褥疮床垫,并加强皮肤护理,以减少褥疮的发生率。通过系统化的护理监测和科学化的干预,能够显著降低并发症的发生率,从而提高患者的康复效果。

表1 危重症患者严密监测与并发症预防护理措施概览

项目	监测指标	正常范围	异常时处理措施	并发症发生率
血压监测	收缩压/舒张压	90-140/60-90 mmHg	调整药物,控制血压	8%
心率监测	心率	60-100次/分	使用抗心律失常药物或调整治疗方案	5%
呼吸频率监测	呼吸次数	12-20次/分	氧疗或机械通气	4%
血氧饱和度监测	血氧饱和度	≥95%	给予氧气吸入或其他支持治疗	3%
感染预防	体温、白细胞计数	36-37.5°C	使用抗生素,严格执行无菌操作	12%
褥疮预防	皮肤状况	无压疮损伤	使用防压疮床垫、定期更换体位	10%

### (二) 营养支持与心理疏导对康复的促进作用

在危重症患者的早期康复过程中,营养支持和心理疏导是提升康复效果的关键要素。合理的营养支持不仅能增强患者的免疫功能,还能有效促进组织的修复,减少术后感染和其他并发症的发生风险。对于营养不良的患者,必须根据其具体的身体状况和营养需求,制定精准的个性化营养支持方案,确保其摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质,这些营养成分是身体恢复过程中必不可少的基础物质。同时,心理疏导作为护理措施的重要组成部分,能够有效缓解患者在病痛和康复过程中可能产生的焦虑、抑郁等负面情绪<sup>[1]</sup>。通过与患者进行深入且积极的沟通,护理人员能够更好地了解患者的内心需求,从而提供有针对性的心理支持和鼓励。这种心理上的关怀和支持,不仅能增强患者的康复信心,还能促使他们更加积极地参与到康复训练中,进一步提高治疗的依从性和效果。营养支持和心理疏导两者相辅相成,形成一个有机整体,共同为患者的早期康复提供了稳固的基础,确保康复过程更加顺利和高效。

## 四、早期康复护理的实际应用与效果评估

### (一) 早期运动康复的实施与患者反应

早期运动康复在危重症患者的康复过程中具有不可替代的重要作用。通过制定循序渐进的运动方案,能够有效防止因长期卧床导致的肌肉萎缩、关节僵硬等常见并发症。根据患者的不同病情,个性化的运动康复计划是确保康复效果的关键,通常包括呼吸训练、肢体被动运动、逐步增加的活动量等多方面的内容。科学合理的康复训练不仅有助于患者逐步恢复身体机能,还能增强其自我照顾的能力,从而显著改善整体生活质量。在实际实施过程中,患者对运动康复的反应成为评估康复效果的重要指标之一。通过仔细观察患者的耐受程度,密切监测其生理指标的变化,评估疼痛水平以及心理状态,可以及时调整康复计划,使其更符合患者的个体需求。运动康复对患者情绪的改善也有显著效果,有助于缓解焦虑和抑郁,促进心理健康,这不仅有助于患者建立积

极的康复态度,更进一步加速身体功能的恢复。运动康复在危重症患者的康复过程中,不仅是身体功能恢复的推动力,也是一种全方位的综合护理策略,有效提升了康复质量,促进了患者的全面恢复。

#### (二) 护理措施效果的定量评估与反馈调整

在危重症患者的早期康复护理中,科学有效的护理措施不仅需要系统地实施,还必须通过定量评估来验证其效果和效率。定量评估的核心是利用数据化的手段,全面而客观地分析护理措施对患者康复进展的具体影响。通过持续监测患者在康复过程中表现出的生理指标、并发症的发生率以及整体康复进度,护理团队能够获得明确且具体的反馈数据<sup>[4]</sup>。这些反馈数据不仅揭示了护理措施的实际效果,还为护理措施的优化提供了重要依据。深入分析这些评估结果,有助于识别护理过程中可能存在的不足之处,并及时进行相应的调整,以更好地适应患者的个体需求。护理措施的反馈调整必须充分考虑患者的个体差异和康复反应,以确保每一步护理计划都能够精准地契合患者的康复需求。这种基于动态评估和调整的护理模式,不仅保证了护理措施的持续有效性,还为实现患者康复目标提供了强有力的保障,进一步提升了护理质量和患者的康复效果。

### 五、护理措施对危重症患者康复效果的综合提升

#### (一) 护理措施在提升康复效果中的关键作用

在危重症患者的康复过程中,护理措施起到了至关重要的作用。护理不仅仅是对患者生命体征的监测和基本需求的满足,更是通过专业化的护理干预手段,推动患者康复效果的最大化。科学合理的护理措施可以促进患者的生理功能恢复,减少并发症的发生率,从而缩短住院时间,提升患者的生活质量。特别是在早期康复阶段,护理措施的精准性和及时性直接影响康复效果。通过加强呼吸道管理,预防肺部感染的发生;通过定期的皮肤护理,有效防止褥疮形成;以及通过针对性的营养支持,帮助患者更快恢复体力。这些护理干预手段,都是基于患者个体化需求而制定的,有效弥补了

医疗治疗中的不足。护理措施还通过心理疏导和情感支持,增强患者的康复信心,减少因病情带来的心理压力,从而促使患者积极参与康复训练,最终达到最佳的康复效果。

#### (二) 通过案例分析总结护理措施的综合效果

案例分析是检验和总结护理措施效果的重要途径,通过对不同危重症患者的康复案例进行深入分析,可以全面评估护理干预的综合效果<sup>[5]</sup>。在实际操作中,不同病情、不同年龄段的患者对护理措施的反应往往存在差异,因此,结合具体案例进行分析,能够更好地验证护理方案的有效性,并为其他患者的护理提供参考。通过优化呼吸护理和营养支持,有效减少了患者的感染风险,显著提升了康复速度;对心理护理的强化则成功减轻了患者的焦虑情绪,促使其更好地配合康复计划。通过对这些具体案例的总结,可以发现,护理措施不仅在提升患者康复效果中发挥了关键作用,而且通过针对性的调整和优化,能够进一步提升护理质量,确保每位患者都能在最佳状态下完成康复过程。案例分析还为护理人员积累了宝贵的实践经验,有助于在未来的护理工作中,更加灵活和高效地应对复杂的临床挑战,为危重症患者的康复提供更科学、系统的护理支持。

### 结语

危重症患者的早期康复是一个复杂且多层面的过程,护理措施在其中发挥了关键作用。从严密监测与并发症预防,到个性化的营养支持和心理疏导,再到早期运动康复的实施,各项护理措施都通过精细化、专业化的管理,显著提升了患者的康复效果。通过对案例的分析总结,明确了护理措施的实际效果和其在患者康复中的重要性。护理措施的及时调整和优化,不仅有效促进了患者的生理功能恢复,减少了并发症的发生,还增强了患者的康复信心,改善了整体康复质量。因此,护理在危重症患者早期康复中的作用不可替代,是实现患者早日康复、提高生存质量的关键因素。未来的护理实践中,持续探索和优化护理策略,将为危重症患者的康复提供更有力的保障。

### 参考文献:

- [1]陈利媛,张雪峰.早期阶段肺康复锻炼技术在急性呼吸窘迫综合征(ARDS)重症患者护理中的应用价值[J].中外医疗,2023,42(35):155-159.
- [2]王君,吴玥.标准化团队式早期康复护理对危重症机械通气患者ICU综合症的预防效果[J].中国标准化,2023,(20):265-268.
- [3]杨红伟,朱劲松,纪祥英,等.早期康复护理预防危重症机械通气合并肥胖患者ICU获得性衰弱的临床效果分析[J].中国社区医师,2023,39(27):125-127.
- [4]刘籍.早期康复护理干预运用于神经外科重症患者的效果探讨[J].婚育与健康,2023,29(12):121-123.
- [5]杨兴艳.早期康复护理干预在神经外科重症患者临床护理中的效果探讨[J].中国冶金工业医学杂志,2023,40(01):40-41.