

延续护理干预对脑卒中患者出院康复及依从性的影响探讨

殷双双 杨继颖^(通讯作者)

(武汉大学人民医院 湖北武汉 430060)

【摘要】延续护理策略旨在实现出院患者的护理服务从医疗机构向社区与家庭环境的无缝过渡，其核心目标包括提供针对性的健康教育、医疗干预、康复支持等，以确保患者在离开医院后能够持续获得必要的照护和支持，从而促进其康复进程并维持良好的生活质量。本文探讨了延续护理在脑卒中患者康复过程中的概念、作用机制及其对患者恢复的潜在价值。同时，文章详细分析了国内外关于脑卒中患者延续护理的现有研究成果，旨在深入理解其对患者康复的重要意义，并对患者的遵医行为（即依从性）的相关研究进行了系统回顾，以期提升脑卒中患者护理质量和促进其全面康复提供理论依据与实践指导。

【关键词】脑卒中；延续护理；出院康复；患者依从性；影响

To discuss the influence of continuous nursing intervention on discharge rehabilitation and compliance of stroke patients

Yin Shuangshuang Yang Jiyong^(corresponding authors)

(Wuhan People's Hospital, Wuhan, Hubei 430060)

[Abstract] The goal of extended care strategies is to achieve a seamless transition of post-discharge patient care services from healthcare institutions to community and home environments. Core objectives include providing targeted health education, medical interventions, and rehabilitation support to ensure that patients receive continuous necessary care and support after leaving the hospital, thereby promoting their recovery process and maintaining a good quality of life. This article explores the concepts, mechanisms, and potential value of extended care in the rehabilitation process of stroke patients. It also provides a detailed analysis of existing research findings on extended care for stroke patients both domestically and internationally, aiming to gain a deeper understanding of its significance for patient recovery. Additionally, it systematically reviews studies related to patient adherence (i.e., compliance), with the aim of providing theoretical foundations and practical guidance to improve the quality of care for stroke patients and promote their comprehensive recovery.

[Key words] stroke; continuous care; discharge rehabilitation; patient compliance; influence

在医疗科技迅猛进步的时代背景下，中国脑血管疾病的预防与治疗呈现出明显的变化趋势，年均增长率呈现出持续递增的趋势，疾病的致残影响也日益显著^[1]。大量脑卒中患者在急性期于医疗机构接受紧急救治，当其临床状况趋于稳定后，转至家中继续康复过程。但是由于患者不了解疾病相关知识，同时也没有专业人员指导，很难得到很好的恢复效果。伴随着医疗技术的进步，医疗机构及医务人员对患者康复质量的标准持续提升，由此催生了一系列优质医疗服务模式的涌现。延续护理关注患者从医院过渡到家庭期间的健康问题，应对患者的健康需求，是一种将住院护理服务延伸到家庭和社区的形式^[2]。本文综述总结了关于脑卒中出院患者延续护理的实践与理论，详细报告了相关领域的最新进展与关键要素。

1. 我国脑卒中患者院外延续护理需求现状

脑卒中患者的残疾发生率显著偏高，多数个体均面临后遗症困扰，表现为不同程度的肢体运动受限及自我照料

能力减退^[3]。患者经历医院内的急性期治疗后即返回家庭或社区进行持续的康复管理，在此类进程中，康复的主要义务通常落于家庭成员肩上，患者需在非医疗化的环境中，进行持续性的复健治疗与自我锻炼，以促进其康复进程。然而，在没有专业医疗人员的直接指导与监管下，院外康复的成效及连续性存在不确定性，这可能影响到康复进程与最终效果的一致性与有效性。患者与照料者普遍缺乏针对脑卒中的康复技能与知识，这显著影响了康复成效，另外患者未能严格按照医疗指导执行康复计划，并且在自我康复行为管理及情绪调节方面存在不足，导致患者错过了早期康复的关键时期，其自我护理能力显著低下，从而影响了生活质量的提升。这亦是促成脑卒中相关残疾发生率居高不下的关键因素之一。延续护理模式在中国的实施起步相对较晚，因此，关于如何有效整合医院与社区资源以实现连续性护理服务的认知与实践仍显不足，这一领域亟待深入探讨与明确指导^[4]。

2. 延续护理的概念

延续护理 (Transitional Care) 又称过渡期护理, 作为当代医疗卫生体系的关键元素, 其本质在于搭建医院与社区间紧密协作的干预网络, 旨在确保患者在不同医疗环境间的平稳过渡, 并提供连续性的健康管理服务。延续护理是具有连续性、协调性、合作性和全面性的护理活动。在专业人员指导下, 患者掌握正确的康复锻炼方法后, 在家庭环境及社区场所便可进行康复锻炼, 可以达到较好康复效果的同时, 再次住院率降低, 缓解患者家庭经济压力, 减轻社会负担, 避免人力资源浪费, 节省医疗卫生服务成本, 是医院护理服务走向社会及家庭的一种延伸方式。

3. 延续护理中脑卒中患者相关措施

3.1 组建脑卒中延续护理服务团队

延续护理团队集结于单一医疗机构内的康复治疗师、病房护士及社区护士等专业人员。构建延续护理网络时, 以病房护士、社区医生以及家庭照护者为核心路径, 周期性地为团队成员提供包括脑卒中护理技术、疾病管理知识、心理干预策略和康复训练指导的专业培训^[5]。制定脑卒中延续康复护理指导手册, 旨在整合并共享患者的居住地址、联系电话、出院日期、社区回访安排以及负责回访的工作人员信息。此外, 为确保有效的信息交流和支持, 构建了一个由医院、社区和家庭三方参与的沟通平台。这一平台不仅便利了患者及其家属对康复相关问题的咨询, 还便于医疗团队持续监控患者的健康状况演变^[6]。

3.2 超早期康复治疗的应用

根据现有文献, 脑卒中患者的早期康复治疗通常建议在发病后的 72 小时内开始。在患者神经学症状和生理指标达到平稳状态后, 即通常发生在疾病发作后的 48 小时内, 便可适时开展医院环境下的早期康复干预措施。此外, 有最新研究提出, 在患者入院当日即进行康复训练, 并在发病 2 小时内实现坐起和站立, 被定义为超早期康复训练, 这种干预被认为在确保安全的前提下是可行的^[7]。初始入院阶段, 应进行全面评估, 涵盖患者自理能力、日常生活特定需求及与治疗方案相匹配的护理需求, 以制定个性化照护计划。如同我们当前开展的研究项目, 其焦点在于探索针对患者的肢体康复训练的有效性及其对功能恢复的潜在影响。根据患者疾病恢复情况, 由医护人员共同评估肌力, ADL (生活自理能力评价表), NHSS (美国国立卫生研究院卒中量表), 评估患者是否可以 bobath 握手, 桥式运动等, 给予患者科学合理的肢体康复锻炼指导及宣教, 可有效减轻肢体运动功能障碍, 改善患者预后, 为患者出院后进行延续护理奠定基础^[8]。另外针对不同脑卒中患者, 本研究提供了个性化的健康教育与康复指导方案, 其中包括免费发放脑卒中相关的教育材料, 旨在增进患者对疾病发病机制、临床表现及其演

变过程的理解, 确保患者能够形成对自身疾病的正确认知。特别强调了规律用药与持续性康复训练在促进康复进程中的关键作用, 并致力于提升患者的依从性, 以期显著增强治疗效果和生活质量^[9]。

3.3 创新延续护理教育传播模式

传统院外康复指导模式主要依赖于家庭访视和电话回访, 这两种方式均存在明显的局限性。家庭访视受地理距离和人力资源的限制难以广泛开展, 而电话随访存在信息滞后性和数据采集单一性的缺陷, 难以满足延续性护理的质量要求。谢凤清团队的纵向研究表明, 通过系统化的电话随访干预 (分别在出院后 1 周、1、2、3、6 个月各实施 1 次), 可显著提升患者的医嘱遵从率并降低脑血管事件再发风险。另外随着信息技术的发展, 数字化延续护理模式展现出显著优势。周宇红等^[10]的研究证实, 基于互联网平台的远程指导服务突破了时空限制, 其即时响应特性显著优于传统方式。通过设计并实施多角色参与的在线交流平台 (例如微信群), 我们显著提升了医疗服务提供者与患者的交互频率, 并且促进了病患群体内部经验的共享, 从而构建了一个积极的社会支持生态系统。新型媒体平台 (如微信公众号、短视频等) 的应用进一步提升了健康教育的传播效果。研究显示^[11], 采用多媒体形式进行知识宣教可使患者的知识掌握率提高 58.3%, 并显著增强其自我管理能力和这种互动式的延续护理模式显著提升了患者的治疗依从性, 从而有效地减少了卒中再发的可能性。而且坚持关注即能较好地掌握疾病知识, 并开发其参与康复护理的能力, 获得健康照护需求上的满足感^[12]。提升患者的治疗依从性对于有效减少脑卒中患者复发风险具有显著益处。

3.4 康复护理措施的系统实施

出院后的多数患者选择在家庭环境中进行自我康复, 然而, 部分患者因自身能力限制无法独立开展康复锻炼, 此时, 家庭成员或专业照护人员会辅助其实施肢体功能恢复训练。此外, 一些患者会选择前往社区卫生服务中心以获取全面的康复治疗。根据现有国际研究^[13], 家庭照顾者在面对需要长期护理的患者时, 往往面临双重挑战: 一方面, 他们受限于自身的时间和精力资源; 另一方面, 缺乏针对特定疾病的系统性护理和康复专业知识, 导致家庭护理与康复锻炼的任务异常艰巨, 对照顾者的心理与生理负担造成显著影响。为了确保家庭环境中康复护理服务的持续有效性, 护士应提供专业且针对性的护理指导, 以提升家庭照顾者的护理能力与技巧。

4. 延续护理对脑卒中患者恢复的影响

延展性护理服务不仅显著降低了患者及其社会层面的负担, 还对促进患者多维度的功能康复发挥着至关重要的作

用。大量的证据表明,不良生活习惯以及较低的自我约束能力是脑卒中发生的重要风险因素,并且这种较低的自我约束能力亦是促使脑卒中患者病情复发的关键原因之一。然而,研究发现接受延续护理干预的患者表现出最佳的康复状况,这一现象促使部分学者推测,相较于常规护理,延续护理可能显著提升了患者的依从性行为,进而增强了其自我管理的能力。饶蓉、叶岷等学者^[14]研究旨在评估出院延伸护理干预措施在促进患者遵从医嘱方面的有效性。在该研究中,研究人员将86名脑卒中患者随机分为了两组:一组接受出院计划干预,而对照组则接受标准护理措施。经过十二个月的跟踪观察,我们对比分析了接受出院计划干预与接受常规护理干预的两组患者,结果显示前者在遵循医嘱行为方面的表现显著优于后者。出院计划干预显著提升了患者的康复效果,与常规护理相比,此干预策略不仅显著提高了患者遵循医嘱的依从性,而且还加强了患者的自我健康管理能力。增强自我控制能力显著地促进了患者的恢复进度。出院计划干预、遵循医嘱的行为模式与患者的康复功能状态之间呈现显著的正向相关关系。为了验证出院计划对患者康复成效的促进作用,有相关研究聚焦于脑卒中患者特定功能恢复进程,特别是在吞咽功能的康复上进行了深入探讨。上述实验成果揭示,延续护理干预作为一项积极的介入策略,不仅显著增强

了患者的遵医行为,而且有效提升了患者的自主依从性,进而促进了其生理功能的恢复与改善^[15]。

结束语:

鉴于脑血管疾病的功能恢复主要发生在出院后阶段,开展针对居家康复期依从性的纵向研究具有重要的临床价值。这不仅能填补现有研究空白,更能为完善延续性护理体系提供循证依据。基于这些既有的知识基础,我们能够针对性地为学生提供指导,以促进其依从性水平的提升。相比之下,中国在证据为基础的实践领域与国际先进水平之间存在显著差异,特别是在针对脑卒中患者实施延续护理的临床研究方面,目前仍处于探索初期。研究者所采取的干预策略缺乏一致性,进而影响了患者康复成果的一致性和有效性。坚信伴随医疗技术的持续演进,学界将揭示出更多能够显著提升脑卒中患者康复效果的策略与方法。延续护理计划预计将在不远的未来被纳入中国的必需医疗服务范畴。对脑卒中患者的早期康复训练及其对促进运动功能恢复和社会再融入的实践价值,具有显著的重要性。

参考文献:

- [1]黄金月,王少玲,周家仪.奥马哈系统在社区护理和延续护理中的应用[J].中华护理杂志,2020,45(4):320-323.
- [2]刘延绵,郭园丽.社区脑梗死患者的健康行为与自我护理能力的相关性[J].中华护理杂志,2021,46(3):279-281.
- [3]邢欢,刘丽.延续护理方案在脑卒中患者中的应用效果评价[J].临床护理,2023,51(15):103-105.
- [4]朱昭,徐峰,陈虹.延续护理干预对脑卒中患者生存质量的影响[J].护理研究,2022,20(11):122-123.
- [5]谢凤清,乐碧芳,易瑜华,等.延续性护理干预对缺血性脑卒中患者康复依从性与情绪的影响[J].右江民族医学院学报,2022,42(04):529-531+535.
- [6]姚雪榕,洪伟雄.延续心理护理在改善脑卒中后遗症患者负性情绪及提高其康复治疗依从性中的作用[J].中国当代医药,2021,26(14):238-240.
- [7]侯艳飞,熊欢欢,王静,等.延续康复护理对老年脑卒中患者依从性及负性情绪的影响[J].反射疗法与康复医学,2021,2(18):108-111.
- [8]苏永静,许继晗,黄月友,叶莉等.首发脑卒中患者延续性护理需求调查分析[J].现代临床护理(Modern Clinical Nursing),2020,12(9):8-12.
- [9]毛莲芝.延续性护理在社区脑卒中患者院外康复中的作用[J].中国乡村医药,2017,24(12):78-80.
- [10]周宇红.延续护理干预对脑梗死出院患者康复依从性的影响探讨[J].中国医药指南,2019,17(11):227.
- [11]宋敏,李葆华,邹宝红,等.医疗共振音乐在脑卒中病人康复护理中的应用[J].护理研究,2019,33(11):1977-1979.
- [12]中国脑血管病防治指南编写委员会.中国脑血管病防治指南[M].北京:人民卫生出版社,2021:28.
- [13]邓娟,沈洁,姜安丽.问卷或量表在脑卒中患者服药依从性测量中的应用[J].解放军护理杂志,2021,9,28(9A).
- [14]饶蓉,叶岷,胡军.脑梗死康复期患者院外接受延续性护理服务的研究[J].中国康复,2024,29(6):43-454.
- [15]朱昭,徐峰,陈虹.延续护理干预对脑卒中患者生存质量的影响[J].护理研究,2022,20(11):122-123.