

社区护理干预在老年脑卒中患者护理中的效果及对肢体功能、生活自理能力的影响

滕丽萍

(杭州市上城区南星街道社区卫生服务中心 浙江杭州 310000)

【摘要】目的 分析社区护理干预对老年脑卒中患者的应用效果。方法 选择2023年9月至2024年9月本中心接诊老年脑卒中患者70例进行研究,随机分为对照组(常规护理)和观察组(社区护理干预),各35例,比较护理效果。结果 在肢体功能、生活自理能力、睡眠质量方面,观察组护理后均优于对照组, $P<0.05$ 。结论 针对老年脑卒中患者,在其出院后要加强对社区护理干预,以此可以保障患者的居家恢复效果,通过护理干预的开展,患者的肢体功能得到改善,且生活自理能力可以有所提升,患者的睡眠质量逐渐转好,身心负担减轻,临床应用价值显著。

【关键词】社区护理干预;老年脑卒中;肢体功能;生活自理能力;睡眠质量

Effect of community nursing intervention on the care of elderly stroke patients and its effect on limb function and self-care ability

Teng Liping

(Nanxing Street Community Health Service Center, Shangcheng District, Hangzhou City, Zhejiang Province 310000)

[Abstract] Objective To analyze the application effect of community nursing intervention on elderly stroke patients. Methods A total of 70 elderly stroke patients admitted to our center from September 2023 to September 2024 were selected for study, randomly divided into a control group (conventional care) and an observation group (community nursing intervention), with 35 cases in each group, to compare the nursing outcomes. Results In terms of limb function, self-care ability, and sleep quality, the observation group showed better results than the control group after nursing intervention, $P<0.05$. Conclusion For elderly stroke patients, it is essential to strengthen community nursing intervention after discharge. This can ensure the effectiveness of home-based recovery. Through the implementation of nursing interventions, patients' limb functions have improved, their self-care abilities have been enhanced, and their sleep quality has gradually improved, reducing their physical and mental burdens. The clinical value of this approach is significant.

[Key words] community nursing intervention; elderly stroke; physical function; self-care ability; sleep quality

在临床上,一种比较常见的疾病为脑卒中,并且其也是导致中老年群体出现残疾或发生死亡的一项重要疾病诱因。近年来,临床接诊患者数不断增加,其逐渐成为一项全球性的公共卫生问题。相关研究提示,七到八成的患者在起病后会出现肢体残疾,其肢体功能受到影响,同时其心理负担也会显著增加,患者的生活质量将大大降低^[1]。患者在后期康复过程中会遭遇较多的困难,比如运动功能障碍、语言交流障碍等,同时其生活自理能力会显著下降,患者及其家庭都将面临较为沉重的经济压力及心理压力^[2]。因此,要重视社区护理干预的有序开展。基于患者的实际情况,科学确定护理方案,鼓励患者开展康复训练,以此促使患者的肢体功能逐渐恢复,帮助患者掌握更多的健康知识,引导患者逐渐形成科学的饮食及生活习惯,患者的生活自理能力可显著提升。此外,此种护理模式的针对性较强,后续可基于患者的恢复情况对护理方案进行动态调整,实际的护理效果较为理想。因此,本文重点分析社区护理干预对老年脑卒中患者的应用效果,具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择2023年9月至2024年9月本中心接诊老年脑卒中患者70例进行研究,随机分为对照组和观察组,各35例。对照组:男女人数20:15,年龄61-86(72.65 ± 2.63)岁。观察组:男女人数22:13,年龄62-85(72.73 ± 2.74)岁。两组一般资料无显著差异, $P>0.05$ 。

1.2 方法

对照组:采用常规护理,做好患者的出院指导,对健康宣传手册进行发放,帮助患者了解后续居家状态下的护理注意事项;提醒患者自主开展康复训练,以此逐步恢复其肢体功能。

观察组:采用社区护理干预,主要包括:

(1)建立电子档案:护理人员对患者的个人信息进行汇总,综合患者的既往病史、现病史等内容,为患者建立电

子档案,以便在患者就医时可及时对相关信息进行调取。此外,完成电子档案的建立后,患者在复诊时医生可以迅速获取必要的医疗信息,以此可基于患者的实际情况科学调整干预方案,从而能保证患者的恢复效果^[9]。并且电子档案在进行数据统计时也更为方便,可作为一项重要的参考依据来优化完善社区的健康管理工作。

(2) 组织健康讲座:建议社区定期组织和疾病相关主题的健康讲座,邀请临床经验丰富的专家进行宣讲。讲座内容涉及脑卒中的相关知识、症状表现、急救的方法、对疾病复发进行预防的措施等,以此可以提高患者的认知水平,并能帮助对患者的不当认知进行纠正^[9]。同时,可借助讲座为患者及其家属进行答疑解惑,帮助患者及时调整自身的行为,提升其自护能力,促使患者可以正视疾病,科学开展自我管理,进而能大大降低患者疾病复发的概率。

(3) 科学调节饮食:为了保证患者居家状态下可以较好地恢复,则应当重视对患者的饮食进行调整。护理人员要认真说明健康饮食的重要性,以此引起患者的重视。建议基于患者的机体状况,针对性确定饮食方案^[5]。在选择食物时,要坚持低盐、低脂、高纤维的原则,建议选择优质蛋白、维生素含量丰富的食物,可以多食用新鲜的蔬菜水果、瘦肉、豆制品等。另外,可以为患者准备一些食谱,并提供合理的饮食建议,引导患者逐渐形成健康的饮食习惯,以此可降低其机体负担。

(4) 加强心理疏导:除了要保障患者的机体健康,心理健康的重要性也是不言而喻的。建议护理人员定期和患者进行接触,加强交流沟通,给患者倾诉的机会,同时可及时了解患者的想法,对患者的心理状态进行评估,进而针对性开展相应的心理疏导,帮助消除患者的负面情绪,使患者保持较为积极的情绪状态^[6]。若患者的心理问题较为严重,则可以寻求专业心理咨询师的帮助,为患者提供必要的关怀及支持,提升患者的治疗信心,以此实现患者身心的良好恢复。

(5) 组织康复训练:若患者行动能力尚佳,建议社区卫生服务中心定期组织开展康复训练,具体涉及物理治疗、职业治疗等。护理人员对患者进行指导,科学开展训练,以此促使其肢体功能得到恢复,也可以有效提升患者的生活自理能力。若患者的行动能力不佳,则可以提供上门服务,指导患者居家开展康复训练,以此保障患者的恢复效果。此外,护理人员要为患者及其家属介绍训练的要点及实际效果,确保患者可以做好配合,家属也要予以患者更多的鼓励及支持^[7]。后续可基于患者实际的恢复情况对训练方案进行动态调整,确保康复训练持续进行。

(6) 提升睡眠质量:在患者恢复的过程中,保证有足够的休息是十分必要的,所以要重视对患者睡眠质量的改善。护理人员可提示患者每晚于睡前以温水泡脚,或者可

以饮用一杯温牛奶,也可以选择对轻音乐进行播放,以此进行助眠。以上措施都有助于患者放松身心,可帮助缓解压力,进而实现睡眠质量的有效提升^[8]。另外,可对睡眠健康知识进行科普,帮助患者掌握更多的专业知识,引导患者形成健康的作息习惯,同时要指导患者营造优质的睡眠环境,从多方面开展干预,以此实现患者睡眠质量的显著提升。

(7) 强化随访评估:为了保障实际的护理干预效果,则要做好患者的随访。可采取微信随访或电话随访等方式,1-2次/周。通过随访,护理人员可以对患者的恢复情况进行了解,并能及时为患者答疑。上门随访建议控制在每月一次,护理人员当面和患者进行沟通,并对其开展综合评估。基于随访的结果,对患者的训练方案进行调整,针对性指导患者,促进患者的恢复,保障患者的恢复效果。

1.3 观察指标

(1) 肢体功能:以运动功能评定量表(FMA)进行评估,总计100分,得分越低,则肢体功能越差。(2) 生活自理能力:以Barthel指数评定量表(BI)进行评估,总计100分,得分越低,则生活自理能力越差。(3) 睡眠质量:以匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)进行评估,计为0-21分,得分越低,则睡眠质量越好。

1.4 统计学方法

应用SPSS 26.0 统计分析数据,计量数据记为($\bar{x} \pm s$),行t检验, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组 FMA 评分比较

见表1。

表1 两组 FMA 评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	护理前	护理后
观察组	35	42.13 ± 3.02	79.84 ± 3.65
对照组	35	42.87 ± 3.16	65.83 ± 3.17
t		0.975	17.762
P		0.334	0.000

2.2 两组 BI 评分比较

见表2。

表2 两组 BI 评分比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	护理前	护理后
观察组	35	50.16 ± 3.37	85.24 ± 3.62
对照组	35	50.23 ± 3.06	70.45 ± 3.21
t		0.174	18.423
P		0.865	0.000

2.3 两组 PSQI 评分

见表3。

表3 两组 PSQI 评分 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别	例数	护理前	护理后
观察组	35	18.86 ± 1.34	8.82 ± 1.25
对照组	35	18.75 ± 1.13	14.15 ± 1.37
t		0.206	17.405
P		0.834	0.000

3 讨论

脑卒中在临床较为多见,疾病的致残率相对较高,受到疾病影响,患者的中枢神经系统会受到损伤,且这种损伤是难以逆转的。由此一来,患者的运动功能会出现问题,且在语言、认知及情感等方面也容易出现问题^[9]。大多数的患者在起病后会出现一定程度的后遗症,如偏瘫、失语、认知障碍等,以致影响到患者的人际交往,同时患者的生活自理能力也会显著降低。尽管通过药物治疗可以帮助患者对疾病加以控制,能有效降低患者再次起病的风险,不过单一药物治疗的效果相对受限,对患者的康复需求难以有效满足^[10]。受到多方面因素的影响,很多患者不能长时间住院接受治疗及开展康复训练,以致对其后续的恢复效果造成不利影响。此外,医院的康复资源是有限的,患者在住院期间开展的康复训练在时间及频率上会受到一定程度的限制。很多患者及其家属对疾病及康复的相关知识缺少足够的了解,患者的自我管理能力较差,这使得患者在出院后难以居家开展科学的康复训练,居家护理效果较差,预后质量不佳。相关研究显示,对脑卒中患者来说,其起病后的前几个月是其康复的关键阶段,在这一阶段开展科学的康复训练,可以促

使患者的恢复效果更为理想,能帮助对患者的肢体功能进行恢复^[11]。基于此,要重视社区护理干预的开展,以此促使患者更好地恢复。

结果显示,在肢体功能、生活自理能力、睡眠质量方面,观察组护理后均优于对照组, $P < 0.05$ 。对研究结果进行分析,脑卒中患者多存在肢体功能障碍的问题,对于老年患者来说,其居家状态下若缺少科学系统的康复指导,则难以保障其康复训练的效果,且患者的依从性往往相对偏低。而通过社区护理干预的开展,可以将家庭和医院进行连接,患者不必长期住院开展治疗,也不必多次往返医院与家中,以此能有效减轻患者及其家庭的经济负担,并且护理人员可基于患者的实际情况针对性提供指导,患者可以更为科学地开展康复训练,有助于患者的肢体功能逐渐恢复,也可以促使其生活自理能力得到显著提升^[12]。此外,科学的康复训练指导可以使患者的康复训练更具针对性,以此能对训练效果加以保障,且可以避免患者出现额外的损伤。受到疾病的影响,患者患病后的行动能力会有所降低,所以容易导致其睡眠质量下降,或出现入睡困难等问题,以致影响患者的机体状态,患者的精神状态也相对较差,这对其疾病的恢复十分不利。为此,通过开展社区护理干预,可以指导患者科学调整日常作息,并能采取恰当的方式进行助眠,确保患者可以获得充足的休息,患者的睡眠质量也可以得到改善。

综上,针对老年脑卒中患者,在其出院后要加强对社区护理干预,以此可以保障患者的居家恢复效果,通过护理干预的开展,患者的肢体功能得到改善,且生活自理能力可以有所提升,患者的睡眠质量逐渐转好,身心负担减轻,临床应用价值显著。

参考文献:

- [1]曲妍.社区护理干预在老年脑卒中患者护理中的应用效果分析[J].中国社区医师, 2023, 39(36): 124-126.
- [2]丁文华.舒适护理干预在老年脑卒中患者康复期中的应用价值分析[J].中国实用医药, 2021, 16(05): 177-179.
- [3]王宸珂, 张金华, 暴青竹, 等.近 10 年国内外脑卒中患者社区护理研究文献计量学分析[J].中国实用护理杂志, 2023, 39(31): 2431-2438.
- [4]程文琦, 薛盼盼, 杨晓军.社区护理干预对老年脑卒中患者生活及睡眠质量的影响[J].养生大世界, 2021(8): 205.
- [5]胥新梅.分析社区护理干预对老年脑卒中患者生活及睡眠质量的影响[J].健康之友, 2020(8): 211.
- [6]张霞, 于红巧.老年脑卒中患者采用社区护理干预对生活质量的改善效果[J].中国保健营养, 2021, 31(8): 30.
- [7]张莹, 王丽, 刘宇, 等.社区老年健康服务模式在脑卒中患者居家健康管理中的应用[J].中国护理管理, 2022, 22(3): 334-338.
- [8]刘春凡, 张婕, 李晓雪, 等.协同式康复干预对老年脑卒中患者功能恢复和生活质量的影响[J].中国实用神经疾病杂志, 2022, 25(2): 197-201.
- [9]王根群, 张利峰, 龙颖妮, 等.社区老年脑卒中患者护理依赖现状、影响因素及其对策研究[J].现代临床护理, 2023, 22(6): 30-37.
- [10]于彩霞.社区跟进式护理在老年脑卒中患者中的康复效果观察[J].科学养生, 2021, 24(13): 173.
- [11]王怀玉.社区护理干预对老年脑卒中患者生活及睡眠质量的影响[J].糖尿病天地, 2021, 18(2): 201.
- [12]赵宸册, 董琼, 朱晓萍.国内脑卒中患者社区干预研究文献的可视化分析[J].中国医药导报, 2022, 19(17): 71-75.