

以目标为导向的康复锻炼在老年脑外伤患者术后护理中的应用效果分析

张 慧

华中科技大学同济医学院附属同济医院 湖北武汉

【摘要】目的 以提高老年脑外伤患者术后护理效果为研究目标，在临床护理中实施以目标为导向的康复锻炼，明确其对老年脑外伤患者的影响。**方法** 以2023年1月-12月时间段中于院内接受治疗的老年脑外伤患者为分析对象，共计71例，按照诊疗先后顺序设置成对照组（37例）、观察组（34例），分别以常规手段、以目标为导向的康复锻炼手段实施两组护理干预，对干预情况进行分析。**结果** 生理功能及心理健康方面，两组相比，观察组各项值更佳（ $P<0.05$ ）。**结论** 在临床护理中实施以目标为导向的康复锻炼，有利于促进老年脑外伤患者术后生理与心理健康。

【关键词】 老年脑外伤；以目标为导向；康复锻炼

【收稿日期】 2024年3月15日

【出刊日期】 2024年5月10日

【DOI】 10.12208/j.cn.20240209

Analysis of the application effect of goal oriented rehabilitation exercise in postoperative care of elderly patients with traumatic brain injury

Hui Zhang

Huazhong University of Science and Technology Tongji Medical College Affiliated Tongji Hospital, Wuhan, Hubei

【Abstract】Objective To improve the postoperative nursing effect of elderly patients with brain trauma as the research objective, to implement goal-oriented rehabilitation exercise in clinical nursing, and to clarify its impact on elderly patients with brain trauma. **Methods** A total of 71 elderly patients with traumatic brain injury who received diagnosis and treatment in hospital during the period of 2023.01-12 were selected as the analysis objects. According to the order of diagnosis and treatment, they were divided into control group (37 cases) and observation group (34 cases). Two groups of nursing intervention were implemented by conventional means and goal-oriented rehabilitation exercise means, and the intervention situation was analyzed. **Results** The physiological function and mental health of the two groups were better than those of the observation group ($P<0.05$). **Conclusion** The implementation of goal-oriented rehabilitation exercise in clinical nursing is conducive to promoting the physiological and psychological health of elderly patients with brain trauma after surgery.

【Keywords】 Elderly traumatic brain injury; Goal oriented; Rehabilitation exercise

老年脑外伤患者在接受手术治疗的同时，需配合相应的护理措施，以促进术后康复，提高整体疗效^[1]。常规护理模式下，虽然有利于治疗开展，但是护理效果达不到理想^[2]。需对相关护理方案进一步研究，提高护理效果，为患者康复提供一定保障^[3]。文中以提高老年脑外伤患者术后护理效果为研究目标，在临床护理中实施以目标为导向的康复锻炼，明确其对老年脑外伤患者的影响，具体如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

以2023年1月-12月时间段中于院内接受诊疗的

老年脑外伤患者为分析对象，共计71例，按照诊疗先后顺序设置成对照组（37例）、观察组（34例）。年龄范围方面，两组年龄：62岁≤年龄≤84岁，观察组均值（67.43±5.33）岁，对照组均值（67.45±5.31）岁；性别方面：观察组男性占比22例、女性占比12例，对照组男性占比23例、女性占比14例。经统计学系统处理两组基础资料相关数据信息后证实可比性高（ $P>0.05$ ）。

此研究经医院伦理委员会同意、审批。择取要求：临床综合诊断为脑外伤；资料齐全；具备手术指征；年龄均≥62岁。剔除要求：中途退出。

1.2 方法

1.2.1 对照组行常规护理干预

依照常规标准按时进行病房巡视并做好相关记录, 及时对创口进行清洁、消毒、更换敷料; 结合患者实际情况, 合理给予止痛药物; 口头告知患者相关注意事项。

1.2.2 观察组在对照组基础上行以目标为导向的康复锻炼干预

(1) 对护理人员管理机制进行改进与完善, 积极组织护理人员参与培训学习, 要求护理人员具备独立开展目标为导向的康复锻炼干预、评估患者各方面状况的能力, 清楚自身护理工作对患者康复重要性, 可主动按照常规标准完成日常护理工作, 保证护理质量。

(2) 确定目标: 利用相关量表完成患者生理功能评估, 对患者临床检查结果、精神状态、心理状况、疾病健康知识掌握水平等各方面进行评估, 结合评估结果及患者护理需求, 制定针对性、科学的康复护理目标, 并将康复护理目标作为导向, 明确相关护理方案。

(3) 具体实施:

①目标: 恢复行走功能。实施: 站立平衡训练、行走平衡训练, 若有必要可借助平衡杆等辅助设备训练。时间与强度: 每天进行训练, 结合患者恢复情况适当增加训练次数; 15-20min/次, 随着患者耐受能力增加, 可适当延长训练时间。

②目标: 恢复肌力功能, 促进独立生活能力恢复。实施: 上肢肌肉群训练、下肢肌肉群训练, 实际训练中可借助弹力带以及轻负重等装置辅助进行。时间与强度: 3-4次/周, 20-30min/次; 实际训练中, 需结合患者实际情况, 对阻力进行适当、逐步增加, 确保训练可适应肌力恢复进度。

③目标: 恢复日常生活生理。实施: 引导并鼓励患者进行起床、转身、洗漱以及上下楼梯等日常生活动作的模拟活动。时间与强度: 需每日进行活动, 10-15min/次; 结合患者实际情况, 对活动动作复杂程度进行增加, 逐步增加活动难度。

④目标: 恢复认知功能。实施: 指导并辅助患者完成注意力方面、记忆方面的训练。时间与强度: 每天开展, 结合患者实际情况对训练时间进行适当增加, 15-20min/次; 结合患者认知恢复情况, 只当提高认知活动训练复杂程度, 并结合实际情况对训练方案进行适当调整。

⑤目标: 改善心理健康。实施: 加强健康宣教、病案讲解、音乐疗法、深呼吸与冥想训练、获取家属支持与社会支持。实施: 结合患者实际情况综合选择多种健

康宣教手段(手册发放、短视频或者幻灯片播放、模拟演示、模型讲解等), 对患者详细讲解疾病支持、手术作用、以目标为导向康复锻炼流程及作用, 鼓励患者提问, 耐心解答, 不断提高患者认知程度; 选择典型案例进行讲解, 并将同时期病情恢复较好患者作为榜样, 对患者进行激励, 引导树立康复信心, 减轻不良情绪; 结合患者实际情况播放合适的音乐, 并以音乐为背景, 指导患者进行深呼吸练习, 每天辅助患者进行冥想, 使其掌握个人放松方法; 与家属保持良好沟通, 鼓励家属共同参与护理, 给予患者充分理解与支持, 增加陪伴时间; 定期组织病友交流活动, 鼓励交流, 帮助获取社会支持。

1.3 判断标准

(1) 评估两组护理前后生理功能, 包括独立生活能力(FIM量表, 最高分为126分, 最低分18分, 分值越高表明独立生活能力越优异)、认知功能(MoCA蒙特利尔认知评估量表, 0-30分, 认知功能越高则分值越高)、日常生活能力(Barthel指数评定量表, 0-100分, 分值与患者日常生活能力良好程度呈正比)。

(2) 评估两组护理前后心理状态, 心理状态评估量表(MSSNS), 评估内容包括愤怒、焦虑、孤独、抑郁等情绪项目, 具体包括38题, 每题1-4分, 每项0-38分, 分数越高表明患者情绪反映强度越高。

1.4 统计学方法

使用SPSS20.0软件分析数据, t 和 $\bar{x} \pm s$ 为连续性变量中服从正态分布的计量资料, 卡方和%为计数资料, $P < 0.05$ 为有统计学意义或价值。

2 结果

2.1 生理功能分析

生理功能方面, 两组相比, 护理前无显著差异($P > 0.05$), 护理后观察组各项值更高($P < 0.05$)。如表1所示。

2.2 心理状态分析

心理状态方面, 两组相比, 观察组各项值更低($P < 0.05$)。如表2所示。

3 讨论

从临床实际情况来看, 老年脑出血患者极易因为疾病导致生理功能受到损伤, 包括独立生活能力、认知功能以及日常生活能力等, 均会降低, 同时患者心理健康也会出现异常, 降低生活质量^[4]。在实际护理中, 需要关注患者生理功能与心理状态变化, 为护理效果评估提供重要参考^[5]。以目标为导向的康复锻炼作为一种新型护理模式,

表1 比对两组生理功能[($\bar{x}\pm s$) (分)]

组别	例数	独立生活能力		认知功能		日常生活能力	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	34	63.12±0.23	110.30±2.36	10.33±0.11	24.09±6.45	61.12±0.11	83.26±4.63
对照组	37	63.15±0.25	96.28±1.23	10.35±0.13	16.69±4.42	61.10±0.12	75.96±2.78
t		0.524	31.758	0.696	5.678	0.730	8.130
P		0.601	0.001	0.488	0.001	0.467	0.001

表2 比对两组心理状态[($\bar{x}\pm s$) (分)]

组别	例数	愤怒		焦虑		孤独		抑郁	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	34	25.23±1.13	12.02±0.31	26.21±2.23	11.15±0.46	26.15±3.02	13.14±0.28	25.96±2.13	12.74±0.29
对照组	37	25.26±1.11	16.85±2.66	26.23±2.21	15.02±1.64	26.17±3.05	16.58±1.77	25.98±2.15	16.85±1.74
t		0.112	10.516	0.037	13.281	0.027	11.198	0.039	13.593
P		0.910	0.001	0.969	0.001	0.978	0.001	0.968	0.001

在临床中的应用,能够结合患者实际情况、患者护理需求,明确相应的康复目标,根据目标实施针对性康复护理,提高护理效果,有利于改善患者生理与心理状态,促进身心康复^[6-7]。将其应用到老年脑出血手术患者中,通过加强护理人员培训,提高护理专业水平,保证护理质量^[8]。对患者进行综合评估,明确恢复行走功能、恢复独立生活能力、恢复日常生活能力、恢复认知功能、改善心理健康等康复目标。结合患者实际情况,针对不同康复目标开展相应的康复护理措施,有效促进患者生理功能恢复,减轻心理负担,改善生活质量,满足患者康复需求,提高满意度^[9-10]。结合文中研究结果,生理功能及心理健康方面,两组相比,观察组各项值更佳($P<0.05$)。提示,以目标为导向的康复锻炼在老年脑外伤患者中的应用效果明显。但是文中所选例数较少,具有局限性,需对应用效果进一步讨论,明确使用价值。

综上所述,在临床护理中实施以目标为导向的康复锻炼,有利于促进老年脑外伤患者术后生理与心理健康,这对提高老年脑外伤护理水平有着重要意义。

参考文献

- [1] 张宇,早期分级康复护理对重症脑外伤昏迷患者预后及生活质量的影响[J]. 中国实用医药,2021,16(6):165-167.
- [2] 张晓静,贾林峰. 行动导向教学法对脑外伤患者康复训练锻炼依从性的影响[J]. 国际护理学杂志,2022,41(7):1259-1262.
- [3] 王苗苗. 早期康复锻炼对脑外伤患者肢体功能障碍的

影响分析[J]. 医药前沿,2020,10(16):168-169.

- [4] 姚臻帅,周洪雨,张熙斌,等. 丰富康复训练对脑外伤患者认知功能和血清谷氨酸的影响[J]. 实用临床医药杂志,2022,26(19):66-70.
- [5] 李建芳,李杰,周祎. 基于量化评估下的渐进性康复训练对ICU脑外伤患者肺部感染及预后的影响[J]. 国际护理学杂志,2022,41(8):1420-1423.
- [6] 谭晓洁,陈利莉,刘雪. 阶段性康复训练在脑外伤血肿清除术后偏瘫患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志,2022,28(18):68-70.
- [7] 颜玲玲,李捷,杨雪,等. 康复训练管理在脑外伤后遗症患者中的应用效果[J]. 健康教育与健康促进,2022,17(2):197-198.
- [8] 隋英英,吕莲伟. 康复护理在脑外伤术后患者后遗症康复中的效果分析[J]. 医学食疗与健康,2022,20(6):60-63.
- [9] 孙静群,石倩倩,李艳霞,等. 早期分级康复护理对重型脑外伤患者认知功能及并发症的影响研究[J]. 中国实用医药,2021,16(1):186-188.
- [10] 俞帆,陆银银,陈莉丽. 以目标为导向的康复锻炼在老年脑外伤患者术后护理中的应用研究[J]. 医药前沿,2023,13(25):105-108.

版权声明: ©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS