

渐进式早期活动在重症患者护理中的重要应用效果观察

尹炜 黄燕妮 程维

华中科技大学同济医学院附属协和医院重症医学科 湖北武汉 430000

摘要：目的：分析渐进式早期活动在重症患者护理中的重要应用效果。方法：选择本院于2020年9月-2021年9月收治的50例重症患者，将收治的患者随机分为对照组（25例，给予传统活动护理）和观察组（25例，给予渐进式早期活动）。观察对比两组患者的活动能力。结果：两组活动护理方式均取得一定效果，但观察组患者的活动能力明显高于对照组，差异均有统计学意义（ $P < 0.05$ ）。结论：渐进式早期活动在重症患者护理中具有重要的应用效果，它能有效改善患者的活动能力，具有很高的临床使用价值。

关键词：渐进式；早期活动；重症患者；护理

渐进式早期活动是一种以ICU护士为主导，对ICU危重患者进行规范地系统评估，为其定制出可行的活动方案，从而促进患者康复的有效护理手段^[1]。对于重症患者，临床采用机械通气的方式代替或改变患者的主动呼吸，为重症患者提供良好的辅助治疗。重症患者的早期活动是一个长期、复杂的过程，多种因素都能影响康复效果，比如谵妄、镇静、睡眠缺失、睡眠剥夺等^[2]。因此，我院对重症患者进行了渐进式早期活动护理，具体分析如下。

1 对象和方法

1.1 对象

2020年9月-2021年9月收治的50例重症患者。将其按照护理方式的不同，分为对照组（25例，平均（59.89±3.49）岁，给予传统活动护理）和观察组（25例，平均（62.12±3.38）岁，给予渐进式早期活动护理）。对两组患者一般资料分析后显示，其差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。所有患者对本研究均完全知情同意并签署知情同意书。

1.2 方法

1.2.1 传统活动护理

给予对照组患者被动或主动的活动护理，进行全范围的关节活动，每天做两次；特殊病人根据医师指导做相关护理活动；严密监控患者的各项生命指标，做好相关记录。

1.2.2 渐进式早期活动护理

在对照组的基础上，对实验组患者实行渐进式早期活动护理。

（1）创建渐进式早期活动团队

成立专业的早期活动护理小组，成员由1名护士长，2名护士，1名康复治疗训练师，2名医生，所有成员均接受医院的专业相关培训指导。

（2）患者的综合评估

对患者的病情进行综合的评估，密切观察患者的各项生命指标，比如意识、神经肌力、血流动力学状态等指标。

（3）活动训练方法

第一阶段，对患者进行四肢关节活动，包括前屈、后伸、外展、外旋、内展、内旋等活动，每天进行2次，每次30分钟。第二阶段，协助患者主动活动，将床头抬高45°，对患者实行双腿屈曲坐位训练活动。根据患者耐受情况，将床头抬高超过65°，患者双腿完全保持屈曲，运用足蹬式下肢活动锻炼患者主动活动能力，每天2次，每次10-20分钟。第三阶段，协助患者在床边进行主动活动，比如坐在床边，使下肢接触地面，该过程可使用足蹬式下肢活动锻炼器，每天2次，每次不宜超过2小时。第四阶段，等患者完全能抬腿时，协助患者站立，并尝试简单走几步，坐到椅子上，维持坐位1-2小时。后期使用助行器和护理人员协助患者行走，直到患者能独立行走，每天2次。

1.3 观察指标

独立活动能力：采用功能独立性评分表（FIM），包括自理能力（42分）、括约肌控制（14分）、社会认知（21分）、交流（14分）、转移（21分）、行进（14分）。总分越高，患者的独立活动能力越高。

1.4 统计学分析

使用SPSS20.0软件对数据进行统计学分析，使用 t 和“ $x \pm s$ ”表示计量资料， $P < 0.05$ 表示数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 比较两组出院时的独立活动能力

对照组：自理能力（25.78±5.13）分、括约肌控制（5.77±1.70）分、社会认知（15.79±1.13）分、交流（11.18±1.45）分、转移（9.60±1.05）分、行进（8.26±1.16）分。

观察组：自理能力（30.34±4.56）分、括约肌控制（7.53±1.76）分、社会认知（17.63±1.82）分、交流（12.37±1.59）分、转移（12.29±3.98）分、行进（9.69±0.76）分。

经统计学分析，自理能力 $t=3.322$ ， $P=0.002$ 、括约肌控制 $t=3.596$ ， $P=0.001$ 、社会认知 $t=4.295$ ， $P=0.001$ 、交流 $t=2.765$ ， $P=0.008$ 、转移 $t=3.268$ ， $P=0.002$ 、行进 $t=5.156$ ， $P=0.001$ ，观察组患者的独立活动能力优于对照组，其差异无统计学意义（ $P > 0.05$ ）。

3 讨论

多数ICU行机械通气患者由于长期使用呼吸机而出现呼吸机依赖、相关性肺炎、膈肌萎缩和呼吸气道损伤等并发症，致使撤机困难或延迟，严重影响患者预后，所以临床加强ICU机械通气患者渐进式早期活动训练非常关键^[3]。

目前，对于重症室患者的活动护理，临床上比较推崇渐进式早期活动护理。医护人员协助病人尽早开展针对性的康复训练，改变病人的体位，促进了消化蠕动，增强了机体免疫力，促进血液循环，减少了因长期卧床、局部组织长时间受压所致的缺血、缺氧，进而减少并发症的发生^[4]。

综上所述，渐进式早期活动在重症患者护理中有着显著的应用效果，能提高患者的独立活动能力，减少肌无力症状的发生，利于患者康复，具有很高的临床使用价值。

参考文献

- [1] 夏彩芬, 张亚香. 早期渐进性运动训练护理干预在ICU患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志, 2020, 26(02): 62-65.
- [2] 宦佳丽. 渐进式早期活动在重症患者护理中的重要应用[J]. 中西医结合心血管病电子杂志, 2019, 7(25): 77-84.
- [3] 王园凤, 梁晓燕, 杨巧容. 渐进式早期康复训练对ICU机械通气患者治疗效果的影响[J]. 医疗装备, 2019, 32(24): 165-166.
- [4] 黄定瑞. 渐进式早期康复训练对ICU机械通气病人谵妄、机械通气时间及ICU住院时间的影响[J]. 全科护理, 2021, 19(04): 469-471.