

康复护理在脑卒中患者康复中的作用及优化策略

张萍¹ 曲韵浓²

1. 山东第一医科大学 山东省济南市 250000

2. 山东第一医科大学第二附属医院 山东省泰安市 271000

摘要: 脑卒中作为一种常见的脑血管疾病,具有高发病率、高致残率和高死亡率的特点。患者在发病后往往会遗留不同程度的身体功能障碍,如肢体运动障碍、言语吞咽障碍等,严重影响了患者的生活质量。康复护理作为脑卒中患者康复过程中的重要组成部分,对于促进患者身体功能恢复、提高生活自理能力以及回归社会具有不可替代的作用。因此,本文重点研究康复护理在脑卒中患者康复中的作用及优化策略,旨在全面提升康复护理在脑卒中患者康复中的质量和效果。

关键词: 康复护理;脑卒中;患者康复;作用;优化策略

引言:

脑卒中严重影响患者的生活质量和健康,康复护理在其后续康复进程中意义重大。它不仅能助力患者身体功能的恢复,还在心理调适、生活自理能力提升等多方面发挥关键作用。然而,当前康复护理在实践中面临诸多问题,如方法的科学性、资源的合理配置等。因此,深入探讨康复护理的作用并研究其优化策略,对于促进脑卒中患者的全面康复、提高其生活品质以及减轻家庭和社会负担具有极为紧迫且重要的现实意义。

1. 康复护理在脑卒中患者康复中的作用

1.1. 促进身体功能恢复

1.1.1. 肢体运动功能康复

康复护理人员通过协助患者进行正确的体位摆放、关节活动度训练、肌力训练等,能够有效预防肌肉萎缩、关节挛缩等并发症的发生,促进患肢的血液循环,加速肢体运动功能的恢复。例如,在患者卧床期间,定期为其翻身、更换体位,并进行被动关节活动训练,可防止压疮和关节僵硬。随着患者病情的稳定,逐渐增加主动运动训练的强度和难度,如指导患者进行床上的平移、坐起、站立等动作,以及进行步行训练、上下楼梯训练等,帮助患者逐步恢复独立行走的能力。

1.1.2. 言语吞咽功能康复

对于存在言语吞咽障碍的脑卒中患者,康复护理人员可以通过专业的言语治疗和吞咽训练方法,帮助患者改善言语表达和吞咽功能。言语治疗包括发音训练、口语表达

训练、语言理解训练等,如让患者从简单的发音开始练习,逐渐过渡到单词、句子的表达。吞咽训练则包括口腔肌肉训练、吞咽反射训练、饮食调整等,如指导患者进行口腔操练习,增强口腔肌肉的力量和协调性;通过调整食物的质地和进食姿势,帮助患者安全地吞咽食物,减少误吸的风险。

1.2. 提高生活自理能力

1.2.1. 日常生活活动训练

康复护理人员通过对患者进行日常生活活动(ADL)训练,如穿衣、洗漱、进食、如厕等,帮助患者恢复独立生活的能力。在训练过程中,护理人员会根据患者的实际情况,制定个性化的训练计划,并逐步引导患者完成各项生活自理活动^[1]。例如,对于上肢功能障碍的患者,护理人员可以教其使用辅助器具,如穿衣棍、特制餐具等,帮助其完成穿衣和进食等动作;对于下肢功能障碍的患者,护理人员可以指导其使用助行器或轮椅进行移动,并在卫生间等场所安装扶手等辅助设施,方便患者如厕和沐浴。

1.2.2. 家居环境改造建议

为了更好地提高患者的生活自理能力,康复护理人员还可以根据患者的家居环境和身体功能状况,提供合理的家居环境改造建议。例如,将卧室的床调整到合适的高度,方便患者上下床;在卫生间安装防滑地砖和扶手,防止患者滑倒;将常用物品放置在患者容易取放的位置,减少患者的活动难度等。通过这些改造措施,可以为患者创造一个安全、便捷的生活环境,有利于患者更好地进行康复训

练和日常生活活动。

1.3. 改善心理状态

1.3.1. 心理支持与疏导

脑卒中患者在患病后往往会出现焦虑、抑郁、自卑等不良心理情绪，这些情绪不仅会影响患者的康复积极性，还可能加重患者的病情。康复护理人员通过与患者进行密切的沟通和交流，了解患者的心理需求和情绪变化，及时给予心理支持和疏导。护理人员可以采用倾听、安慰、鼓励等方法，帮助患者缓解心理压力，树立战胜疾病的信心。例如，护理人员可以定期与患者进行谈心，倾听患者的内心感受，让患者感受到被关心和理解；同时，向患者介绍一些成功康复的案例，激发患者的康复动力。

1.3.2. 康复信心培养

康复护理人员通过为患者制定合理的康复目标和计划，并在康复过程中不断给予患者积极的反馈和鼓励，帮助患者培养康复信心。在制定康复目标时，护理人员会根据患者的病情和身体功能状况，将目标分解为一个个小的阶段目标，让患者在逐步实现目标的过程中感受到自己的进步和成长。例如，对于肢体运动功能障碍的患者，护理人员可以先设定一个短期目标，如让患者在一周内能够独立坐起，当患者实现这个目标后，再设定下一个目标，如让患者在两周内能够站立等。通过这种方式，患者可以不断看到自己的努力成果，增强康复信心。

2. 康复护理在脑卒中患者康复中的优化策略

2.1. 加强康复护理人员队伍建设

2.1.1. 加大专业人才培养力度

高校和职业院校应加强康复护理专业的建设，完善课程体系，提高教学质量，培养更多高素质的康复护理专业人才。同时，医疗机构和康复机构应加强对在职护理人员的培训和继续教育，定期组织康复护理知识和技能培训，鼓励护理人员参加各种学术交流活动，不断提高护理人员的专业水平^[2]。例如，可以邀请国内外的康复专家来进行讲座和培训，选派优秀的护理人员到国内外的先进康复机构进行学习和交流。

2.1.2. 提高康复护理人员待遇

政府和医疗机构应加大对康复护理工作的投入，提高康复护理人员的待遇和社会地位，吸引更多的优秀人才从事康复护理工作。例如，可以通过提高工资待遇、改善工

作环境、提供职业发展机会等方式，激励护理人员的工作积极性和创造性。同时，建立健全康复护理人员的职业晋升机制，为护理人员的职业发展提供广阔的空间。

2.2. 提高患者及家属的康复意识和配合度

2.2.1. 加强健康教育

医疗机构和康复机构应通过多种形式，如举办健康讲座、发放宣传资料、开展康复护理咨询等，向患者及家属普及脑卒中的防治知识和康复护理知识，提高他们的康复意识和自我管理能力和自我管理能力。例如，可以制作一些简单易懂的康复护理宣传手册和视频，向患者及家属介绍康复护理的重要性、方法和注意事项；组织患者及家属参加康复护理培训班，让他们亲身体验康复训练的过程，掌握一些基本的康复护理技能。

2.2.2. 建立良好的医患沟通机制

康复护理人员应与患者及家属建立良好的沟通关系，及时了解他们的需求和意见，为他们提供个性化的康复护理服务。护理人员可以通过定期召开患者及家属座谈会、进行家庭访视等方式，加强与他们的沟通和交流，解答他们的疑问，增强他们对康复护理的信任和配合度。例如，在患者住院期间，护理人员可以每天与患者及家属进行一次沟通，了解患者的康复进展和需求，及时调整康复护理方案。

2.3. 优化康复护理资源配置

2.3.1. 增加康复设备和器材投入

政府和医疗机构应加大对康复设备和器材的投入，根据患者的需求和康复机构的实际情况，合理配置康复设备和器材。例如，可以购买一些先进的康复训练设备，如虚拟现实康复训练系统、智能康复机器人等，提高康复训练的效果和质量；同时，加强对康复设备和器材的管理和维护，确保设备的正常运行。

2.3.2. 拓展康复训练场地

医疗机构和康复机构可以通过合理规划和布局，拓展康复训练场地。例如，可以利用医院的闲置空间，如走廊、屋顶等，改造成康复训练场地；或者与社区合作，利用社区的公共场地，如公园、广场等，开展户外康复训练活动。同时，加强对康复训练场地的安全管理，确保患者在训练过程中的安全。

2.4. 建立完善的康复护理评估体系

2.4.1. 完善评估指标

建立一套科学、全面的康复护理评估指标体系,包括身体功能、心理状态、生活质量等多个方面。例如,可以采用国际通用的评估工具,如 Fugl-Meyer 运动功能评估量表、Barthel 指数等,对患者的肢体运动功能和日常生活自理能力进行评估;采用抑郁自评量表、焦虑自评量表等,对患者的心理状态进行评估;采用生活质量综合评定问卷等,对患者的生活质量进行评估^[3]。通过综合评估,全面了解患者的康复情况和护理需求。

2.4.2. 规范评估方法

制定统一的康复护理评估方法和流程,确保评估结果的准确性和可靠性。例如,可以采用标准化的评估工具和操作流程,对患者进行定期的评估;建立评估数据管理系统,对评估数据进行收集、整理和分析,为康复护理方案的制定和调整提供依据,加强对评估人员的培训和考核,提高他们的评估水平和能力。

3. 结语

综上所述,康复护理在脑卒中患者的康复过程中起着至关重要的作用。通过促进身体功能恢复、提高生活自理能力、改善心理状态以及促进患者回归社会等方面的努力,可以显著提高患者的康复效果和生活质量。为了应对这些挑战,我们需要采取一系列优化策略,包括加强人员队伍建设、提高患者及家属的康复意识、优化资源配置、建立完善的评估体系等。通过不断地探索和实践,我们相信康复护理在脑卒中患者康复中的作用将会得到更好的发挥,为患者的健康和幸福做出更大的贡献。

参考文献:

- [1] 付玉霞. 康复护理模式在脑卒中康复护理中的应用效果 [J]. 养生保健指南, 2021(15):122.
- [2] 于筱杰. 三位一体康复护理模式在脑卒中康复护理中的应用分析 [J]. 养生保健指南, 2021(11):144.
- [3] 刘利利. 综合康复护理模式在缺血性脑卒中患者护理中的应用 [J]. 护理实践与研究, 2022,19(05):716-719.