

关于老年额颞叶痴呆的康复护理

张丁宜

(成都市第四人民医院 四川 成都 610000)

【摘要】老年额颞叶痴呆的康复护理在一定程度上可以通过康复护理安抚患者的病情,进一步改善患者的举止不当、情感变化以及人格改变等恶性情况。常见的康复护理措施如下:调摄情志护理、智力康复护理、饮食护理调节饮食、健康宣教、体育锻炼护理、随访护理等。

【关键词】老年患者;额颞叶痴呆;康复护理

Rehabilitation care for frontotemporal dementia in the elderly

Dingyi Zhang

(Chengdu Fourth People's Hospital, Chengdu, Sichuan, 610000)

【Abstract】The rehabilitation nursing of frontotemporal dementia in the elderly can comfort the patients' conditions through rehabilitation nursing to some extent, and further improve the malignant conditions such as improper behavior, emotional changes and personality changes. Common rehabilitation nursing measures are as follows: emotional care, intellectual rehabilitation nursing, diet nursing regulation diet, health education, physical exercise nursing, follow-up nursing, etc.

【Key words】elderly patients; fronto-temporal dementia; rehabilitation and nursing

1 调摄情志护理

家属有足够的时间陪伴在患者身边,相对于护理人员有更加充足的时间以及患者足够的信任,康复过程中家属的直接参与可以减少护理工作的难度,虽然要求患者家属护理存在一定的护理难度,但是仍在可以克服的范围之内。护理老年额颞叶痴呆患者往往需要家属以及护理人员有足够的耐心,不仅仅需要重视患者的一些不良行为,例如:口部过度活动、爱发脾气、对于某一事物十分固执等,而且还需要重视患者出现的一系列心理变化,例如:抑郁、淡漠、固执、暴怒等,用亲切柔和的语言去安抚患者,调整患者的情绪变化,关心、体贴照顾老年额颞叶痴呆患者,保证患者始终处于一种平和的情绪状态。针对不同情绪变化的患者需要采取不同的心理干预方法,例如:针对抑郁寡欢的患者需要用亲切的言语对其行为进行鼓励;针对急躁易怒的患者需要用温柔的语气有效安抚患者的强烈情绪,保证患者们可以保持稳定的积极性情绪,减少不良的精神刺激加重疾病的恶化发展。当患者出现心理问题的过程当中,家属一定要及时对其进行看护与处理,及时反馈给医护人员。医护人员以及患者家属需要与患者进行良好且有效的和谐沟通,通过沟通进一步推测患者可能潜在心理问题,针对部分较为配合的患者甚至可以对其进行心理情况的有效询问,通过询问或交流,在过程当中充分分析患者可能存在的问题。在整个情志护理的过程当中,医护人员需要与患者家属有效配合,医护人员对患者进行健康知识以及科学知识的简单科普,在心理程度上为患者做好相关并发症以及不良反应的心理预警,纠正患者心中对于疾病的错误认知,使其始终对于干预控制的治疗与护理,保持积极的有效态度。医护人员在护理过程当中教导家属相关护理细节以及护理措施,尽可能让患者在护理过程当中提高护理质量与护理水平,保证家属护理工作开展的顺利,同时也减少相关医护人员的护理工作量,减轻相关医护人员的护理工作强度。医护人员参与的护理工作在一定程度上可以更好的提高患者的心理安抚,尽可能的让患者感受到来自家庭的温暖,家庭的温暖可以更好的有效保证患者情绪的的稳定以及积极化。在情志护理过程当中,医护人员可以在患者的允许情况下,在病房内或者其家属在居住范围内,播放一些舒缓节具安抚作用的轻音乐,引导患者随着音乐的节奏来调整呼吸,放松全身肌肉,进而调整情

绪。一旦发现患者对于病情的变化有着不当的心理情绪,可以给予患者更感兴趣的事物或者与患者谈论其余相关事件,进而转移患者注意力,减少其对于疾病治疗以及护理过程当中不必要的担忧,焦虑以及不安等负面情绪。

2 智力康复护理

家属需要尽可能给予老年额颞叶痴呆患者一些安神乐曲或者舒缓平和的音乐,通过音乐去调整患者的情绪变化,进一步改善患者心理状态,延缓患者可能出现的记忆力的衰退,避免出现老年痴呆的病情恶化。不仅如此,在老年额颞叶痴呆患者情绪允许的情况下,家属需要鼓励患者多看书、多看报,对于视力不佳的老年额颞叶痴呆患者可以鼓励其多听广播,让患者在接受一段故事之后用自己的言语去表示刚才接受的内容,逐渐鼓励患者多动脑子,提高患者对不同事物的识别,加强患者的短时记忆,增强患者的判断能力。在老年额颞叶痴呆患者自身身体情况允许的前提下,邀请患者进行一些力所能及的事情,让患者感受到自我的生活充实,提高对生活的积极应对态度,减少智力以及记忆力下降的可能性。家属还可以根据患者的个人爱好,引导患者去老年活动中心下棋、打牌或者打麻将,增加老年额颞叶痴呆患者的动脑思维能力,在此过程中,告知患者不能过于重视输赢,这只是游戏,游戏就有输有赢,不能单纯的为了游戏的输赢而耿耿于怀,促进老年额颞叶痴呆患者的智力发展,避免在游戏过程中劳神过度。

3 饮食护理调节饮食

家属需要重视老年额颞叶痴呆患者的饮食安排,提高饮食中粗纤维、高维生素等食物的占比,减少油腻以及刺激食物的摄取。定期给予患者水果、蔬菜等食物的适当摄取,保证每日的饮水量,满足老年额颞叶痴呆患者的营养需求。老年额颞叶痴呆患者往往存在一定的阴血不足的情况,家属可以根据医生的叮嘱给予患者桂圆大枣汤、瘦肉、鸡蛋、鱼等营养膳食。对于老年痴呆的患者,平时可以适当服用一些健脑益气、活血化瘀的中药进行调理,比如人参、何首乌、坚果、川穹、黄芪、黄精、知母、生地黄等,这些药物可以改善脑部循环,提高大脑的血液灌注量,对于缓解患者的病情有一定帮助。但老年痴呆是一种不可逆的病变,症状非常复杂,所以通过单纯的吃中药可能并不能够完全改善病情。患者最好听从医生的嘱咐,使用中西医结合的方式进行综合

性治疗,以尽量减轻患者的症状,防止病情进一步加重。人参不止是能提高人体免疫力,还能提高记忆力学习能力等,有其是对于患有老年痴呆的患者,经常的食用一些人参可以患者病情,减少病情的发展。何首乌对于防治老年痴呆有一定的作用。能够防治老年痴呆的食物有鱼类,坚果类,卵磷脂类。鱼油能稀释血液,同时软化血管,帮助改善老年患者大脑的营养状态。吃坚果时,由于咀嚼的动作能够对大脑深处进行良好的刺激,有效避免老年痴呆的形成。还可以多吃芝麻,大豆,动物肝脏等食物,这些食物当中富含卵磷脂,能够有效预防老年痴呆。另外,补充钙质能够调节肌肉和神经的兴奋性,让心脏能够正常的运作。老年患者还可以通过适量的有氧运动如散步,打太极拳,慢走等多项运动来提高自身体质,保持年轻的身体状态。川芎可扩张血管,对气质血瘀阻滞有着积极的治疗效果,能够明显改善脑的血管灌注,常用于治疗各型的老年痴呆,老弱者尤其适宜。黄精有降压的作用,能够改善患者身体虚弱以及脑部功能受损,进一步提高当前护理工作的质量,纠正患者的大脑意识的异常情况。知母的药理作用在痴呆患者的身体康复过程有着越来越重要的地位,除了能清热泻火,生津润燥,止渴除烦外,还能改善中早期的老年痴呆症及脑功能减退等症。知母皂苷元的主要成分以菝葜皂苷元的含量最高,是合成一种抗癌药物的原料,对于病情控制有着积极的干预效果。生地黄,对老年痴呆症有特殊疗效,相关研究证明其存在一定的抗衰老及抗氧化作用,针对痴呆患者有助于增强记忆的干预功效。

4 健康宣教

家庭护理对于老年额颞叶痴呆患者有着不可忽视的重要影响,需要重视患者以及患者家属的健康宣讲工作的重要价值,保证患者以及患者家属得到足够的思想工作,纠正其对老年额颞叶痴呆的负面消极错误印象,重视老年额颞叶痴呆患者的正确护理方法的学习。具体的健康宣讲知识点为包括:①保证老年额颞叶痴呆患者的生活规律,避免饮酒吸烟等不良生活习惯;②督促老年额颞叶痴呆患者进行适度运动,加强老年额颞叶痴呆患者的手部活动锻炼,促进患者的脑部活动;③保持良好的家庭关系,给予老年额颞叶痴呆患者足够的家庭支持,用积极的态度面对生活中存在的不良刺激;④做好老年额颞叶痴呆患者的安全护理,避免其出现不同情况的外伤导致心理情况变化。

5 体育锻炼护理

患者患病后的治疗护理不能忽视其自身免疫力的提升。免疫力提升的有效措施之一则是加强患者的体育锻炼护理。体育锻炼首先需要满足患者的身体要求以及年龄需求,部分老年患者身体可能素质水平不高,其体育锻炼的强度需要得到有效控制,避免强度过大而扼苗助长。在体育锻炼过程当中,一定要严格根据患者个人情况,按照人体科学发展规律进行有效的体育锻炼护理内容的设计。只有保证体育锻炼的科学性与合理,才能够有效的提高患者各个器官功能的改善情况,才能够真正促进患者脑部的有效发育,进一步提高患者身体素质,延缓衰老,增强体质,延年益寿。所以在设计体育锻炼护理工作,相关工作人员一定要严格的遵守相关工作的原则。首先需要保证并且引导患者进行经常性的体育锻炼,经常性强调患者需要不间断,长期且坚持保持适当强度的体育锻炼,生命在于运动,运动才可以刺激身体细胞的新陈代谢,如果患者长时间缺乏锻炼,那么默契自身器官系统的功能将会逐渐衰退,不利于其大脑痴呆后的康复,甚至还会降低机体免疫力。在体育锻炼过程当中,医护人员也需要重视患者全面性的体育锻炼,全面性体育锻炼在一定程度上

可以被当做通过锻炼来使患者全身的身体形态,身体素质,心理品质以及身体机能等各个方面得到有效的全面和谐发展,所以在选择活动过程当中,要对一些身心皆益的全身运动。常见的体育运动如游泳,跑步,散步,爬山,太极拳等,甚至可以在患者运动过程当中增添其余的运动项目,进而达到运动锻炼的护理效果。在选择好运动项目之后,相关医护人员一定要重视对患者体育段练狐狸过程的有效陪伴,在陪伴过程当中需要告知患者体育锻炼不能一蹴而就,需要进行渐进性的有效训练。对于体育训练的内容,方法要求以及相关的运动强度,需要根据患者自身的身体情况以及病情情况来进行个性化设计需要从简单到复杂,从短时间的长时间逐渐过度。有效保证患者身体能够承受的基础之上达到治疗目的。患者的身体不可能在短时间内得到。明显的改善与提升,其脑部受损功能也不能一下子恢复到健康状态。他是一个逐渐提高,逐渐发展的过程,而体育锻炼则是加快了患者康复的效率,在一定程度上可以保证患者能够在相对来说更短的时间内得到理想的治疗效果,但是体育锻炼依旧是一个长期坚持的过程,其不能一蹴而就。

6 随访护理

针对当前老年额颞叶痴呆患者出院后的日常护理措施中存在的不足之处,相关工作人员结合当前医院建设情况提出了基于云随访平台结合出院计划单的护理管理措施,基于云随访平台结合出院计划单的护理管理措施可以有效连接老年额颞叶痴呆患者和患者家属在出院之后及时与医护人员的联系,患者可以保证在遇见护理问题或者意外事件,能够在第一时间想到需要找到医护人员寻求帮助,同时也可以通过相关社交平台及时寻求到相关医护人员的医疗协助,同时通过分析观察出院计划单纠正当前的日常护理行为,为患者出院后老年额颞叶痴呆的修养与痊愈打下坚实的护理基础。出院计划表包括五个方面:①对患者出院条件的估价。②建立共同目标。③提出健康好转标准。④出院去向。⑤随访。医院随访工作是指医院对曾在医院就诊的病人以通讯或其他方式,进行定期了解患者病情变化和指导学生康复的一种观察方法。在随访过程中,医护人员可以对患者的日常生活情况进行全方面的沟通交流,掌握当前患者的日常护理细节,同时针对护理措施提出一定的改善措施,相对于其余护理量表有着更为全面的护理内容,更适用于广大的患者需求。即使是患者出院以后、治疗结束以后,医护人员仍然要定期随访,保证及时与患者的联系情况,分析患者当前大脑功能康复效果,进一步实现为日常护理的调整提供专业指导。提高随访率、满意率、复诊率,让医院及时、全面、客观地了解患者的声音,系统具有完整方便的患者资料管理、智能化的随访管理、高效的医患沟通、改善医风医德。

老年额颞叶痴呆简而言之,就是患者自身思维出现精神异常行为症状。正常人在做一件事情需要思考事件的价值以及约束等一系列相关注意事项,但是额颞叶痴呆患者完全不会在乎一件事情做了之后的代价以及后续的善后事项。在日常康复护理过程中需要护理人员重视对护理过程中的不同措施注意事项,提高患者的护理过程有效性,保证患者护理有效性。

参考文献:

- [1] 张明园. 脑老化的异质性:从老年痴呆到成功老年[J]. 中华医护士进修杂志 2013 年 3 月第 28 卷第 5 期
- [2] 曹秋云,江开达,高之旭. 痴呆的精神行为症状的临床特征、基础及治疗研究进展[J]. 中华精神科杂志, 2003, 36(3): 187-189