



社区护理干预对脑卒中患者防跌倒的效果分析

赵 祎¹ 郭灵东² 唐 欣³

(首都医科大学石景山教学医院北京市石景山医院 北京 100043)

摘要：目的：研究对脑卒中患者在实施社区护理干预的防跌倒效果。方法：随机选取 80 例脑卒中患者，分为对照组与实验组，每组 40 例。对照组患者我们给予常规的出院指导，观察组患者在给予常规出院指导的基础上，再给予社区护理干预。对两组患者的日常生活活动能力评分、跌倒发生率及跌倒知识的知晓率来进行对比。结果：观察组患者在日常生活活动能力高于对照组患者，跌倒发生率低于对照组患者，知识知晓率又明显高于对照组患者。结论：对于脑卒中患者在防跌倒方面实施社区护理干预措施，不仅有助于患者身心健康，还提高了患者的生活质量，应值得推广应用。

关键词：社区护理干预；脑卒中；跌倒；效果

中图分类号：R256.12

文献标识码：A

文章编号：1009-5187 (2018) 06-259-01

脑卒中又称“中风”，是一种急性脑血管疾病，包括出血性与缺血性两种。出血性多由于脑部血管的突然破裂引起出血，缺血性由于脑梗塞、短暂性缺血性等病因，引起血流中断出现相对应供血区脑组织缺血、坏死及脑功能障碍。目前，脑卒中在脑血管病中致残率可达 60%~80%，对患者生活质量造成严重影响。本文主要分析社区护理干预在对脑卒中患者防跌倒中的效果。

1 一般资料：

选取我院 2016 年 10 月至 2017 年 3 月在我院治疗的 80 例脑卒中患者，协助医生为患者检查 MRI 和 CT 头颅，经确诊 80 例患者均患脑卒中，所有患者病情稳定、生命体征正常、肢体功能障碍。平均年龄在 (64.2±12.0) 岁，其中男患者 48 例，女患者 32 例，两组患者在性别、年龄、疾病及临床症状上，未见明显差异 (P>0.05)。

2 方法

根据社区医疗卫生服务网络化管理模式，建立干预患者的健康档案，主要包括：姓名、功能独立性评测 (FIM) 值、跌倒次数、随访时间及内容等。对照组患者指导进行常规康复训练及生活能力训练。患者出院一周内电话随访和问卷调查，后期分别在出院后 1 个月、3 个月、5 个月各电话随访一次，每次不超过半小时，随访指导患者注意饮食、对患者进行心理疏导及对患者 FIM 分值。实验组患者出院一周内则上门随访一次，中途 2 周后进行一次电话随访，时间不超过半小时，之后随访时间、内容按常规进行。在随访的同时，结合《预防跌倒十知道》、《居家护理防跌倒》等手册制定出相关的护理干预措施，加强对实验组患者及家属的宣教。(1) 对于虚弱、生活暂时无法自理，视力又下降的患者，需要家属随时陪同，协助其生活；(2) 夜间与清晨是跌倒的高危时段，注意将床旁物，洗漱，厕所等高危跌倒地点进行防护起来，正确转移床椅等家居物品；(3) 平时给患者穿防滑鞋以及舒适合身衣裤；(4) 改善家居环境，环境整洁整齐，地面经常保持干燥，卫生间安放座椅及扶手，房间灯光适宜；(5) 室内物品摆放有序，保持过道通畅，经常用的物品，放置易拿处；(6) 遵守体位“三部曲”，即平躺 30s，坐起 30s，站立 30s 后再行走，不可突然行走，尤其夜间，特别需要注意；(7) 在锻炼行走时，若感觉下肢无力，步态不稳时，最好原地不动，寻求帮助；(8) 随访中一定要告知患者用药安全，若服用安眠药物，应等意识清醒之后下床，服用降压药物，需避免体位性低血压反应。在随访过程中，反复宣教督促患者，也可利用社区科普板报，集中患者及家属宣教“居家护理防跌倒”手册中的内容，实现社区护理干预的重要性，从根本问题上减少跌倒发生。观察指标，以 FIM 值评价两组患者的日常生活能力，对其活动能力、自我照顾能力、社会的认知、交流等进行评估，做出相应对比，并记

录两组患者的跌倒情况。

结果：

1 根据两组患者日常生活的活动能力比较，在出院的 1、3、5 个月中，实验组患者的日常生活能力评分明显高于对照组患者，差异有统计学意义 (P<0.05)。

2 两组患者的跌倒发生率比较，实验组中跌倒 2 例患者，跌倒发生率是 5.00%；对照组中跌倒 8 例患者，跌倒发生率是 20.00%，两组患者对比差异有统计学意义 (P<0.05)。

两组患者 FIM 值比较 (分, X±S)

两组患者 FIM 值比较 (分, X±S)		出院时	1 个月	3 个月	5 个月
实验组	40 例	53.67±5.18	64.16±4.65	69.72±3.89	74.28±4.62
对照组	40 例	53.92±5.32	58.22±4.93	60.35±3.52	63.18±4.32
P		>0.05	<0.05	<0.05	<0.05

讨论：

脑卒中是脑中风的学名，是一种突然起病的脑血液循环障碍性疾病，本病最大的两大特征是发病率高和病死率高，后期也给患者留下不同程度的残疾，导致其自理能力低下，发生跌倒率高。目前在先进医疗水平的条件下，病死率虽有所改善，但伤残率却依然很高，后期发生跌倒也相对较多。给患者带来严重的身心痛苦，更是加重了家庭经济负担。社区脑卒中患者中，大多数患者存在跌倒现象，频繁跌倒造成疾病的主要病因，严重时会导致患者死亡。有效的预防跌倒发生，采取一定的护理保护措施，避免患者跌倒，社区护理干预结合护理学、公共卫生学技能和理论，通过有效的随访宣传、督促、利用科普板报开展集体培训等方式，不断反复讲说、宣传，使患者及家属正确认识病情，在照顾患者及相关问题上给予家属相关方面的指导，确保社区护理干预对脑卒中患者实施的有效性。

综上所述，社区护理干预对脑卒中患者发生的跌倒，有着明显的护理效果，不仅提高了患者日常生活质量，促进患者的身心健康，减少了并发症，而且减轻了家庭经济负担，很适合推广各大社区医院应用。

参考文献：

韩丽. 社区护理干预对脑卒中患者防跌倒的效果分析[J]. 中国实用医药, 2016(8):256-257.

杨巧云. 社区护理干预对脑卒中患者防跌倒的效果研究[J]. 人人健康, 2016(8).