

血液透析患者跌倒风险护理干预效果

鲁燕妮

宜昌市第一人民医院血液净化中心 湖北宜昌 443000

【中图分类号】R473.5

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2020) 07-165-01

随着血液进化相关技术的不断进步,血液透析质量不断提升,十年以上的透龄患者在透析中心已占绝大多数,且老龄化患者已成常态,随之而来的跌倒风险也成倍增加。卫生部老年人预防跌倒指南中报道,在普通人群中,跌倒是我国伤害死亡的第4位原因,而在老年人中则为首位。而老年血液透析患者发生跌倒的风险较普通人更高^[1-5]。为了避免并减少因跌倒致伤致残的不良后果,并提高患者生活质量,我科对2018年9月-2019年9月门诊维持性血液透析患者中发生跌倒的患者进行分析总结,并采取护理干预,现汇报如下:

1 临床资料

2018年9月-2019年9月共199例维持性血液透析患者,其中发生跌倒共8例,男性2例,女性6例,年龄为68-82岁的患者。其中原发病肾小球肾炎3例,高血压肾病3例,糖尿病肾病2例。患者的性别、职业等方面差异无统计学意义,不具可比性。

2 高危因素分析

2.1 患者自身因素

老年人常表现为视力、视觉分辨率、视觉的空间/深度感及视敏度下降,并且随年龄的增长而急剧下降;有听力问题的老年人很难听到有关跌倒危险的警告声音,听到声音后的反应时间延长;触觉下降,前庭功能和本体感觉进行性减退,导致平衡能力降低;中枢神经系统的退变往往影响智力、肌力、肌张力、感觉、反应能力、反应时间、平衡能力、步态及协同运动能力;骨骼肌肉系统功能退化会影响老年人的活动能力、步态的敏捷性、力量和耐受性,使其举步时抬脚不高、行走缓慢、不稳,以上因素均导致跌倒危险性增加^[6]。糖尿病患者往往合并微血管及大血管并发症如自主神经病变,外周及周围神经病变,视网膜病变、视力下降以及心脑血管疾病,增加了跌倒危险。此外患者伴有肢体残障或功能障碍;神经系统疾病;认知功能障碍;睡眠障碍;呼吸系统疾病、心血管疾病及中重度贫血导致的行动无力、血氧不足;中、重度营养不良及长时间卧床导致的肌肉萎缩、肌肉力量减弱等因素都使跌倒的风险增加^[7]。

2.2 与血液透析治疗相关因素

头晕、体位性低血压、低血糖、脱水及电解质紊乱、透析后肌肉痉挛导致的疼痛或步态软弱乏力、首次透析综合征是导致血液透析患者跌倒常见的疾病因素。此外透析相关的其他并发症如透析相关脑病、导管相关感染/脓毒症,透析相关的心律失常等也增加跌倒风险。

2.3 环境因素

地面湿滑或不平坦、缺乏防滑标志、卫生间扶手或床档等辅助设施不足、就诊环境过于拥挤或杂物堆积、照明问题、转运工具应用不当、鞋底过滑、下机后低头找鞋易诱发疾病。

2.4 护理人员因素

健康宣教不到位、防跌倒措施未落实。

2.5 家属或陪护人员因素

患者身边无陪护、陪护或家属安全意识不强、安全防范知识欠缺、重视程度不够。

3 护理干预措施

3.1 启动防跌倒流程

对每位新入门诊血透患者,责任护士即有防跌倒流程图告知患者和家属,讲解注意事项和要点,并定期对患者评估。对高危和中危患者我们采取干预措施,对低危和无风险患者我们采取预防措施。在血液透析治疗时有专人对患者及家属进行安全教育,帮助患者及家属建立跌倒防范意识,让他们改变怕麻烦人、过高估计自己体能的心理,使患者充分认识到预防跌倒的重要性,主动采取措施避免跌倒事件的发生。

3.2 水、盐摄入依从性干预

反复向患者及家属说明限制水、盐摄入的必要性及过多摄入水盐的严重后果。如果水超滤过多、过快、患者极易出现低血压、肌肉痉挛,低血压、肌肉痉挛加大了患者发生跌倒的可能性。

3.3 加强健康知识宣教

每月举办一次预防跌倒知识讲座,并制作用药宣教卡和行为指导单发放到患者手中,内容包括哪些药品会引起跌倒,体位性低血压的预防和处理,起床三部曲,在家里如何预防跌倒,如何求助。血液透析结束后应根据病情让患者休息10-30min,起床动作缓慢,卧一坐一站一行逐步进行体位改变,防止体位性低血压致头昏、跌倒。

3.4 改造环境布局

合理布局、光线适宜、维护有序的接诊制度、病床或透析椅高度适宜,设有床档或扶手、体重称的两边安装固定扶手、透析前及透析后称重时医护人员或家属重点防护。防止地面凹凸不平或湿滑,尤其是水池周围或预冲时有液体外溅及时清理地面水迹,保持干燥,厕所安装扶手和呼叫器。

4 小结

随着生活环境的改善以及医疗技术的进步,人均寿命日益延长,以至接受血液透析的老年病人明显增加。血液透析病人常遭受多种透析相关不良反应并伴有骨痛、骨密度下降等并发症,致使透析病人跌倒问题日渐严重。如何降低血透患者跌倒发生率是临床护理质量控制的重点,需要改善环境、提高安全意识、启动防跌倒应急流程等措施。

参考文献

- [1] 陈晓君,黄丽华.国外跌倒管理模型的相关研究及启示[J].中华护理杂志,2015,02(2):254-256.
- [2] 钟杏,魏丽君,黄巧,等.老年住院患者发生跌倒相关因素的病例对照研究[J].护理学报,2016,23(19):29-62.
- [3] 刘瑶.血液透析患者跌倒的研究进展[J].中国血液净化,2016,15(5):309-311.
- [4] 孙慧娟,吴素峰,郝晶,等.血液透析患者跌倒危险的评估与干预措施[J].护理管理杂志,2008,8(1):56-57.
- [5] 朱思珠,袁海川.维持性血液透析患者跌倒的相关因素分析及专科化预防对策[J].护理实践与研究,2016,13(23):34-35.
- [6] 卢艳艳.血液透析患者院内跌倒原因分析与防范对策[J].温州医科大学学报,2012,42(5):493-494.
- [7] 方萌萌,王超虹.维持性血液透析患者运动干预的研究进展[J].护理学杂志,2013,28(1):91-93.