

一体化健康管理和长期护理在住院老年衰弱患者中的应用效果研究

李华梅

成都老年康疗院 四川成都

【摘要】目的 探讨一体化健康管理和长期护理在住院老年衰弱患者中的应用效果。**方法** 选取2023年5月到2024年5月期间我院收治的住院老年衰弱患者共60例随机分为对照组与观察组，每组30例，对照组采用常规护理，观察组采用一体化健康管理和长期护理。对比两组日常生活活动能力、健康行为、自我护理能力以及生活质量。**结果** 观察组生活活动能力、健康行为、心理状态以及生活质量均优于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 一体化健康管理和长期护理能有效提升住院老年衰弱患者的健康水平和生活自理能力，值得在临床推广应用。

【关键词】 一体化健康管理；长期护理；老年衰弱患者；住院护理

【收稿日期】 2024年11月22日 **【出刊日期】** 2024年12月28日 **【DOI】** 10.12208/j.jacn.20240463

Study on the application effect of integrated health management and long-term care in hospitalized elderly patients with frailty

Huamei Li

Chengdu Elderly Rehabilitation Hospital, Chengdu, Sichuan

【Abstract】 Objective To explore the application effect of integrated health management and long-term care in hospitalized elderly patients with frailty. **Methods** A total of 60 hospitalized elderly patients with frailty admitted to our hospital from May 2023 to May 2024 were randomly divided into a control group and an observation group, with 30 cases in each group. The control group received routine care, while the observation group received integrated health management and long-term care. Compare the daily living activity ability, health behavior, self-care ability, and quality of life between two groups. **Results** The observation group had better life activity ability, healthy behavior, psychological state, and quality of life than the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** Integrated health management and long-term care can effectively improve the health level and self-care ability of hospitalized elderly patients with frailty, and are worthy of clinical promotion and application.

【Keywords】 Integrated health management; Long-term care; Elderly patients with frailty; Inpatient nursing

随着全球人口老龄化进程的加速，老年衰弱现象日益受到广泛关注。老年衰弱是一种老年综合征，表现为生理储备减少、多系统功能失调，使老年人对应激事件的易感性增加，进而导致不良健康结局，如跌倒、失能、住院时间延长和死亡风险升高等^[1-3]。

一体化健康管理和长期护理是一种综合性、系统性的护理模式，旨在为患者提供全面、连续、个性化的健康服务^[4]。一体化健康管理涵盖了对患者健康状况的全方位评估、疾病的预防、健康促进以及疾病管理等多个方面。它整合了医疗、护理、康复、营养、心理等多学科资源，通过多专业团队的协作，为患者制定个性化的健康管理方案。长期护理则侧重于为患有慢性疾病、

功能障碍等需要长期照护的患者提供持续的护理服务，包括生活照料、医疗护理、康复护理等内容^[5-6]。在住院老年衰弱患者的护理中，一体化健康管理和长期护理有着不可替代的作用。本文旨在探究一体化健康管理和长期护理在住院老年衰弱患者中的应用效果，具体研究如下：

1 一般资料与研究方法

1.1 一般资料

选取2023年5月到2024年5月期间我院收治的住院老年衰弱患者共60例随机分为对照组与观察组，每组30例。对照组男16例，女14例，年龄70~94岁，平均年龄为(86.91±3.29)岁。观察组男17例，女13

例, 年龄 70~95 岁, 平均年龄为 (86.78±3.14) 岁。两组一般资料差异不影响研究结果, 无统计学意义 ($P > 0.05$)。

1.2 研究方法

1.2.1 对照组

常规护理: 保持病房清洁、舒适, 定期协助患者翻身, 预防压疮。例如每 2 小时翻身一次。密切观察生命体征, 如每日测量体温、血压等, 及时发现病情变化。根据患者营养状况提供合适饮食, 保证营养均衡。按时准确给药, 观察用药反应。

1.2.2 观察组

一体化健康管理和长期护理:

(1) 全方位综合评估: 对住院老年衰弱患者进行全面评估, 照护人员凭借日常对患者细致入微的观察提供补充信息, 志愿者协助收集患者社会支持等方面的资料, 准确掌握患者整体状况, 为个性化护理奠定基础。

(2) 健康管理措施: 营养师根据患者营养评估结果制定个性化饮食方案, 确保充足的热量、蛋白质、维生素和矿物质摄入。对于食欲不佳的患者, 采用少食多餐的方式, 提供营养丰富、易消化的食物。照护人员严格执行饮食照料方案, 准时、安全的协助老人进餐。康复师根据评估结果制定个体化康复运动计划, 包括床上翻身、坐位、站立、行走等循序渐进的训练, 增强肌肉力量和平衡能力。同时结合关节活动度训练, 防止关节僵硬, 每天至少进行 30 分钟康复训练, 分多次进行以避免患者疲劳。照护人员在旁协助患者进行康复训练, 确保训练安全并鼓励患者坚持。护理人员协助患者进行日常生活活动能力的训练, 如穿衣、进食、如厕等。对于存在认知障碍的患者, 心理医生和护士可以共同开展认知康复训练^[7], 比如: 计算力、记忆力、怀旧疗法、书写训练等。医护人员主动与患者沟通交流, 给予心理支持, 鼓励患者表达内心感受。照护人员在日常护理中也能及时发现患者情绪变化并给予安慰。志愿者组织病友交流活动、绘画活动、音乐疗法, 减轻患者孤独感和焦虑情绪。对于存在严重心理问题的患者, 提供

心理咨询或转介心理专科治疗。

(3) 长期护理措施: 患者出院前制定详细的延续护理计划, 包括居家护理指导、康复训练计划、饮食建议等, 医护人员对家属进行培训, 确保家属能够正确协助患者康复和护理, 志愿者可提供一些辅助性的教育资料或分享类似的成功案例。建立定期回访制度, 通过电话、上门随访等方式了解患者出院后的健康状况, 根据回访结果调整护理计划, 如调整康复训练强度、饮食方案等, 以持续保障患者的健康。组织医生、护士、营养师、康复师、心理医生等多学科团队定期会诊, 针对患者在治疗和康复过程中出现的问题进行讨论, 制定综合解决方案, 提高患者的生活质量和健康水平。

1.3 观察指标

本研究需对比两组日常生活活动能力、健康行为、自我护理能力以及生活质量。

1.4 统计学分析

使用 SPSS22.0 软件对数据进行统计学分析, 计量资料用“ $\bar{x} \pm s$ ”表示, 用 t 检验, 计数资料采用 χ^2 检验, 并以率 (%) 表示, $P < 0.05$ 数据差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组日常生活活动能力、健康行为、自我护理能力对比

观察组日常生活活动能力、健康行为、自我护理能力评分均高于对照组 ($P < 0.05$)。

2.2 两组生活质量对比

观察组生活质量评分高于对照组 ($P < 0.05$)。

3 讨论

住院老年衰弱患者生理储备下降, 常伴有多种慢性疾病, 身体机能如肌力、平衡能力差, 易发生跌倒等意外。同时可能存在不同程度的认知障碍。心理上, 易产生孤独、焦虑等情绪。

实施一体化健康管理和长期护理非常必要, 有助于改善患者身体机能, 减少并发症, 如通过康复训练增强肌力。能缓解心理问题, 提高生活质量。还可通过营养支持改善营养状况, 提高机体抵抗力, 对促进患者康复、提高生存质量意义重大。

表 1 两组日常生活活动能力、健康行为、自我护理能力对比 ($\bar{x} \pm s$)

组别/例数	日常生活活动能力 (分)	健康行为 (分)	自我护理能力 (分)
观察组 (30)	85.74±2.35	99.38±1.44	85.64±4.87
对照组 (30)	82.39±4.28	97.37±3.48	83.22±4.17
<i>t</i>	3.758	2.923	2.067
<i>P</i>	0.001	0.005	0.043

表2 两组生活质量对比 ($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	躯体功能	物质生活状态	社会功能
观察组	30	26.37±2.81	26.97±3.38	25.97±2.08
对照组	30	23.82±2.82	23.21±2.93	24.71±2.33
<i>t</i>	-	3.508	4.604	2.210
<i>P</i>		0.001	0.001	0.031

首先,老年衰弱患者往往身体机能下降,多种慢性疾病并存。一体化健康管理能够全面评估患者的身体功能、认知状态、心理状况和营养水平等,从而制定出涵盖各个方面的精准护理计划。例如,针对患者的营养缺乏问题,营养师可以制定合理的饮食方案;对于存在认知障碍的患者,心理医生和护士可以共同开展认知康复训练。

其次,这种护理模式有助于提高患者的生活自理能力^[8]。通过长期的康复护理训练,如物理治疗师指导下的肢体功能锻炼,可以增强老年衰弱患者的肌肉力量、改善平衡能力,降低跌倒风险,提高患者独立进行日常生活活动的的能力。一体化健康管理和长期护理关注患者的心理健康,老年衰弱患者由于身体状况不佳,容易产生焦虑、抑郁等负面情绪。在这种护理模式下,医护人员能够及时发现患者的心理问题并进行干预,通过心理疏导、组织社交活动等方式,增强患者的心理适应能力,提高其生活质量。此外,该模式还可以实现医疗资源的优化配置。多学科团队协作可以避免重复检查和治疗,提高医疗效率。同时,长期护理的连续性可以减少患者因病情反复而频繁入院的情况,减轻家庭和社会的医疗负担。

综上所述,一体化健康管理和长期护理为住院老年衰弱患者提供了全面、个性化、连续的护理服务,对提高患者的健康水平、生活自理能力和心理状态,优化医疗资源利用具有至关重要的作用。

参考文献

[1] 郭淼,袁丽,杨小玲,等. 慢性病共病老年住院患者衰弱评分对护理不良事件的预测价值研究[J]. 护士进修杂志,

2024,39(7):680-685.

[2] 黄斌英,李丽金,王美华,等. 一体化健康管理和长期护理在住院老年衰弱患者中的应用效果[J]. 临床医学研究与实践,2023,8(20):142-145,186.

[3] 王根群,黄添容,旷丽,等. 老年住院患者衰弱与护理依赖的相关性[J]. 护理实践与研究,2022,19(21):3165-3170.

[4] 李霜,袁晓丽,江智霞,等. 遵义市老年住院患者衰弱现状及影响因素分析[J]. 中华现代护理杂志,2024,30(6):796-800.

[5] 李晨,程智,常傲然,等. 老年住院患者口腔衰弱评估量表的编制及信效度检验[J]. 中华现代护理杂志,2024,30(21):2844-2850.

[6] 袁素亚,张海娇,赵丽华,等. 老年住院患者衰弱与生活方式的相关性研究[J]. 河北医药,2024,46(13):2043-2047.

[7] 刘阳. 老年住院病人自我忽视现状及与衰弱的相关性[J]. 循证护理,2023,9(15):2834-2837.

[8] 梁倩,汪晓丽,刘梦琪,等. 多分运动护理干预在老年慢性心力衰竭合并衰弱患者中的应用[J]. 中华护理杂志,2023,58(23):2821-2828.

版权声明:©2024 作者与开放获取期刊研究中心(OAJRC)所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。

<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



OPEN ACCESS