

# 老年痴呆的护理康复干预对临床治疗及其预后的意义

李军省 张士博

邢台医学院 河北 邢台 054000

**摘要:** 目的在于深入研究老年痴呆的护理康复干预对临床治疗及其预后的重要意义。本研究选取特定时间段内的老年痴呆患者作为研究对象, 分组实施不同护理方式, 对比分析护理效果。结果表明护理康复干预在提升治疗有效性、改善预后方面具有显著优势, 值得在临床中广泛应用。

**关键词:** 老年痴呆; 康复护理; 临床治疗; 预后

引言: 老年痴呆作为一种常见的神经系统退行性疾病, 给患者及其家庭带来了沉重的负担。随着人口老龄化的加剧, 老年痴呆的发病率也在不断上升。因此, 探索有效的护理康复干预措施, 对于提高老年痴呆患者的生活质量、改善临床治疗效果及预后具有至关重要的意义。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

本研究选取了2022年7月至2024年8月期间的130例老年痴呆患者作为研究对象。所有患者均经过严格的临床诊断, 符合老年痴呆的诊断标准, 包括出现记忆力减退、认知功能障碍、行为异常等典型症状, 并经过专业的神经心理学评估和影像学检查等进一步确认。在纳入研究对象时, 排除了合并其他严重疾病者, 如严重的心血管疾病、肝肾功能衰竭、恶性肿瘤等, 以确保研究结果的准确性和可靠性。将这130例患者随机分为对照组和观察组, 每组各65例。两组患者在年龄、性别、病情严重程度等方面进行比较, 差异无统计学意义 ( $P > 0.05$ ), 具有可比性; 对照组患者年龄在60岁至85岁之间, 平均年龄为(72.5±5.8)岁; 男性患者35例, 女性患者30例; 轻度老年痴呆患者25例, 中度老年痴呆患者30例, 重度老年痴呆患者10例。观察组患者年龄在61岁至84岁之间, 平均年龄为(73.2±6.1)岁; 男性患者33例, 女性患者32例; 轻度老年痴呆患者23例, 中度老年痴呆患者32例, 重度老年痴呆患者10例。

### 1.2 方法

#### 1.2.1 对照组

对照组采用常规护理, 主要包括生活照料和病情观察等方面。生活照料方面, 护理人员协助患者进行日常的饮食、起居、个人卫生等活动。例如, 根据患者的口味和营养需求, 为其提供合理的饮食安排, 确保患者摄入足够的营养。在起居方面, 帮助患者整理床铺、更换衣物等, 保持患者居住环境的整洁和舒适。病情观察

方面, 护理人员密切观察患者的病情变化, 包括生命体征、精神状态、行为表现等。定期测量患者的体温、血压、心率等生命体征, 并记录下来, 以便及时发现异常情况并采取相应的措施<sup>[1]</sup>。同时, 观察患者的精神状态和行为表现, 如是否出现情绪波动、烦躁不安、走失等情况, 及时向医生汇报并进行处理。

#### 1.2.2 观察组

观察组实施护理康复干预, 具体措施如下: (1) 认知训练: 通过记忆训练、思维训练等方式, 提高患者的认知功能。记忆训练可以采用回忆往事、背诵诗词、辨认图片等方法。例如, 护理人员可以与患者一起回忆过去的生活经历, 让患者讲述自己的故事, 以激发患者的记忆。思维训练可以采用数学计算、逻辑推理、拼图游戏等方法。例如, 让患者进行简单的数学运算, 如加法、减法、乘法等, 或者进行逻辑推理游戏, 如猜谜语、脑筋急转弯等, 以锻炼患者的思维能力。每周进行认知训练5次, 每次30分钟至1小时。(2) 生活技能训练: 指导患者进行穿衣、洗漱、进食等日常生活活动, 提高其自理能力。护理人员可以通过示范、指导、协助等方式, 帮助患者掌握日常生活活动的方法和技巧。例如, 在穿衣方面, 护理人员可以先向患者示范如何正确地穿衣服, 然后让患者自己尝试, 逐步提高患者的自理能力。在洗漱方面, 护理人员可以指导患者如何正确地刷牙、洗脸、洗澡等, 确保患者保持良好的个人卫生。每天进行生活技能训练2次, 每次30分钟左右。(3) 心理护理: 关注患者的心理状态, 给予心理支持和安慰, 缓解其焦虑、抑郁等不良情绪。护理人员可以通过与患者交流、倾听患者的心声、给予鼓励和赞美等方式, 增强患者的自信心和安全感。同时, 护理人员还可以组织患者参加一些娱乐活动, 如唱歌、跳舞、绘画等, 以缓解患者的不良情绪, 丰富患者的生活。每周进行心理护理3次, 每次45分钟至1小时。(4) 康复运动: 根据患者

的身体状况,制定个性化的康复运动方案,如散步、太极拳等,促进患者身体功能的恢复。在制定康复运动方案时,护理人员需要考虑患者的年龄、病情严重程度、身体状况等因素,确保运动方案的安全性和有效性。例如,对于身体状况较好的患者,可以选择散步、慢跑等运动方式;对于身体状况较差的患者,可以选择太极拳、八段锦等较为柔和的运动方式。每天进行康复运动1次,每次30分钟至1小时。

### 1.3 观察指标

治疗有效率:根据患者的临床表现和认知功能评估结果,判断治疗效果。

简易精神状态检查量表(MMSE)和日常生活活动力量表(ADL)评分:评估患者的认知功能和生活自理能力。

匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)评分、爱泼沃斯嗜睡量表(ESS)评分、睡眠潜伏期和睡眠总时长:评价患者的睡眠质量<sup>[2]</sup>。

### 1.4 统计学方法

采用SPSS22.0统计软件进行数据分析,计量资料以均数±标准差表示,采用 $t$ 检验;计数资料以百分比表示,采用 $\chi^2$ 检验。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者治疗有效率比较

观察组治疗有效率为96.92%,对照组治疗总有效率为87.69%,观察组的治疗效果更理想,差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。具体数据如下表1所示:

组别	例数	显效	有效	无效	总有效率
观察组	65	45	18	2	96.92%
对照组	65	38	18	9	87.69%

### 2.2 两组患者MMSE与ADL评分比较

护理后,观察组MMSE与ADL评分均优于对照组,差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。具体数据见表2:

组别	MMSE评分	ADL评分
观察组	25.8±3.2	78.5±6.3
对照组	22.5±2.8	72.1±5.8

### 2.3 两组患者睡眠质量比较

观察组明显改善PSQI评分、ESS评分、睡眠潜伏期、睡眠总时长,对比对照组,明显更优,差异具有统计学意义( $P < 0.05$ )。具体数据见表3:

组别	PSQI评分	ESS评分	睡眠潜伏期 (分钟)	睡眠总时长 (小时)
观察组	8.2±1.5	6.5±1.2	15.2±3.1	7.5±1.2
对照组	11.6±2.1	8.8±1.5	22.5±4.2	6.2±1.1

## 3 讨论

### 3.1 护理康复干预对临床治疗的意义

护理康复干预在老年痴呆患者的临床治疗中具有多方面的重要意义。第一,提高治疗有效率方面,护理康复干预采用了认知训练、生活技能训练等多种方式。认知训练通过记忆训练、思维训练等手段,有针对性地刺激患者的大脑神经活动。例如,在记忆训练中,让患者回忆过去的重要事件、熟悉的人物或地点,反复强化记忆痕迹,这有助于激活大脑中与记忆相关的区域,促进神经元之间的连接和信息传递。思维训练则通过数学计算、逻辑推理等活动,锻炼患者的分析、判断和解决问题的能力,激发大脑的思维活力。生活技能训练注重培养患者在日常生活中的自理能力,从穿衣、洗漱到进食等各个方面进行指导<sup>[3]</sup>。这种训练不仅提高了患者的实际生活能力,还增强他们的自信心和自我价值感,进而积极影响大脑的功能状态。这些综合的护理康复干预措施相互配合,从不同角度促进患者大脑功能的恢复,从而显著提高了临床治疗的有效率。第二,在改善认知功能方面,认知训练具有独特的作用。它可以激发患者的大脑潜能,针对记忆力、思维能力等认知功能进行专项提升。对于记忆力的训练,除了回忆往事,还可以采用记忆卡片、故事复述等方法。患者在努力记住卡片上的内容或复述故事的过程中,大脑的记忆区域不断被激活,新的神经连接得以建立,从而提高记忆力。思维能力的训练可以通过玩智力游戏、进行小组讨论等方式进行。在智力游戏中,患者需要运用逻辑思维、空间想象等能力去解决问题,这有助于锻炼大脑的不同功能区域。小组讨论可以促进患者之间的交流和互动,激发他们的思考和表达能力。通过持续的认知训练,患者的认知功能得到逐步改善,这对于延缓疾病的进展具有重要意义。第三,增强生活自理能力方面,生活技能训练至关重要。生活技能训练使患者能够更好地掌握日常生活活动的方法。护理人员通过耐心的示范和指导,让患者逐步学会自己穿衣、洗漱和进食。在穿衣训练中,护理人员会教导患者如何区分不同的衣物、如何正确穿着,并且给予及时的鼓励和肯定。洗漱方面,详细讲解刷牙、洗脸、洗澡的步骤和注意事项,确保患者能够独立完成这些基本的卫生活动。进食训练则注重培养患者的自主进食能力,包括正确使用餐具、选择合适的食物等。通过这些训练,患者的生活自理能力得到提高,不仅减轻了家庭的负担,还让患者在日常生活中感受到更多的成就感和尊严,对他们的心理健康也产生积极的影响。

### 3.2 护理康复干预对预后的意义

护理康复干预对老年痴呆患者的预后也有着深远的影响。

其一，改善睡眠质量方面，心理护理和康复运动发挥着重要作用。心理护理关注患者的心理状态，给予心理支持和安慰。老年痴呆患者常常因为对疾病的担忧、生活环境的改变等原因而出现焦虑、抑郁等不良情绪。护理人员通过与患者的深入交流，倾听他们的内心感受，给予温暖的鼓励和安慰，帮助他们缓解这些不良情绪。康复运动则可以促进身体的血液循环和新陈代谢，释放内啡肽等神经递质，让人感到愉悦和放松。例如，散步可以让患者接触大自然，呼吸新鲜空气，放松身心；太极拳以其柔和的动作和缓慢的节奏，有助于调节呼吸和心态。通过心理护理和康复运动的结合，患者的焦虑、抑郁等不良情绪得到缓解，睡眠质量得以提高，这对于患者的身体恢复至关重要<sup>[4]</sup>。

其二，提高生活质量方面，护理康复干预的作用不可忽视。认知训练提高了患者的认知功能，使他们能够更好地理解周围的世界，与他人进行有效的交流。生活技能训练让患者具备了独立生活的能力，能够自主完成日常生活中的各种活动。心理护理则改善了患者的心理状态，让他们更加积极乐观地面对生活。这些方面的综合作用，使得患者的生活质量得到显著提高。他们不再仅仅依赖他人的照顾，而是能够在一定程度上自主地安排自己的生活，参与社交活动，享受生活的乐趣。

其三，延缓疾病进展方面，综合的护理康复干预措施具有重要意义。认知训练、生活技能训练、心理护理和康复运动相互配合，从多个角度对患者进行干预。认

知训练和生活技能训练可以保持患者大脑和身体的活跃状态，减缓功能衰退的速度。心理护理有助于患者保持良好的心态，增强对疾病的抵抗力。康复运动则可以提高身体的免疫力和代谢水平，促进大脑的血液循环和氧气供应。通过这些综合措施的持续实施，可以有效地延缓老年痴呆的疾病进展，延长患者的生存期，为患者和家庭带来更多的希望和安慰。

#### 结束语

综上所述，在老年痴呆患者的临床护理中，护理康复干预具有重要的临床价值和预后意义。它可以提高临床治疗的有效性，改善患者的认知功能、生活自理能力和睡眠质量，提高患者的生活质量，延缓疾病进展。因此，护理康复干预值得在临床中广泛应用。

#### 参考文献

- [1] 李晓芳.全面早期康复护理干预对出血性脑卒中术后患者生活自理能力的影响[J].中国药物与临床.2021,(4). DOI:10.11655/zgywylc2021.04.073.
- [2] 吕玉华,许美丽.急性脑血栓早期康复护理干预对降低脑血栓患者致残率的效果探讨[J].血栓与止血学.2020,(3).
- [3] 孟晓堂.分析康复干预对老年痴呆患者的临床疗效[J].中国实用医药.2020,(6).DOI:10.14163/j.cnki.11-5547/r.2020.06.090.
- [4] 来彩芬.协同护理干预对提高社区康复中心脑卒中恢复期患者肢体运动功能效果分析[J].心脑血管病防治.2020,(4).DOI:10.3969/j.issn.1009-816x.2020.04.030.