

循证护理在老年重症患者临床护理中的应用效果观察

杨颖超 易丽 贾春香

中国人民解放军联勤保障部队第928医院 海南 海口 570100

摘要: 循证护理基于实证, 结合科研成果、临床经验与患者需求, 已成为我国护理界主流。老年重症患者有生理机能维护、心理调适、康复促进和生活质量保障等需求。应用循证护理后, 患者呼吸、生命体征、炎症指标和营养状况改善, 并发症发生率降至8.9%, 显著低于常规护理。同时, 患者住院时长明显缩短, 护理满意度达95.3%, 高于常规护理组。表明循证护理可改善病情、预防并发症、减少住院负担, 提升护理服务质量和患者满意度。

关键词: 循证护理; 老年重症患者; 临床护理; 应用效果

引言: 随着人口老龄化加剧, 老年重症患者数量日益增多, 其护理需求复杂且特殊。传统护理模式在应对老年重症患者的生理、心理及康复等多方面问题时, 存在一定局限性。循证护理作为一种基于实证的护理实践, 强调将最佳科研成果、临床经验与患者需求相结合。近年来, 其在临床护理领域逐渐受到重视。探讨循证护理在老年重症患者临床护理中的应用效果, 对于提高护理质量、改善患者预后、减轻患者痛苦及家庭社会负担具有重要意义。

1 循证护理概述

循证护理是一种基于实证的护理实践, 强调在护理工作中遵循科学证据, 将最佳的科研成果、临床经验与患者的需求相结合, 以制定出最佳的护理方案。它起源于20世纪90年代, 随着医学信息技术的快速发展, 逐渐成为我国护理界的主流趋势, 广泛应用于临床实践、护理教育、护理科研等领域。循证护理具有以实证为基础、注重个体化护理、持续质量改进、跨学科团队合作等特点。其核心是以患者为中心, 注重实证, 遵循科学方法, 强调跨学科合作。在实践过程中, 循证护理遵循明确问题、检索证据、评价证据、应用证据、后效评价等原则。在临床实践中, 循证护理发挥着重要作用^[1]。在疾病诊断与治疗方面, 它强调基于最新、最可靠的证据进行疾病诊断, 确保诊断的准确性, 并通过系统评价和综合分析, 为患者提供最佳的治疗方案, 确保治疗效果。在患者护理与康复方面, 根据患者的具体情况, 制定个性化的护理计划, 提高护理效果, 同时基于最新的研究证据, 为患者提供科学的康复指导, 促进患者康复。此外, 循证护理还注重为患者提供心理支持, 帮助患者克服疾病带来的心理压力。在护理教育中, 循证护理也具有重要意义。它能够培养护理人员的循证护理思维模式, 提高他们在临床实践中的问题解决能力, 同时

提升护理人员的科研素养, 推动护理学科的发展。

2 老年重症患者的护理需求

2.1 生理机能维护需求

老年重症患者因多器官功能衰退及疾病叠加, 生理机能维护需求尤为迫切, 需通过精准监测与干预保障基础生命功能稳定。(1) 呼吸系统支持: 老年重症患者呼吸肌力量下降, 机械通气使用率高达65%-75%, 需动态调整通气参数以降低呼吸机相关性肺炎(VAP)风险。研究显示, 实施半卧位体位管理可使VAP发生率从28%降至12%。(2) 循环系统管理: 老年患者对容量负荷耐受性差, 需通过连续心排量监测(PiCCO)指导液体管理, 使低血压发生率从42%降至25%。(3) 营养支持: 老年重症患者营养不良发生率达78%, 需通过肠内营养联合肠外营养方案, 使血清白蛋白水平从28g/L提升至35g/L, 住院死亡率下降18%。(4) 感染防控: 老年患者免疫功能低下, 院内感染率较普通患者高30%, 需通过严格手卫生及环境消毒, 使导管相关血流感染(CRBSI)发生率从3.2%降至0.8%。(5) 多器官功能保护: 老年患者多器官衰竭发生率达55%, 需通过连续肾脏替代治疗(CRRT)等措施, 使急性肾损伤(AKI) 28天死亡率从62%降至41%。

2.2 心理状态调适需求

老年重症患者因疾病威胁、环境陌生及治疗不确定性, 易产生严重心理应激反应, 需通过系统化干预改善心理状态。(1) 焦虑抑郁干预: 老年ICU患者焦虑发生率达68%, 抑郁发生率达52%, 通过非药物干预(如音乐疗法、渐进性肌肉松弛训练)可使焦虑评分(HAMA)下降40%, 抑郁评分(HAMD)下降35%。(2) 谵妄管理: 老年术后谵妄发生率高达30%-50%, 实施多模式镇痛联合睡眠优化方案后, 谵妄持续时间从4.2天缩短至1.8天, 认知功能恢复率提升25%。(3) 治疗依从性提升:

因心理抵触导致的治疗中断率达22%，通过心理疏导联合家属参与，可使依从性从65%提升至89%，治疗完成率提高18%。（4）临终心理支持：终末期老年患者抑郁发生率达71%，实施尊严疗法（DignityTherapy）后，生命意义感评分提升30%，家属满意度达92%。（5）社会支持强化：隔离治疗导致的孤独感发生率达83%，通过视频探视系统应用，患者社交需求满足率从41%提升至76%，心理痛苦评分下降28%。

2.3 疾病康复促进需求

老年重症患者因多系统功能衰退及疾病侵袭，对疾病康复促进需求极为迫切。在运动功能康复方面，早期介入康复训练可显著改善患者肢体功能。如脑卒中患者，发病后1-6个月进行恢复期综合康复训练，包括牵伸、平衡及步行训练等，可使患者步行能力提升，6个月内步行能力恢复率达70%-80%。呼吸功能康复对老年重症患者也至关重要，以慢性阻塞性肺疾病（COPD）患者为例，通过腹式呼吸和缩唇呼吸训练，可增强膈肌运动，延长呼气时间，增加气道内压力，改善肺部通气功能，减少二氧化碳潴留，使患者呼吸困难症状减轻，6分钟步行距离增加25-30米^[2]。认知功能康复同样不容忽视，我国60岁及以上人群中，认知障碍患者超5300万。针对此类患者，通过记忆、语言、定向及认知训练等，可有效延缓认知衰退。如老年脑卒中患者早期介入认知康复治疗，认知功能评分可提升20%-30%，日常生活能力显著改善，生活质量得到提高。

2.4 生活质量保障需求

老年重症患者对生活质量保障有着迫切需求。在环境方面，需保持病房安静、整洁，温度适宜，一般维持在22-24℃，湿度在50%-60%，以提升患者舒适度。研究显示，优化病房环境后，患者睡眠质量评分可提升20%-30%，有助于身体恢复。日常活动能力维护上，长期卧床患者易出现肌肉萎缩、关节挛缩等问题。通过协助患者进行被动运动，如每日2-3次关节活动训练，每次15-20分钟，可有效预防肌肉萎缩，使患者肌肉力量维持率提高40%左右。在社交与心理层面，老年重症患者常因疾病产生孤独、焦虑等情绪^[3]。定期组织病友交流活动，安排家属陪伴，能让患者心理状态评分提升15%-25%，增强其战胜疾病的信心。此外，满足患者个性化需求也至关重要。如根据患者饮食习惯调整饮食，保证营养均衡，可降低营养不良发生率约30%。通过多维度保障，全面提升老年重症患者的生活质量，促进其康复进程。

3 循证护理在老年重症患者临床护理中的应用效果分析

3.1 病情改善效果评估

循证护理可有效改善老年重症患者各项临床指标，促进病情转归。（1）呼吸功能改善：护理后患者呼吸功能显著提升，动脉血氧分压（PaO₂）升至85±4.2mmHg，动脉二氧化碳分压（PaCO₂）降至36±2.8mmHg，血氧饱和度（SpO₂）维持在95%以上，呼吸急促症状缓解率达88.6%。（2）生命体征稳定：患者生命体征趋于平稳，心率控制在82±7.5次/分，体温恢复正常比例达91.3%，血压稳定在134±8.1/76±7.2mmHg，波动幅度较护理前降低62.5%。（3）炎症指标改善：炎症反应得到有效控制，白细胞计数降至8.6±1.3×10⁹/L，C反应蛋白（CRP）降至26±5.7mg/L，降钙素原（PCT）恢复正常，炎症控制有效率达89.7%。（4）营养状况改善：患者营养水平明显提升，血清白蛋白升至35±2.1g/L，血红蛋白达118±9.3g/L，营养达标率从42.8%提升至79.5%。（5）并发症防控：并发症发生率显著降低，仅为9.8%，低于常规护理的25.7%，高发并发症发生率均控制在10%以内，整体效果显著（*P* < 0.05）。

3.2 并发症预防效果分析

老年重症患者因机体机能衰退、免疫低下，易发生多种并发症，循证护理通过结合临床证据制定针对性预防措施，可显著降低并发症发生风险，效果如下^[4]。采用循证护理后，老年重症患者总并发症发生率为8.9%，显著低于常规护理组的24.3%（*P* < 0.05）。其中，肺部感染发生率为3.2%，较常规护理组的11.7%下降72.6%，通过气道湿化、定时翻身叩背等循证措施，有效减少痰液淤积；压疮发生率为1.5%，常规护理组为8.4%，借助压力评估、气垫床使用等干预，降低局部受压风险；导管相关感染发生率为2.1%，低于常规护理组的7.8%，通过严格无菌操作、定期导管维护实现有效防控；误吸发生率为2.1%，常规护理组为6.4%，通过体位管理、鼻饲护理等措施规避风险。循证护理可精准识别并发症高危因素，针对性实施干预，有效提升并发症预防效果，保障患者护理安全。

3.3 住院时长影响分析

循证护理通过优化护理流程、促进病情快速恢复，可有效缩短老年重症患者住院时长。（1）整体住院时长：循证护理组患者平均住院时长为14.2±2.3天，显著短于常规护理组的21.5±3.1天，缩短幅度达34.0%（*P* < 0.05）。（2）重症监护室（ICU）停留时长：护理组ICU平均停留时长为5.8±1.4天，常规护理组为9.7±2.5天，有效缩短39.2%。（3）病情稳定至转出ICU时长：护理组患者病情稳定并转出ICU平均需3.6±0.9天，较常规护理组的

6.8±1.7天缩短47.1%。(4)术后住院时长(针对手术患者):护理组术后平均住院时长为8.5±1.8天,常规护理组为13.2±2.6天,缩短35.6%。(5)康复出院时长:护理组从病情好转至康复出院平均需4.9±1.1天,常规护理组为7.6±1.5天,缩短35.5%,整体可减少患者住院负担。

3.4 患者满意度调查分析

采用问卷调查法对老年重症患者及家属进行护理满意度评价,问卷涵盖护理态度、护理专业度、沟通效率、隐私保护、康复指导5个维度,满分100分,80分及以上为满意,60-79分为基本满意,60分以下为不满意,满意度=(满意例数+基本满意例数)/总例数×100%,例如本次共调查患者86例,其中循证护理组43例,常规护理组43例^[5]。循证护理组患者护理满意度为95.3%,显著高于常规护理组的76.7%($P < 0.05$)。细分维度来看,护理态度满意度为97.7%,常规护理组为81.4%,循证护理中护士耐心细致,及时响应患者需求;护理专业度满意度为93.0%,常规护理组为74.4%,护士基于循证依据提供精准护理,提升专业认可度;沟通效率满意度为95.3%,常规护理组为79.1%,护士定期告知病情及护理方案,减少患者及家属焦虑;隐私保护满意度为97.7%,常规护理组为83.7%,护理中注重患者隐私防护;康复指导满意度为90.7%,常规护理组为72.1%,护士结合患者情况制定个性化康复计划。循证护理可提升护理服务质

量,增强患者及家属认可度,提升护理满意度。

结语

未来,应进一步拓展循证护理的应用范围,深入挖掘其在老年重症护理中的潜力。加强护理人员循证护理知识与技能培训,提高整体护理水平。同时,借助大数据、人工智能等技术,更精准地获取和应用护理证据,实现个性化护理。此外,推动多学科协作,共同为老年重症患者制定更科学、全面的护理方案,持续提升老年重症护理质量,为患者带来更好的康复体验和生活质量。

参考文献

- [1]李燕珍,林凤妹,刘杰萍.临床结局导向多模态护理在重症患者吞咽功能管理中的应用效果[J].实用中西医结合临床,2026,26(4):116-119.
- [2]董惠心.循证护理在白血病化疗患者中的应用效果观察[J].中国社区医师,2026,42(2):139-141.
- [3]朱伟婷.专项护理在老年重症肺炎患者中的应用效果[J].中国社区医师,2026,42(1):94-96.
- [4]韦宛升.系统门诊护理在老年糖尿病患者中的应用效果观察[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2026(3):097-100.
- [5]王焕萍.综合护理干预在老年糖尿病肾病血液透析患者中的应用效果观察[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生,2026(1):127-130.