

# 老年人中医康复护理的功能模式

庞倩 孙华茜 李燕娇

广州中医药大学深圳医院(福田) 广东 深圳 518034

**摘要:** 本文深入探讨了老年人中医康复护理的功能模式,明确了中医康复护理的核心定义与坚实的理论基础。文章详细阐述了中医康复护理的功能模式特点,并通过解析具体功能模式及其在实际中的应用,结合实践案例,充分展示了中医康复护理在促进老年人康复方面的独特优势和显著成效。这一研究不仅丰富了中医康复护理的理论体系,也为老年人康复护理提供了新的思路和方法。

**关键词:** 中医康复护理; 老年人; 功能模式; 整体康复; 辨证施护

引言: 随着全球人口老龄化趋势的加剧,老年人的健康问题已成为社会关注的焦点。中医康复护理,凭借其深厚的理论体系与独特的治疗方法,在老年人康复领域展现出了巨大潜力。本文深入探索老年人中医康复护理的功能模式,旨在挖掘其内在机制,为老年人提供更加全面、个性化的康复方案。通过这一研究,我们期望能为老年人康复护理领域注入新的活力,推动其向更加科学、高效的方向发展。

## 1 中医康复护理的核心定义与理论基础

### 1.1.1 中医康复护理的核心定义

中医康复护理是一门将中医传统理论与现代康复医学理念和技术相结合的综合性学科。它运用中医药学原理和方法,配合现代医学科学知识,对疾病、损伤后的功能障碍、残疾等进行综合性、个性化的诊断、治疗和康复护理。中医康复护理的核心在于,以中医理论为指导,针对患者的具体情况,制定个性化的康复护理方案,旨在提高患者的生活质量和健康水平,促进身体机能的恢复,改善患者的整体健康状况。中医康复护理不仅仅关注疾病的治疗,更注重疾病的预防和康复。它强调个体化护理服务,根据患者不同的体质、病情和需求,为患者进行有效调理,提升患者自我康复的能力。中医康复护理通过综合运用中药、针灸、推拿、拔罐、中药敷贴、食疗、导引、气功等多种手段,以及科学合理的饮食指导、作息规律调整、运动锻炼等方面的指导,帮助患者养成良好的生活习惯与方式,改善体质,预防疾病的发生和复发。

### 1.1.2 理论基础

中医康复护理以其深厚的理论基础为指导,为患者的康复提供了独特的视角和方法。(1)整体观念:作为中医康复护理的基石,强调人体与自然的和谐统一。它认为,疾病不仅仅是身体某一部位的病变,而是全身机

能失衡的体现。因此,在康复过程中,中医不仅关注病灶本身,更注重调整患者的整体状态,通过中医药、针灸、推拿等手段,平衡阴阳、调和气血,从而恢复身体的自然和谐。(2)辨证施护理论:它要求护理人员根据患者的具体病情、体质及心理状态,制定个性化的康复方案。这一原则体现了中医的个体化治疗理念,确保了康复措施的有效性和针对性。通过望、闻、问、切等中医诊断方法,护理人员能够全面了解患者状况,从而精准施策。(3)治未病理念:在中医康复护理中占据重要地位。它强调预防为主,通过调整身体机能、增强体质,防止疾病的发生和发展<sup>[1]</sup>。这一理念不仅关注当前的康复需求,更着眼于患者的长远健康,体现了中医康复护理的前瞻性和全面性。(4)调理气血:是中医康复护理的重要手段。气血作为人体生命活动的基本物质,其平衡与否直接关系到身体的健康状况。中医康复护理通过中药、针灸、推拿等方法,调理患者的气血,使其达到平衡状态,从而促进身体的康复和机能的恢复。这一手段的运用,不仅有助于疾病的治疗,还能提高患者的生活质量,增强其身体机能。

## 2 中医康复护理的功能模式特点

### 2.1.1 整体康复

整体康复是中医康复护理的核心特点之一。它强调人体各部分的康复相统一,认为人体的健康与疾病状态是全身各脏腑、组织、器官相互关联、相互影响的结果。因此,在康复治疗中,中医康复护理不仅关注患者受损部位的恢复,还注重全身机能的调整 and 平衡。同时,整体康复还强调人体康复与自然环境、社会环境的相统一。自然环境中的季节变化、气候变化等因素,以及社会环境中的心理状态、人际关系等都对人体的康复产生影响。中医康复护理通过调整患者的饮食起居、情绪状态等,使其适应自然环境的变化,同时关注患者的

社会支持系统,促进患者与社会环境的和谐共处,从而加速康复进程。

### 2.1.2 辨证康复

辨证康复强调在康复治疗中采用因人而异、因证而异的个体化辨证治疗。中医康复护理认为,每个患者的体质、病情、病因都各不相同,因此,在治疗过程中需要仔细分析患者的具体情况,制定个性化的康复方案<sup>[2]</sup>。这种辨证施治的方法不仅提高了康复治疗的针对性,也大大提高了疗效。通过精确的辨证,中医康复护理能够准确地找到患者的问题所在,并采取针对性的治疗措施,从而加速患者的康复进程。

### 2.1.3 形神兼顾

形神兼顾强调在康复治疗过程中不离形、神二者的调理。中医认为,形是身体的物质基础,神是精神意识活动的总称。形神相互依存、相互影响,形神关系和谐是人体健康的重要标志。在康复过程中,中医康复护理不仅关注患者身体的恢复,还注重患者精神的调理。通过心理疏导、情绪调节等方式,帮助患者建立积极的心态,提高自信心和抗病能力,从而加速身体的康复。

### 2.1.4 自然康复

自然康复是中医康复护理的一种独特方法。它利用自然界物理因素的影响,促进人体身心的康复。中医认为,自然界中的阳光、空气、水、温度等物理因素对人体具有调节作用。通过合理利用这些自然因素,可以促进人体的新陈代谢,提高免疫力,加速疾病的康复。例如,利用阳光照射可以促进人体维生素D的合成,增强骨骼健康;利用适度的温度变化可以刺激人体的神经和内分泌系统,提高身体的适应能力。自然康复法不仅安全有效,还能提高患者的生活质量,增强患者的康复信心。

### 2.1.5 自疗康复

自疗康复强调康复对象在医生的指导下,积极主动地开展自我保健和锻炼,为自己提供康复服务。中医康复护理认为,患者是康复的主体,只有患者积极参与康复过程,才能达到最佳的康复效果。因此,在康复过程中,中医康复护理注重培养患者的自我保健意识和能力,通过教授患者正确的康复方法和技巧,鼓励患者主动参与康复活动。这种自疗康复的方式不仅有助于患者的身体康复,还能提高患者的自信心和独立性,促进患者全面康复。

## 3 具体功能模式解析与应用

中医康复护理以其独特的理论体系和方法,在老年人康复护理中发挥着不可替代的作用。以下是对中医康复护理中几种具体功能模式的深入解析与应用探讨。

### 3.1.1 中药疗法

中药疗法是中医康复护理的重要组成部分。它根据患者的体质和病情,采用中药进行调理,旨在改善患者的身体状况,促进康复。常用的中药方剂包括补气养血、活血化瘀、清热解毒等类型。例如,对于气血两虚的患者,可采用人参、黄芪等补气药物,以及当归、熟地黄等养血药物进行调理;对于淤血阻滞的患者,可选用桃仁、红花等活血化瘀药物;对于热毒内盛的患者,则可使用金银花、连翘等清热解毒药物。中药疗法的应用不仅局限于口服,还包括外用。如将中药煎煮后用于泡洗、熏蒸或敷贴,可以直达病所,提高疗效。同时,中药疗法还强调个性化治疗,即根据患者的具体病情和体质状况,制定个性化的中药处方,以实现精准治疗。

### 3.1.2 针灸疗法

针灸疗法是中医康复护理中的另一大特色。它通过刺激人体特定的穴位,调和气血,调整脏腑功能,从而达到疾病康复的目的。常用的针灸手法包括毫针、灸法、拔罐等。毫针疗法通过细针刺刺激穴位,激发人体正气,促进气血运行;灸法则利用艾叶燃烧产生的热量和药性,温通经络,散寒除湿;拔罐则通过负压作用,吸拔皮肤,使局部气血畅通,达到消肿止痛、祛风散寒的效果<sup>[3]</sup>。针灸疗法的应用非常广泛,几乎涵盖了所有康复领域。无论是神经系统疾病、运动系统疾病,还是内脏疾病,针灸都能发挥一定的治疗作用。同时,针灸疗法还具有操作简便、疗效显著、副作用小等优点,深受患者欢迎。

### 3.1.3 推拿按摩

推拿按摩作为中医康复护理的瑰宝,以其独特的手法与效果,在促进人体康复中发挥着重要作用。通过专业的按摩技巧,作用于人体特定穴位与经络,推拿按摩能有效缓解肌肉紧张,减轻疼痛感,同时促进血液循环,助力炎症消散与水肿吸收。这一疗法不仅局限于局部治疗,更能通过调整神经系统功能,增强机体的整体抗病能力,实现身心的和谐统一。在实际操作中,推拿按摩的手法丰富多样,如按、摩、推、拿、揉、搓、拨、滚等,每一种手法都有其特定的应用场景与效果。护理人员需根据患者的具体病情与体质,精心挑选手法与力度,确保按摩效果的最大化。此外,推拿按摩还蕴含着“治未病”的深远智慧,通过定期按摩,不仅能缓解现有症状,更能预防疾病的发生与发展,为人们的健康保驾护航。

### 3.1.4 中医运动疗法

中医运动疗法包括太极拳、气功等传统功法。这些

功法注重身心的和谐统一，通过缓慢柔和的动作和呼吸调节，增强身体的耐力和免疫力，改善身体的循环系统。中医运动疗法对于一些慢性病康复有着积极的作用，如高血压、糖尿病、冠心病等。太极拳和气功等功法通过调节呼吸和动作，使人体内外达到平衡状态。它们不仅可以改善患者的身体机能，还能调节患者的心理状态，提高患者的自信心和生活质量。在实际应用中，应根据患者的具体情况，选择合适的功法进行练习。

### 3.1.5 中医饮食疗法

中医饮食疗法是中医康复护理中的另一项重要内容。它根据患者的体质和病情，制定特定的饮食方案，通过调理饮食来达到康复的目的。中医饮食疗法强调“药食同源”的理念，即食物和药物具有相似的性质和作用。通过合理搭配食物，可以调和人体的阴阳平衡，改善体质，预防疾病。在实际应用中，中医饮食疗法应根据患者的具体病情和体质状况进行个性化制定。如对于脾胃虚弱的患者，应多食用易消化、营养丰富的食物；对于热毒内盛的患者，则应多食用清热解毒的食物。并且中医饮食疗法还强调饮食的规律和节制，避免暴饮暴食和过度饮酒等不良习惯。

## 4 实践案例与成效分析

### 4.1.1 案例概述

我们以一位脊髓损伤的老年患者为例，详细阐述了中医康复护理在老年人康复中的独特优势和显著成效。该患者在接受中医康复护理的综合治疗前，因脊髓损伤导致下肢瘫痪，生活几乎不能自理，情绪极度消沉，对未来充满绝望。

### 4.1.2 中医治疗过程

针对患者的具体情况，我们制定了个性化的中医康复护理方案。（1）通过中药疗法调理患者的身体，改善其气血状况；（2）采用针灸疗法刺激穴位，促进神经功能的恢复；同时结合推拿按摩和中医运动疗法，帮助患者恢复肌肉力量和关节活动度。（3）我们还特别注重患者的饮食调理和心理疏导，使其保持积极乐观的心态。

### 4.1.3 成效分析

经过一段时间的中医治疗，患者的病情逐渐好转。肌肉力量明显增强，关节活动度得到显著改善，甚至能够在辅助器具的帮助下站立<sup>[4]</sup>。这些生理上的变化不仅提高了患者的生活质量，更重要的是，患者的心理状态也发生了巨大的转变。从最初的绝望和消沉，变得积极乐观，对未来充满了希望。

### 4.1.4 结果对比图表

以下图表展示了患者接受中医康复护理前后在肌肉力量、关节活动度以及心理状态方面的对比情况，见表1：

表1 患者接受中医康复护理前后状态对比表

指标	治疗前	治疗后
肌肉力量（等级）	0-1级	3-4级
关节活动度（度）	< 30°	> 90°
心理状态（评分）	绝望/消沉（1-3分）	积极乐观（7-9分）

注：肌肉力量等级根据医学标准划分，关节活动度以度为单位，心理状态评分采用1-9分制，分数越高表示心态越积极。

从图表中可以看出，患者在接受中医康复护理后，各项指标均得到了显著的改善。这一案例充分证明了中医康复护理在老年人康复中的独特优势和显著成效。

### 结语

中医康复护理以其独特的理论体系和方法，在老年人康复护理中发挥着重要作用。通过具体功能模式的解析与应用，以及实践案例的展示，我们可以看到中医康复护理在促进老年人全面康复、提高生活质量方面具有显著优势。未来，应进一步推广和应用中医康复护理技术，为更多老年人提供优质的康复护理服务。

### 参考文献

- [1]牛晓飞,王小妮,王梓琪,等.中医药技术在医养结合养老模式中的应用[J].国际老年医学杂志,2023,44(02):237-239.
- [2]陈露,贾婷婷,马蕊,等.社区老年人医养结合服务需求现状及其影响因素研究[J].卫生软科学,2023,37(03):31-37.
- [3]王梦娜,刘倩汝,邓新茹,等.医养结合模式下老年人中医护理服务需求研究进展[J].护理学杂志,2022,37(21):102-105.
- [4]刘倩汝,王梦娜,耿力.我国医养结合养老背景下老年康复护理模式研究进展[J].护理学杂志,2022,37(05):20-23.