

## 集束化护理对阿尔茨海默病患者 生活能力和认知功能的影响

田 婷<sup>1</sup>, 韩晓娟<sup>2</sup>

(江苏省扬州市中医院 1. 脑病科; 2. 心内科, 江苏 扬州, 225002)

**摘要:** **目的** 探讨集束化护理对阿尔茨海默病(AD)患者生活能力和认知功能的影响。**方法** 60 例 AD 患者随机分为研究组和对照组,各 30 例。治疗期间,对照组给予神经内科常规护理,研究组给予集束化护理干预。干预 12 周后,运用简易智能量表(MMSE)评定患者认知功能、日常生活能力量表(ADL)评定患者的生活能力、采用 17 项汉密尔顿抑郁量表(HAMD-17)评定患者情绪状态。**结果** 12 周末时,研究组 MMSE、ADL、HAMD-17 评分改善优于对照组( $P < 0.05$  或  $P < 0.01$ )。**结论** 集束化护理措施对改善 AD 患者的生活自理能力、认知功能和抑郁情绪具有积极意义。

**关键词:** 集束化护理; 阿尔茨海默病; 认知功能; 日常生活能力; 情绪状态; 中医护理

**中图分类号:** R 473.74 **文献标志码:** A **文章编号:** 2096-0867(2017)07-0063-04

## Influence of bundle nursing on activity of daily living and cognitive function of patients with Alzheimer's disease

TIAN Ting<sup>1</sup>, HAN Xiaojuan<sup>2</sup>

(1. Department of Encephalopathy; 2. Department of Cardiology,  
Yangzhou Hospital of TCM, Yangzhou, Jiangsu, 225002)

**ABSTRACT: Objective** To investigate the influence of bundle nursing on activity of daily living and cognitive function of patients with Alzheimer's disease(AD). **Methods** Totally 60 AD patients were randomly divided into the study group and the control group, with 30 cases in each group. The control group was given routine care during treatment, while the study group received bundle nursing interventions. The mini-mental state examination (MMSE) was used to assess the cognitive function of the patients; The activity of daily living (ADL) was used to assess the living quality of patients. The Hamilton Depression Rating Scale 17-item (HAMD-17) was used to assess the emotional status of patients. **Results** The scores of MMSE, ADL and HAMD-17 in the study group were better improved than those in the control group 12 weeks after intervention ( $P < 0.05$  or  $P < 0.01$ ). **Conclusion** Bundle nursing intervention may improve self-care ability, cognitive function and emotional status of AD patients.

**KEY WORDS:** bundle nursing; Alzheimer's disease; cognitive function; activity of daily living; emotional status; nursing of traditional Chinese medicine

阿尔茨海默病(AD)是一种起病隐匿、进行性发展的中枢神经系统原发性退行性疾病。常见临床症状包括记忆障碍、言语障碍、智力障碍、人格改变和精神症状等。据资料显示,AD 患者约占痴呆患者总数的 55%,占老年人院床位的 50%

以上,是老年人第四位主要死因<sup>[1-2]</sup>。目前 AD 尚无有效治疗方法或逆转疾病进展的药物,因此探讨有效的干预措施对延缓病情进展、提高生活质量意义重大。集束化护理是集合一系列具有循证基础的治疗和护理措施,以达到优化医疗护理

服务的目的。本研究探讨了集束化护理对阿尔茨海默病患者生活质量和认知功能的影响,现将结果报告如下。

## 1 资料和方法

### 1.1 一般资料

选取2015年1月—2016年12月在医院住院治疗的AD患者。入组标准:①诊断符合第4届全国脑血管会议制定的AD诊断标准;②经头颅CT或MRI证实;③排除失语、意识障碍或既往有精神疾病者。患者或其监护人签署知情同意书。采用随机数字表法将患者随机分为研究组和对照组。研究组30例,男20例,女10例,平均年龄( $66.48 \pm 8.49$ )岁,平均受教育年限( $10.91 \pm 3.86$ )年。对照组30例,男21例,女9例,平均年龄( $67.15 \pm 7.96$ )岁,平均受教育年限( $11.02 \pm 3.62$ )年。2组患者一般资料比较差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。本研究获医院伦理委员会批准。

### 1.2 方法

患者入院后给予综合治疗方案,包括药物治疗和非药物干预。治疗期间对照组给予神经科常规护理方法,研究组给予集束化护理,具体内容如下。

**1.2.1 基本护理:**保持床铺清洁与衣着整洁,保持良好的精神面貌。护理人员掌握与患者沟通技巧,对语言功能障碍者或言辞较少者,可适当增加肢体语言,对患者亲切、语言和善、态度和蔼。对话多唠叨或自语者,耐心听其诉说,不强加阻止。对于特别固执者,也应避免使用伤害性语言,耐心疏导。饮食起居要有规律,三餐定时定量,严禁暴饮暴食。保证充足睡眠,光线温和,睡前不要做激烈运动,或喝刺激性饮料。对精神兴奋、入睡困难者适当给予镇静催眠药物。

**1.2.2 技能训练:**由专业医师和护理人员对患者进行技能训练,内容包括:①日常生活能力训练:帮助AD患者建立时间观念,反复练习日常生活必需品的固定摆放,从而变成良好的固定习惯<sup>[3]</sup>。②记忆训练:强化AD患者的记忆水平,鼓励诉说生活的一些常见事情,延缓大脑功能的衰退。③认知训练:采用回忆治疗,训练AD患者对方位的辨识能力。通过讲述患者以往生活中难忘的事的细节或者某张相片的精彩之处,唤醒患者以往的精彩生活。同时对患者的定向力以及修饰

能力进行训练,即对于道路方位的辨识以及教授一些修饰技巧<sup>[4]</sup>。④智能训练:督促AD患者日常要看书报,接触和学习新事物,多与其他人聊天、适当参与打麻将或下棋等活动。⑤体能训练:根据AD患者肢体衰退程度,有针对性的进行体能训练项目,如散步、跳舞、上下楼梯、打太极等;⑥语言训练:护理人员每天与患者进行沟通交流,鼓励患者叙述每天发生的事,可防止患者出现语言障碍<sup>[5]</sup>。

**1.2.3 增强社会支持系统,加强健康指导:**①为AD照顾者提供疾病相关知识、日常生活护理、安全护理、心理护理等相关知识健康宣教。避免让患者直接接触危险源,洗澡时注意水温,避免烫伤;吃饭时须有人照看,以免发生呛咳;床高度适中,加装床栏保护。严禁患者独处,外出时应将患者姓名、住址、电话号码、所患疾病等写在特制的卡片上,并放在患者身上,以便帮助寻找。②针对AD患者的照顾者开展技能培训,内容包括日常生活、认知功能训练、家居安全、沟通交流技能、合理用药、精神症状与行为症状管理、患者参与社会活动等的指导。③对照顾者进行心理干预,为照顾者提供休息和倾诉的机会。内容包括:AD患者家属心理健康教育、情感支持、寻求社会支持,减轻因长期照料患者带来的不良情绪。定期进行座谈会,交流心得,以取得来自照顾者的心理支持<sup>[6]</sup>。

**1.2.4 饮食指导:**AD患者群体多年龄偏大,胃肠功能低下且多合并慢性疾病,因此饮食上应给予特殊关照。饮食应富含维生素及各种微量元素。鼓励患者食用富含维生素的动物肾脏、牛奶、鸡蛋、各种豆制品等;多食用动物蛋白,如鱼肉、瘦肉、鸡肉等;多让患者摄入植物蛋白,经常食用富含卵磷脂的食物,有助于提高智力,延缓智力衰退。对于合并“三高”疾病的老年患者,应控制盐、脂、糖摄入量。当病情较复杂时,请营养科协助会诊,给予均衡膳食。

**1.2.5 开展心理干预:**AD患者常出现情感淡漠、情绪不稳、多疑、乱语等精神症状,因此心理干预十分重要。针对患者不同的心理问题与特征,包括家庭状况、病情、教育程度等,进行个体化心理护理。适当给予精神支持,尽量满足患者心理需求,缓解患者的焦虑情绪和因社会角色改变而引起的心理变化。通过组织患者听音乐或外出散心,舒缓紧张、焦虑、抑郁等情绪。还可以举办患

友交流会,鼓励患者与他人沟通,减少内心的孤独和自责感。

1.2.6 中医护理:结合医院自身特色及传统医学对慢性疾病的功效,开展中医护理。①穴位针灸:取大椎、丰隆、足三里、心俞、神门、内关、太溪、肾俞等穴位。每穴5~15 min,1次/d。②穴位按摩:按摩双侧风池穴、翳风穴、四白穴、印堂穴、委中穴,改善大脑血液循环。采用不同手法按摩关元、百会、足三里、涌泉、内关、外关、劳宫、风池等穴位醒脑安神、通利关窍、增进智力,以通筋活络、祛邪扶正。③八段锦:要求全身放松,缓慢柔和,意守丹田,排除杂念,进行呼吸,达到吸气绵绵、出气微微的要求。按照八段锦动作方法进行锻炼。1次/d,每次20~30 min。④太极拳:太极拳由作为一项运动疗法,能够改善精神健康,预防老年人平衡功能的下降,提高认知的作用。1次/d,每次20~30 min。

### 1.3 观察指标

采用简易智能量表(MMSE)评定患者认知功能,内容包括定向力、即刻记忆、注意力和计算力、延迟记忆、语言能力及视空间能力6个方面,总分30分,分值越高,说明患者精神和认知状况

越佳。采用日常生活能力量表(ADL)评定患者的生活能力、包括与躯体生活自理相关的6个方面和与使用工具的能力相关的8个方面,评定结果26分为完全正常,>26分提示有不同程度的功能下降。采用17项汉密尔顿抑郁量表(HAMD-17)评定患者情绪状态。HAMD>18分为阳性,总分越高,抑郁症状越严重。由二名精神科主管护师在入组前、入组12周后分别进行测评。

### 1.4 统计学方法

采用SPSS 12.0软件对数据进行分析。计量资料以均数±标准差( $\bar{x} \pm s$ )表示,组间比较采用 $t$ 检验。 $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

## 2 结果

入组时,2组患者MMSE、ADL、HAMD-17评分差异无统计学意义( $P > 0.05$ )。经过12周集束化护理干预,研究组MMSE、ADL、HAMD-17分值与入组时比较差异有统计学意义( $P < 0.05$ 或 $P < 0.01$ );且研究组MMSE、ADL、HAMD-17评分改善优于对照组,差异有统计学意义( $P < 0.05$ 或 $P < 0.01$ )。见表1。

表1 干预后2组患者生活能力、认知功能和情绪状态比较( $\bar{x} \pm s$ )

分

组别		MMSE	ADL	HAMD-17
对照组	入组时	7.20 ± 2.30	34.46 ± 15.75	21.03 ± 5.02
	12周末	8.31 ± 3.32	34.43 ± 7.02	20.65 ± 4.02
研究组	入组时	7.36 ± 2.38	34.12 ± 15.03	20.52 ± 4.33
	12周末	10.53 ± 3.39 <sup>***</sup>	27.61 ± 7.56 <sup>*##</sup>	18.33 ± 3.51 <sup>*#</sup>

与入组时比较: \*  $P < 0.05$ , \*\*  $P < 0.01$ ;与对照组相比, #  $P < 0.05$ , ##  $P < 0.01$

## 3 讨论

AD是一种起病隐匿、呈进行性发展的神经退行性疾病,以认知功能和记忆功能逐渐下降,日常生活能力减退为主,还常常出现精神症状和破坏行为。AD病可能与多种因素有关,包括环境因素、免疫功能障碍、慢性感染、乙酰胆碱减少、铝的蓄积等,而长期精神紧张、抑郁、孤独、文化水平低下、生活单调乏味等也可能是诱发因素<sup>[7-8]</sup>。目前AD缺乏特异的治疗手段,有效的护理康复干预措施对于延缓疾病衰退,提高患者生活质量具有重要意义。集束化护理是一组护理干预措施,它们的共同实施比单独执行更能提高患者结局<sup>[9]</sup>。研究<sup>[10]</sup>显示,集束化护理能有效改善AD吞咽功能障碍患者吞咽功能。本研究结果

显示,经过12周集束化护理,研究组认知功能、日常生活自理能力较入组时和对照组改善明显( $P < 0.05$ 或 $P < 0.01$ ),且集束化护理还一定程度上改善了AD患者的抑郁情绪。集束化护理是将目前较为分散的但被证实用于临床效果佳的护理措施系统地整合在一起,以提高临床整体的治疗护理效果<sup>[11]</sup>。集束化护理综合了基本护理、技能训练、健康教育等措施,通过各种方式进行有效的康复训练,延缓疾病衰退过程。在我国AD患者照顾者肩负着繁重照料的任务,随着疾病的发展和照顾时间的延长,照顾者的生理和心理方面承受着越来越大的压力。有研究显示AD患者的行为问题与照顾者的身心健康密切相关<sup>[12]</sup>。本研究中医护人员应向患者家属进行相关疾病知识的宣教与指导,不但提高

了照顾者的照顾技能,而且帮助其提高应对压力的技能。医护人员应及时采取个性化、有效的心理护理改善照顾者不良心理情绪,减轻其身心负担,增强战胜疾病的信心与勇气。

此外,本研究集束化护理中还包含了中医护理干预措施,通过综合运用针灸、按摩、八段锦、太极拳等方式进行护理,使患者的心理、生理、行为各方面能力提高,从而提高患者的生活质量。针灸与按摩治疗AD的机制可能与AD的自由基损伤学说有关,有效清除自由基、扩张血管、改善脑血流量、提高神经元的活力,延缓脑细胞的衰老,从而起到恢复AD患者智能的作用<sup>[13-14]</sup>。长期坚持锻炼,如打八段锦、太极拳等养生方法,能够起到静身调心,心情舒畅,加速血液循环,改善脑部功能,是日常预防和延缓AD发生发展的可行措施。中医多样的特色护理技术,是延缓AD病情进展的重要措施。

目前AD尚无有效的治疗方法,集束化护理干预虽然不能阻止病程进展,但能有效改善患者的生活质量,提高部分认知、改善不良情绪。但本研究时间较短,需要增加干预时间,进一步研究集束化护理干预对AD的长期效果。

## 参考文献

- [1] Alzheimer's A. 2015 Alzheimer's disease facts and figures [J]. *Alzheimers Dement*, 2015, 11 (3): 332.
- [2] Chan K Y, Wang W, Wu J J, et al. Epidemiology of Alzheimer's disease and other forms of dementia in China, 1990—2010: a systematic review and analysis [J]. *Lancet*, 2013, 381(9882): 2016—2023.
- [3] 黄滨, 韦海楼. 阿尔茨海默病病人的护理进展 [J]. *护理研究*, 2016, 30(4): 1422—1424.
- [4] 牛小媛. 我国阿尔茨海默病认知训练现状与展望 [J]. *中华老年心脑血管病杂志*, 2015, 17(3): 225—226.
- [5] 洪霞, 张振馨, 武力勇, 等. 听觉词语学习测验对阿尔茨海默病的诊断价值 [J]. *中国医学科学院学报*, 2012, 34(3): 262—266.
- [6] 杨桂华, 常宗霞, 焦琳琳, 等. 阿尔茨海默病照顾者的心理干预研究进展 [J]. *中华护理教育*, 2015, 12(01): 74—78.
- [7] Albert M S, DeKosky S T, Dickson D, et al. The diagnosis of mild cognitive impairment due to Alzheimer's disease: Recommendations from the National Institute on Aging-Alzheimer's Association workgroups on diagnostic guidelines for Alzheimer's disease [J]. *Alzheimers Dement*, 2011, 7 (3): 270—279.
- [8] Kumar A, Singh A. A review on Alzheimer's disease pathophysiology and its management: an update [J]. *Pharmacol Rep*, 2015, 67(2): 195—203.
- [9] 胡英杰, 刘晓芯. 集束化护理策略预防老年患者跌倒的效果 [J]. *解放军护理杂志*, 2015, 32(18): 64—66.
- [10] 温燕文, 柯文英, 周靖, 等. 集束化护理对改善老年阿尔茨海默病吞咽功能障碍患者效果评价 [J]. *临床心身疾病杂志*, 2016, 22(2): 154—156.
- [11] 郑促影, 庄秋月, 林云波. 集束化护理干预模式对先兆流产患者生活质量的影响 [J]. *海南医学*, 2015, 26(15): 2330—2332.
- [12] 朱蓓, 侯月明, 祁雅茹. 护理干预对阿尔茨海默病家庭照顾者生活质量的影响 [J]. *甘肃医药*, 2016, 35(4): 318—319.
- [13] 张凤菊. 中医护理对阿尔茨海默病患者日常生活能力和认知功能观察 [J]. *山西中医*, 2016, 32(9): 59—60.
- [14] 路萍. 中医特色护理法对阿尔茨海默病患者病情控制的影响 [J]. *齐鲁护理杂志*, 2015, 21(11): 15—17.

(本文编辑:黄磊)