

## · 社区康复 ·

## 社区康复护理对社区卫生服务质量的影响\*

董丽萍<sup>1</sup> 李和兴<sup>1</sup> 张金声<sup>1,3</sup> 徐九霞<sup>1</sup> 韩琤琤<sup>1</sup> 曹丽晶<sup>2</sup>

社区卫生服务质量是指全科医疗机构按照国家规定向社区居民提供医疗、预防、保健、康复、健康教育、计划生育指导六位一体服务的优势,这种优势反映在全科服务是否以居民健康问题为导向,以需求为目标,以居民生命全周期健康维护为核心,是否提供全面、有效、经济、便捷、适宜的服务,尤其是预防保健和慢性病、高致残疾病三级预防和康复的有无与是否规范是全科医疗服务质量的重要标志,是评估社区卫生服务质量的重要范畴<sup>[1]</sup>。社区康复护理是社区卫生服务组织职能的一个组成部分,社区卫生服务机构开展社区康复是我国政府确定的新政策<sup>[2]</sup>。近年来,残疾人与慢性病、高致残疾病人群的康复需求与康复服务的供需矛盾日益突出,社区康复护理已经成为社区卫生服务的重要任务,社区康复护理质量已经成为社区卫生服务质量考核体系中的重要指标,是居民对社区卫生服务满意度评价的重要内容。

社区卫生服务是实现人人享有基本医疗、保健服务,落实2015年全国残疾人“人人享有康复服务”<sup>[3-4]</sup>目标的基础。以家庭为基础、社区为依托的社区康复是社区卫生服务“六位一体”<sup>[5]</sup>模式中的重要环节;社区康复护士是深入社区、家庭开展康复训练、康复宣教、康复技术指导的主体,是实现以居民健康为导向,以需求为目标的社区康复工作的重要保证。社区康复护理工作对促进社区卫生服务事业整体发展起着重要作用,其对社区卫生服务质量产生重要影响。

社区康复护理是指将整体护理与社区康复相结合,二者融为一体,根据总的社区康复计划,围绕全面康复(躯体的、精神的、社会的和职业的)目标,在社区的层次上实施康复训练及家庭护理,使社区广大残疾人和社会群体都能够享受到有效、经济、方便、综合、连续的护理服务<sup>[6]</sup>。随着经济、科技的迅速发展和人口老龄化程度的提高<sup>[7]</sup>,意外事故、慢性非传染性疾病等发生率、发病率、致残率逐年上升<sup>[8]</sup>,使得社区内生活着相当数量的残疾人。他们当中绝大多数人可以通过持续的康复训练和护理,改善功能和日常生活活动(activities of daily living, ADL)能力,降低残障的发生率,增强家庭、社会生活参与能力。因此,在社区卫生服务中应积极倡导、实施社区康复护理,努力实现残疾人“人人享有康复服务”的目标。北京市西城区德胜社区卫生服务中心(以下简称“中心”)在辖区经过三年的积极探索、大胆实践,开展社区康复护理工作,取得了良好效果。

## 1 资料与方法

## 1.1 一般资料

截止2005年10月底,德胜地区持证残疾人1480人,除人户分离68人外,可提供服务人数为1412人。其中,男性894人,女性518人;年龄11—94岁,平均51.25±14.9岁;残疾类别:肢体残疾649人(45.96%)、精神残疾304人(21.53%)、智力残疾171人(12.11%)、听力残疾60人

(4.25%)、语言残疾5人(0.35%)、视力残疾168人(11.90%)、综合残疾55人(3.90%);文化程度:文盲168人(11.90%)、小学237人(16.78%)、中学885人(62.68%)、大学及以上122人(8.64%)。

## 1.2 方法

**1.2.1 完善服务团队建设与人才队伍培养:**在社区康复三级管理基础上,建立了社区康复服务、康复技术指导、康复宣教网络,成立了由康复医学科主任、主治医师、护理部主任、中心健康教育专干、社区慢性病管理专干及街道残联干部组成的社区康复护理领导小组,由全科医生、康复医生、康复护士构成社区康复护理团队,以此整合卫生资源,协调多部门合作,为实施社区康复护理提供了组织、人员、技术保证。

社区康复护理是将公共卫生、基础护理、康复治疗、康复训练、人文关怀相结合的一项新的护理理念与新的综合护理技术。其中康复训练与技术指导要求具有一定的专业水平,“中心”采取“外循环”与“内循环”结合培养人才队伍的形式,即抽调一批具有丰富临床、社区护理经验的护士到康复治疗中心、综合医院康复科进修学习,每期半年、学习康复医学理论与康复技术,参加国家及市级康复技术培训和讲习班,进入人才队伍建设的“外循环”;在“中心”内,采取专家一对一带教,利用主任会诊、查房、讲座,并实施中心康复医学科(PT室、OT室、ST室等)-康复病房-社区卫生服务站及家庭康复轮岗制,进入人才队伍建设的“内循环”。同时接受健康教育程序与方法、心理疏导、社区常见病、多发病防治知识与技能培训,经北京市社区康复专业人员上岗培训并考核合格持证上岗<sup>[9]</sup>。三年来,“中心”共派出进修人员15人,45人参加市级专业培训。截至2007年底,社区康复护理就已全面覆盖德胜地区所辖23个居委会、6个社区卫生服务站。

**1.2.2 社区康复护理需求评估:**需求评估工作由中心康复医学科牵头,积极取得街道办事处残联配合。由康复医学科卫技人员、社区康复护士、街道康复室康复协调员组织成立调查小组,小组成员均接受统一、规范的调查前培训。同时在社区内利用横幅标语、展板等形式进行宣传、动员工作。调查形式为入户问卷调查,内容包括康复医疗及护理、功能训练指导、残疾人辅助器具、转介服务、心理服务,康复知识普及六项。结果:1412例残疾人中1094例有一种或一种以上需求,总需求率为77.50%。统计六种主要康复需求,按需求比例排序依次为康复知识普及652例(59.60%)、辅助用具457例(41.71%)、训练指导427例(39.03%)、心理服务408例(37.29%)、康复医疗及护理385例(35.19%)、康复转介181

\* 基金项目:北京市西城区可持续发展项目(08009)

1 北京市西城区德胜社区卫生服务中心,北京,100011

2 北京市西城区德胜街道办事处残疾人联合会

3 通讯作者

作者简介:董丽萍,女,主管护师

收稿日期:2009-08-20

例(16.54%)。其中因病致残 844 例(59.77%),先天残疾 288 例(20.40%),意外伤害残疾 171 例(12.11%),原因不明 109 例(7.72%);残疾人经济状况统计结果,个人所得 889 例(62.96%),家庭供养 213 例(15.08%),享受低保 310 例(21.95%);肢体残疾者残疾时间统计结果小于一年的 12 例(1.85%);一至二年 34 例(5.24%);大于二年的 603 例(92.91%);残疾人生活自理能力统计结果,完全自理 812 例(57.51%),需部分帮助 441 例(31.23%),完全依靠他人 159 例(11.26%)。调查结束后,将全部信息整理输入计算机进行信息化管理,为肢体残疾人建立康复训练档案。

**1.2.3 社区康复护理计划:**①为有需求的高致残疾病与 ADL 完全不能自理的残疾人提供基础护理工作。②残疾人群中开展康复宣教,提高残疾人对常见致残原因、早期康复优势等康复知识、防残、防障知识的知晓水平。对残疾人中不健康的生活习惯、行为进行干预。③为新发脑卒中偏瘫患者提供系统医疗康复,对辖区内一年以上的慢性期患者针对功能丧失情况提供康复训练及指导。④对有心理需求的残疾人进行心理护理。⑤对低保残疾人进行免费义诊。⑥对有转介需求且有医疗康复价值的残疾人进行转介。

#### 1.2.4 社区康复护理实施

**1.2.4.1 一般护理:**对长期卧床、乘坐轮椅残疾人,教会他们及家属观察受压皮肤颜色,对卧床者每 2h 翻身一次,对乘轮椅者每 30min 做 15s 减压,保持床铺平整、干燥,受压皮肤清洁、干燥;对长期卧床或有慢性肺部疾病残疾人,教会其对咳嗽及痰异常情况观察,掌握腹式呼吸、缩唇呼吸、有效咳嗽及排痰、拍背及体位排痰等方法;对有排尿问题的残疾人,指导养成规律排尿习惯,使用导尿管者,保持导尿管通畅,及时更换贮尿器,发现尿液异常,及时治疗;对有排便问题残疾人,多食用含粗纤维丰富食物,多喝水,养成定时排便习惯。教会残疾人或家属掌握腹部按摩、使用泻剂及栓剂促进排便方法;对患有冠心病、高血压、糖尿病等慢性疾病的残疾人,指导合理膳食,严格遵医嘱、安全用药,自测脉搏、血压、尿糖、注射胰岛素技术等。

**1.2.4.2 社区康复宣教<sup>①</sup>:**针对社区内残疾人康复知识匮乏、需求高的特点,我们在辖区内开展了残疾人专项健康教育工作。将康复基础知识(致残原因、早期康复优势、适应证等)、常见致残疾病的家庭护理常识撰写在《社区康复知识手册》中,通过门诊、宣教活动、随访及家庭保健员等形式发送到残疾人、家属及护工手中;对入户随访及护理操作过程中提出的相关问题,做出及时专业解答;在社区内开展题为“社区康复”的大型讲座活动,活动中邀请残疾人现身说法,集体讨论,互帮互学;为残疾人、家属及护工开展安全用药、生命体征的监测与护理、各种管道(鼻饲、导尿管)的护理、长期卧床患者的并发症及皮肤护理、常用辅助具使用方法、注意事项等内容的护理讲座。

**1.2.4.3 康复护理:**①康复评定:采用 MMT、ROM 测量、Berg 平衡量表、简化 Fugl-Meyer 运动功能评分、Barthel 指数等量表对残疾人进行功能评定。②身体机能维持训练:在社区康复护士对患者进行关节、肌肉被动、主动、抗阻运动功能训练的同时,指导家属掌握协助残疾人完成家庭训练作业,教会

家属观察训练效果与不良反应的应对方法,避免误用综合征。③平衡训练:训练前,首先解除患者紧张、恐惧心理,教给残疾人及家属从静态平衡训练开始,过渡到自动动态平衡,再过渡到他动动态平衡;由双手扶持-单手扶持-双手松开,在保持稳定性的前提下逐步增加头颈和躯干运动,从睁眼过渡到闭眼训练;训练过程中注意安全,避免意外事故的发生。④转移训练:教会残疾人床上翻身(健、患侧),翻身至床边坐起,从坐位至站位,从床边至轮椅及轮椅至床、马桶等地方转移训练。训练中,鼓励患者独立完成,家属进行适量帮助。⑤步行训练:当下肢、躯干和上肢具备了足够的相关肌群的肌力和关节活动度,可进行扶持步行、扶杖步行,逐步过渡到独立步行,训练中注意跌倒等并发症的发生。⑥上下楼梯训练:指导残疾人掌握健腿先上,患腿先下楼梯的原则。⑦ADL 训练:指导残疾人及家属掌握 ADL 训练,强调残余功能的强制使用及掌握一些省时省力的技巧。例如:穿衣先穿患侧,脱衣先脱健侧;穿鞋患腿搭在健腿上;在进食时,可将叉、匙手柄加粗加长、套上 C 型夹,碗下垫防滑垫;厕所安装双侧扶手等。⑧其他:对于合并认知、言语、吞咽功能障碍的残疾人,训练完成后由残疾人家属或陪护员督导完成训练作业,指导家属利用家居环境,督促患者对已掌握的功能应用到实际当中,提高残疾人的实际生活自理能力。合并骨关节病的残疾人给予针灸、按摩等中医适宜技术与物理因子治疗。

**1.2.4.4 心理护理:**根据残疾人普遍的心理问题,康复护理团队开展对残疾人群体的专项健康教育,进行心理咨询、举办“幸福启航点,打开沟通之门”、“残疾人志愿者心理培训”等健康讲座、组织踏青植树、游园赏花、手工编织等活动,鼓励残疾人参与社区康复俱乐部活动,在活动中强调残疾人自我心理调节,为残疾人搭建交流互动、互助的平台,为残疾人创造与人交流、融入社会机会。同时,注意家庭主要照顾者心理状态,鼓励照顾者对残疾人康复充满信心和乐观积极的态度。

**1.2.4.5 免费义诊:**开展义诊,为低保残疾人免费监测血压、血糖、知己健康监测、康复技术指导、ADL 技术指导。为辖区内享受低保、生活困难的脑卒中偏瘫残疾人分别在社区卫生服务中心、卫生服务站、家庭免费提供为期半年的医学康复治疗,后转社区街道康复站继续免费训练。

**1.2.4.6 康复转介:**对于需要大型训练器械及伴有严重并发症,不能在家庭及社区站训练的残疾人,通过社区卫生服务站、街道残联转介到社区卫生服务中心,或转至专业康复机构及综合医院治疗。

**1.2.4.7 康复随访:**对辖区内有康复需求的残疾人至少半年随访 1 次,根据需求提供康复服务,并记录健康档案。

**1.2.5 加强考核督导:**为确保社区康复护理实施的科学、有效性,我“中心”将其工作纳入绩效考核,每月考核 1 次。内容包括基础资料(网络健全、信息随报名单、康复协调员联络方式、残疾人一览表、康复转介流程等);康复服务。定期对接受康复护理的残疾人、老年慢性病人就社区康复护理质量和服务进行问卷调查。

## 2 结果

开展社区康复护理三年来,共发放宣传册 2150 余份;陪



护员康复技能与脑卒中、骨关节病家庭护理培训班 6 期,300 余人参加;组织社区康复讲座 28 次;深入残疾人家庭宣教、指导 780 余人次;残疾人康复俱乐部举办大型专家义诊、咨询活动 7 次;每半年以社区为单位举办一次残疾人及陪护员康复知识、技能竞赛;每半年组织残疾人及家属参加常见疾病的基础护理知识讲座。为贫困、低保残疾人义务健康体检 260 人;知己健康监测 96 人;免费为 35 名脑卒中偏瘫又生活困难的残疾人提供肢体功能、ADL 康复训练及指导。借助残疾人康复俱乐部,举办“幸福启航点,打开沟通之门”、“残疾人志愿者心理培训”等大型讲座 5 次,300 人次参加;组织踏青植树、游园赏花、手工编织、新春联谊会等活动 12 次,450 人次参加;心理咨询 10 人。对于年龄较小及有较高康复价值的视力、听力残疾人康复转介 5 人。

对残疾人社区康复护理分别在三年前后进行问卷调查,结果残疾人康复知识知晓率由 11.6% 上升至目前 89.1%;残疾人自觉保持良好的心理状态由 29.0% 上升到目前的 67.0%,与他人顺利交往由 63.1% 上升到目前 68.1%;主动参与康复训练,接受康复指导由 17.4% 人上升至 70.2%;主动参与家务活动由 59.8% 上升至 67.1%;残疾人生活自理情况中部分自理由 31.2% 上升至 39.4%。

### 3 讨论

社区康复的目标为保存功能、恢复功能、预防残疾与残障。社区康复护理工作方法应紧密结合社区医疗对慢性非传染性疾病、致残性疾病如脑卒中、冠心病、糖尿病、慢性阻塞性肺病、老年骨关节退行性病变等进行康复治疗、控制发展,使其不致造成残疾和残障,对慢性病或长期卧床的伤病者预防并发症和继发性损伤或功能障碍,对有身心功能障碍的患者进行康复治疗和训练,促进其康复。对已经回到家庭、社会生活中的残疾人进行定期体检、开展医疗保健服务,预防继发其他残疾。在社区中开展残疾预防如预防接种、环境卫生指导、饮食卫生、妇幼保健、优生优育及遗传咨询,开展残疾人群专项康复宣教,预防致残性疾病与损伤的发生<sup>[1]</sup>。社区康复在社区常见病、多发病、慢性致残病的 3 级预防中起着重要作用,在居民生命全周期健康管理工作中的重要作用不可忽视。全科医疗服务质量是由全科医疗各个环节质量形成的,因此社区康复护理环节质量对社区卫生服务质量有明显作用,没有社区康复护理质量就没有社区卫生服务质量,规范的社区康复护理将对社区卫生服务的发展、提高社区卫生服务质量起到积极的促进作用。

由全科医生、康复医生、康复护士组成的社区康复团队中,康复护士起着特殊的重要作用。康复护士是全科医生完成社区家庭医疗工作的主要助手,其主要任务是在社区、家庭进行全方位的病人护理工作,主要服务对象是需要长期管理的慢性病人、老年人、残疾人。服务内容包括家庭访视、护理、康复训练与康复技术指导,以及相关疾病的健康教育和生活方式指导。社区康复护理即解决残疾人及有功能障碍老年、慢性病的康复问题,又使其享受到医疗护理及公共

卫生服务。社区康复护理对社区卫生服务的全方位、全过程卫生服务的实现起着积极作用。

随着“大病去医院,小病在社区,康复回社区”医疗新格局的建立,积极开展的以社区为基础的社区康复护理,形成医院-社区卫生服务中心-社区卫生服务站-家庭的康复模式<sup>[2]</sup>,为残疾人与功能障碍的慢性病人提供实用、易行、受益广的康复服务使他们切实享受到不出家门,不出社区的康复服务,体现主动、上门、持续的社区卫生服务特点。社区康复护理是社区康复工作的主体,是落实人人享有基本医疗、卫生保健与康复这一总体目标的基础环节之一,社区康复护理质量影响着社区康复的质量,影响社区卫生服务质量。

社区康复的发展当前面临的最关键问题之一是专业技术人才匮乏,社区卫生服务机构现仅有的极少数康复医师、康复治疗师,难以满足众多的社区残疾人与功能障碍的慢性病人康复需求。社区卫生服务“六位一体”工作中,社区康复是最薄弱环节,社区康复的滞后是导致社区慢性病管理不全面、不系统的重要影响因素。因此积极建立社区康复护理团队,培养社区康复护理人才,使康复与社区医疗、健康教育、慢性病管理相结合,与疾病预防、保健相结合。开展社区康复护理,无疑是缓解康复人才匮乏问题的有效途径,同时对社区卫生服务整体水平的提高具有积极影响。

社区康复护士需通过多种形式向居民进行卫生宣教、康复宣教,提高居民、残疾人及家属对卫生保健、康复知识的认知,让人们懂得社区康复护理是一种经济、便捷的康复途径。提高残疾人、慢性病人的自我保健与康复训练的方法,预防残疾与残障的知识,积极参与康复计划的制订与实施,提高康复疗效,使生活质量得到提高。

### 参考文献

- [1] 杨秉辉,主编.全科医学概论[M].第 2 版.北京:人民卫生出版社,2006.151—154.
- [2] 卓大宏.社区康复与社区卫生服务[J].中国全科医学,2002,5(5):337—339.
- [3] 肖敏,姜志德,王荣,等.“十五”期间江苏省肢体残疾者社区康复现状与分析[J].中国康复医学杂志,2006,21(12):1130—1131.
- [4] 卫生部,财政部,民政部,等.关于进一步加强残疾人康复工作的意见[J].中国康复医学杂志,2002,17(6):324—325.
- [5] 李学信,主编.社区卫生服务导论[M].第 3 版.江苏:东南大学出版社,2007.9—11.
- [6] 王瑞敏.康复护理技术[M].北京:人民卫生出版社,2002.144—146.
- [7] 全国老龄工作委员会办公室.中国人口老龄化发展趋势预测研究报告 [EB/OL]. <http://www.china.com.cn/chinese/news/1134589.htm>,2006-2-24.
- [8] 中华人民共和国卫生部.中国慢性病报告 [R/OL]. <http://www.moh.gov.cn/publicfiles/business/htmlfiles/wsb/pzcejid/200804/20809.htm>,2006-5-16.
- [9] 黄永禧,周维金,焦志强,等.关于社区卫生服务康复专业人员规范化上岗培训的探讨 [J].中国康复理论与实践,2006,12(12):1014—1016.
- [10] 张金声,李和兴,徐九霞,等.北京德胜地区残疾人社区康复宣教效果分析[J].中国康复医学杂志,2009,24(6):553—556.
- [11] 黄永禧,张金声,韩琤琤,等.康复怎样才能进社区、提供安全有效的服务——北京“德胜社区康复模式”初探[J].中国康复理论与实践,2009,15(4):389—391.