

# 中医护理技术在医养结合养老模式中的效果研究

朱洁 戈卫娟<sup>(通讯作者)</sup>

(江苏省常熟市中医院 江苏常熟 215500)

**【摘要】**目的:观察中医护理技术在医养结合养老模式中的应用效果。方法:选取我院开展医养结合养老模式的老年人500例(2023年3月至2024年3月),随机分为中医护理技术的观察组(250例)与常规护理的对照组(250例)。结果:与对照组相比,观察组生活质量评分高,日常生活能力评分高,睡眠障碍评分低, $P < 0.05$ 。结论:在医养结合养老模式中应用中医护理技术能促进生活质量及日常生活能力提升,且提高睡眠质量,值得借鉴。

**【关键词】**中医护理技术;医养结合养老模式;效果

Research on the Effect of Traditional Chinese Medicine Nursing Techniques in the Integrated Medical and Elderly Care Model

Zhu Jie Ge Weijuan<sup>(corresponding author)</sup>

(Jiangsu Changshu Traditional Chinese Medicine Hospital Jiangsu Changshu 215500)

**[Abstract]** Objective: To observe the application effect of traditional Chinese medicine nursing techniques in the integrated medical and elderly care model. Method: 500 elderly patients (from March 2023 to March 2024) who were enrolled in our hospital's integrated medical and elderly care model were randomly divided into an observation group (250 cases) receiving traditional Chinese medicine nursing techniques and a control group (250 cases) receiving routine nursing care. Result: Compared with the control group, the observation group had higher scores in quality of life, daily living ability, and sleep disorders,  $P < 0.05$ . Conclusion: The application of traditional Chinese medicine nursing techniques in the integrated medical and elderly care model can promote the improvement of quality of life and daily living abilities, as well as improve sleep quality, which is worth learning from.

**[Key words]** Traditional Chinese Medicine Nursing Technology; Integrated medical and elderly care model; effect

近年来,由于老年人口不断的增多,导致养老压力进一步加大,而且老年群体医疗需求问题显得更为明显。面对该问题已经开展了较多的研究,认为必须进行积极的转型,使养老过程中所遇到的医疗问题得到有效解决<sup>[1]</sup>。近年来,人们对养老医疗模式的调整以及改革开展了积极探索,其中医养结合养老模式引起了广泛重视,也是一种新的养老模式,其在很大程度上整合了养老以及医疗资源,所发挥的效果非常显著<sup>[2]</sup>。在此基础上发现在养生保健过程中中医发挥着独特的优势,并且经验丰富,因此在医养结合养老模式中可以较好地融入中医护理技术,为老年人提供更加全面且优质的医药服务,促进健康水平以及生活质量提升,同时也能减轻养老医疗资源紧张问题。本研究选取我院开展医养结合养老模式的老年人500例,观察中医护理技术应用效果。

## 1 资料与方法

### 1.1 一般资料

2023年3月至2024年3月,选取我院开展医养结合养老模式的老年人500例,随机分为2组。对照组250例,男

135例,女115例,年龄62至88( $75.48 \pm 2.45$ )岁,观察组250例,男137例,女113例,年龄61至89( $75.56 \pm 2.62$ )岁。一般资料对比, $P > 0.05$ 。

### 1.2 方法

对照组:对老年人进行常规诊疗,叮嘱日常生活方面的注意事项,观察身体变化情况。

观察组:①对老年人进行饮食调护,考虑到其具体情况提供具有个性化特点的饮食方案,如果老年人表现为气血亏虚,在其饮食调护期间需要提供鱼肉、肝脏等具有补气养血作用的食物,通过以上食物进食促进老年人体质增强,同时对其身体相关功能也能发挥较好的调节作用。同时考虑到老年人消化吸收能力以及口味对主食、蔬菜等进行合理的搭配,同时也应该注重水果的摄入。保持规律的饮食时间以及良好的饮食习惯,做到细嚼慢咽,并且少食多餐。在此期间,如果老年人存在相关特殊饮食需求,如身患糖尿病,就需要对糖分的摄入进行严格控制,避免进食含糖食物,防止出现血糖波动问题。②对老年人开展积极的养生保健教育,护理人员需要指导其对相关日常保健知识以及技能进行积极学习。护理期间叮嘱患者保持规律作息,并且有足够的睡眠时

间,还可以通过相关运动促进血液循环以及新陈代谢,可开展的内容由太极拳、散步等。为避免老年人脾胃功能受到进一步损伤,其饮食方面也应该加以重视,不能进食生冷、油腻等刺激性食物。③护理过程中重视中药作用的发挥,可考虑到老年人身体状况以及症候等具体情况对其进行中药调理,如存在脑卒中的老年人可以为其提供中药汤剂,其中所包含的药物成分有生大黄、芒硝、胆星等,以上药物具有化痰通腑的作用,对其言语功能改善效果显著。④通过望、闻、问、切方法对患者症状相关信息进行全面的了解,如体征、舌象、症状、脉象等,通过以上方面对老年人身体状况以及症候类型进行更加准确的判断。在对其神态、面色、语言等进行观察的情况下能掌握精神状态以及身体状况,而且在询问患者生活习惯、自身症状等时能对其疾病进展情况以及病因病机进行掌握。⑤对于老年人而言,由于身体上存在的各种不适感容易使其产生相关负面情绪,不仅会影响心理状态,同时进一步影响身体健康状态。因此,积极进行情志护理,护理人员可以对患者进行言语开导,在此期间主要解释老年人存在的疑问,并且进行耐心劝导。采取移情易性方式进行干预,护理人员需要引导患者转移自身注意力。通过情志相胜的方式进行护理,如以喜胜忧等。⑥根据老年人身体状况以及需求对其进行推拿,可采用的手法较多。点法:采用拇指端点法时,手握成空拳,并且拇指伸直,使其与食指中节相靠近,在此过程中手指端施力于穴位上。采用屈拇指点法时,保持拇指处于屈曲状态,在相应的穴位通过拇指指间关节桡侧施力。采用屈食指点法时,食指处于屈曲状态,并且与其他手指相握,在相应的穴位上通过食指第一指间关节突起部分施力。揉法:进行拇指揉法时,拇指螺纹面在相关部位进行环形运动,在此过程中其余四指可以给予助力,并且腕关节可以处于伸直或微屈状态,每分钟 120 至 160 次。进行中指揉法时,在相应的部位以中指螺纹面着力按压,

采用环形运动的手法,掌指关节处于微屈状态,中指指间关节尽可能伸直,前臂保持主动运动,每分钟 120 至 160 次。进行掌根揉法时,在相应的部位利用手掌掌面掌根着力,采用环形运动的手法进行按揉,在此期间腕关节保持放松,并且肘关节微屈,手指保持自然弯曲的状态,每分钟 120 至 160 次。叩击法:可以手手的特定部位快速且果断的反复拍打叩击相关部位,手腕在保持放松的状态下对弹性力进行控制,不能暴力打击。通过对老年人进行分析,认为其常存在腰膝酸软、肩颈疼痛等问题,因此通过对相应部位的推拿,能使其疼痛症状得以减轻,在此期间注意控制好手法力度。对患者进行拔罐,根据身体状况选择合适的穴位,使用抽气罐吸拔在相应的穴位上,留罐时间为 15min,在此期间注意对老年人反应进行观察,出现不适时立刻停止。

### 1.3 观察指标

生活质量:简明健康量表(SF-36);日常生活能力:日常生活能力量表(ADL);睡眠障碍:匹兹堡睡眠质量指数(PSQI)。

### 1.4 统计学方法

SPSS26.0, 计量资料表示:  $(\bar{x} \pm s)$ , t 检验, 计数资料表示: n, %,  $\chi^2$  检验,  $P < 0.05$ , 差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 生活质量对比

观察组高于对照组,  $P < 0.05$ , 见表 1。

### 2.2 日常生活能力对比

观察组高于对照组,  $P < 0.05$ , 见表 2。

### 2.3 睡眠质量对比

观察组低于对照组,  $P < 0.05$ , 见表 3。

表 1 生活质量对比(分)

组别	情感职能	生理功能	总体健康	社会功能	活力	生理职能	躯体疼痛	心理健康
对照组(n=250)	70.26 ± 2.43	72.35 ± 2.83	71.37 ± 3.94	73.72 ± 2.57	72.57 ± 2.92	73.24 ± 2.82	72.35 ± 2.83	72.35 ± 2.34
观察组(n=250)	76.58 ± 3.61	76.46 ± 2.55	77.56 ± 3.73	78.69 ± 2.56	76.37 ± 2.65	77.39 ± 2.70	78.64 ± 2.59	77.75 ± 2.68
t	22.963	17.059	18.039	21.663	15.237	16.807	25.924	23.998
P	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

表 2 日常生活能力对比(分)

组别	小便	大便	如厕	修饰	吃饭	活动	转移	上楼	穿衣	洗漱
对照组(n=250)	6.32 ± 0.54	6.23 ± 0.44	6.11 ± 0.47	6.04 ± 0.52	6.45 ± 0.56	6.14 ± 0.62	6.10 ± 0.35	6.53 ± 0.54	6.23 ± 0.62	6.33 ± 0.67
观察组(n=250)	8.45 ± 0.45	8.23 ± 0.36	8.52 ± 0.64	8.37 ± 0.58	8.45 ± 0.60	8.73 ± 0.53	8.34 ± 0.62	8.27 ± 0.59	8.12 ± 0.52	8.49 ± 0.51
t	47.911	55.624	47.989	47.293	38.529	50.206	49.745	34.397	36.929	40.560
P	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

表3 睡眠质量对比(分)

组别	睡眠效率	催眠药物	入睡时间	日间功能	睡眠时间	睡眠障碍	睡眠质量
对照组 (n=250)	0.64 ± 0.15	0.68 ± 0.14	1.32 ± 0.46	1.47 ± 0.42	1.12 ± 0.43	1.45 ± 0.12	1.20 ± 0.34
观察组 (n=250)	0.34 ± 0.09	0.23 ± 0.08	1.12 ± 0.23	1.12 ± 0.34	0.56 ± 0.16	1.12 ± 0.24	0.72 ± 0.21
t	27.116	44.126	6.148	10.241	19.298	19.445	18.991
P	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	0.000

### 3 讨论

近年来,医养结合养老服务所取得的效果较好,也得到了人们广泛认可,但是还需要对其进行深入的研究,使其得到进一步完善<sup>[1]</sup>。老年人面临着身体功能自然衰退问题,而且也会伴随着相关疾病,进一步提高了医疗保健服务需求<sup>[2]</sup>。中医是我国特色医疗方式,在疾病防治、养生保健等方面所发挥的作用非常明显,自古以来,其对衰老原因、表现以及延缓衰老等已经有了较多的认识,同时在养生保健措施方面也进行了详细的描述,通过长时间的发展,中医养生理论已经处于基本完善的状态<sup>[3]</sup>。由于中医在养老健康领域所具备的重要优势,可以在医养结合养老模式中进行有效应用,通过中医护理技术充分发挥中医优势,进一步促进养老服务体系的完善性以及高效性。

医养结合养老模式是一种新型养老模式,其主要将医疗以及养老服务结合在一起,在很大程度上满足了老年人身心各方面的需求,促进生活质量提升。在该模式下,所采取的医疗以及养老服务具有全方位以及连续性特点,在此期间不仅重视疾病的治疗,而且能进行有效的健康管理、精神干预等,使老年人能得到更加及时且贴心的照顾,也有利于现阶段老龄化所带来的问题得到有效缓解,提升老年人身心健康水平。通过对老年人进行分析,认为其面临着多种慢性疾病的影响,中医护理技术的应用引起了广泛关注,通过相关措施的有效开展,如推拿等,能使老年人存在的各不适症状得到有效缓解,如疼痛。推拿过程中对局部血液循环具有促进作用,对老年人身体康复具有积极作用。中医护理技术应用

过程中也能发挥较好的疾病预防效果,护理过程中能为患者提供有效的养生方案,主要体现在饮食、运动等方面,能保证老年人获取足够的营养物质,并且在不断的锻炼中促进体质增强,从多个方面提高自身免疫力,降低疾病发生风险。心理健康是老年人所面临的一个重要问题,开展中医护理技术的过程中能进一步进行情志护理,对老年人心理状态情况加以关注,能采取多种方式进行有效干预,使其保持良好的心态,如言语开导、移情易性等,在护理过程中护理人员也能加强与老年人之间的沟通交流,在老年人不断表达的过程中对其心理需求有进一步掌握,所采取的心理干预方式也更具有针对性以及有效性。在此期间组织老年人进行相关活动,能进一步维护其身体健康,同时在相关户外活动开展的情况下也能使其保持良好的心理以及精神状态。在医养结合养老模式中,中医护理技术应用所发挥的优势具有独特性,相关护理方法简单易行,而且不会对老年人造成不必要的影 响,在具体实施过程中其接受度以及配合度更高,而且护理过程中也能根据患者具体身体情况为其提供相应的中药,也发挥较好的身体调理作用,保证相关药物作用的发挥,所取得的效果也更为持久。因此,在老年人健康管理以及护理过程中可以长时间的应用中医护理技术,在此过程中为保证相关措施得到有效的实施,必须重视中医护理人才的积极培养,使其具备较高的工作水平,掌握相应的护理技术,保证各护理技术得到有效的实施,更加高效的管理老年人身体健康。

所以,中医护理技术用于医养结合养老模式中能提高心理健康水平,提升生活质量、日常生活能力及睡眠质量,具有推广价值。

### 参考文献:

- [1]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.
- [2]薛柳青,江姗,朱虹.医养结合模式下延续性护理在老年前列腺增生患者中的应用效果[J].现代中西医结合杂志,2023,32(20):2917-2920.
- [3]乔雨晨,常红,杨璇,等.基于互联网的医院-机构联动养护管理模式在失智老年人养老照护中的应用[J].中国实用护理杂志,2023,39(3):164-169.
- [4]顾叶春,郑万琼,张益明,等.养老机构术后远程医养结合体系的构建及评价[J].中华全科医学,2023,21(2):329-332.
- [5]马蕊,陈露,马芳,等.新疆基层医养结合机构合作模式运行调查研究[J].新疆医科大学学报,2022,45(12):1474-1479.