

# 长期卧床患者“三起来”

杨少敏 伤口治疗师  
广东压疮慢性伤口中心

# 内 容

- 1. 长期卧床对全身各系统的危害
- 2. 长期卧床三起来的意义
- 3. 三起来的实施与管理
- 4. 病例分享

# “三起来”

站

动态的站



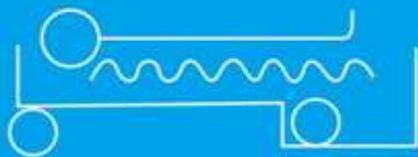
坐

动态的坐



动

动态的卧



# 长期卧床的危害



## 1、呼吸系统

长期卧床呼吸道分泌物难于咳出，淤积于中小气管，成为细菌的良好培养基。



坠积性肺炎



## 2. 皮肤

- 骨突部位持续压力



- 压力性溃疡

### 3. 消化系统

卧位:

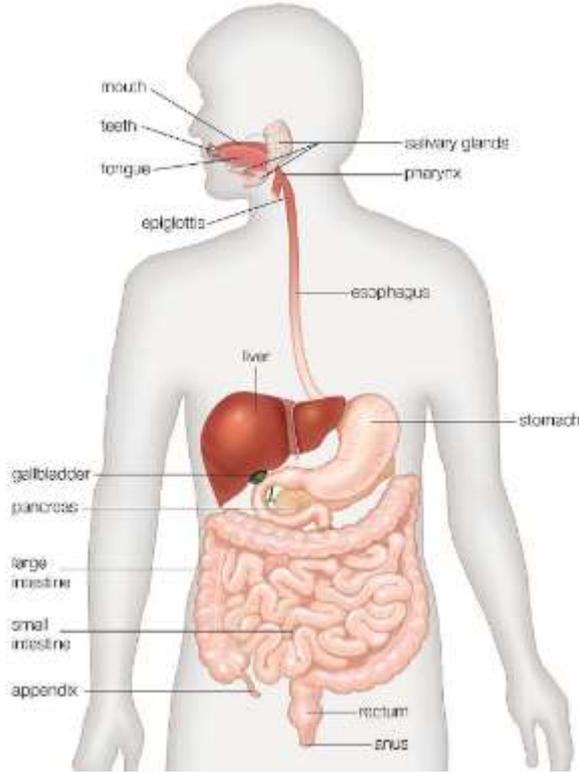
1. 生理性体位改变，胆汁、胰液分泌受阻，影响消化吸收。
2. 肠蠕动减慢——便秘

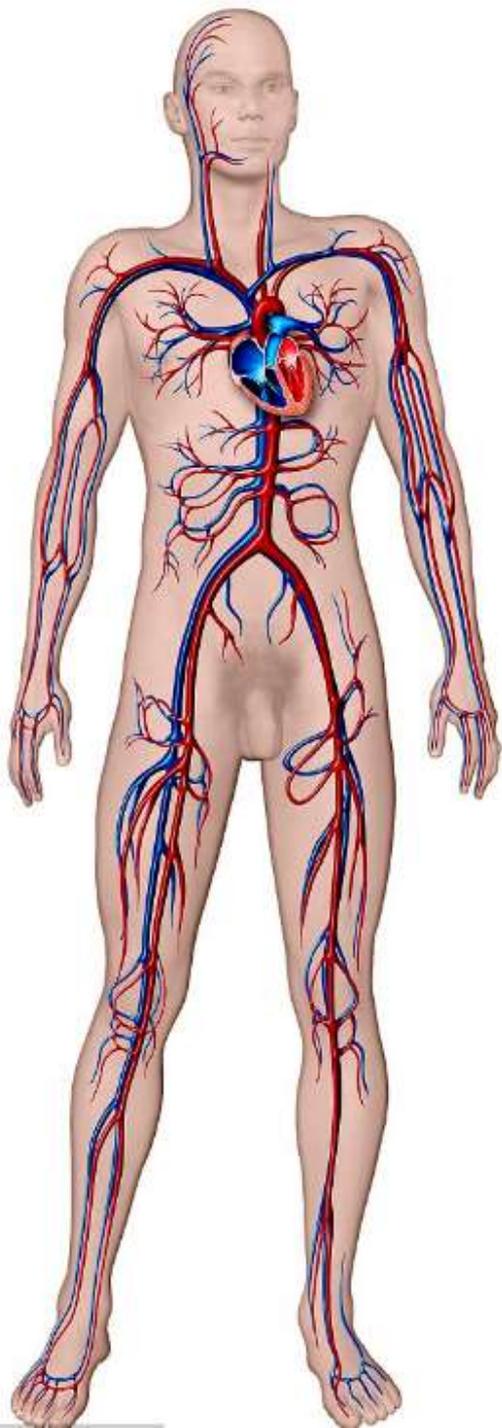


营养急剧下降



低蛋白血症、粪石





## 4.心血管系统

心脏负荷减轻 → 心脏功能废用性减退。

血液循减慢 → 下肢静脉瓣废用性萎缩、下肢深静脉血栓形成。

### 下肢静脉回流受阻



## 5. 骨骼系统

- 缺乏重力作用



脱钙



骨质疏松



病理性骨折



## 6.肌肉及关节

- 肌肉废用性萎缩
- 关节硬化
- 芭蕾舞足



## 7. 神经系统

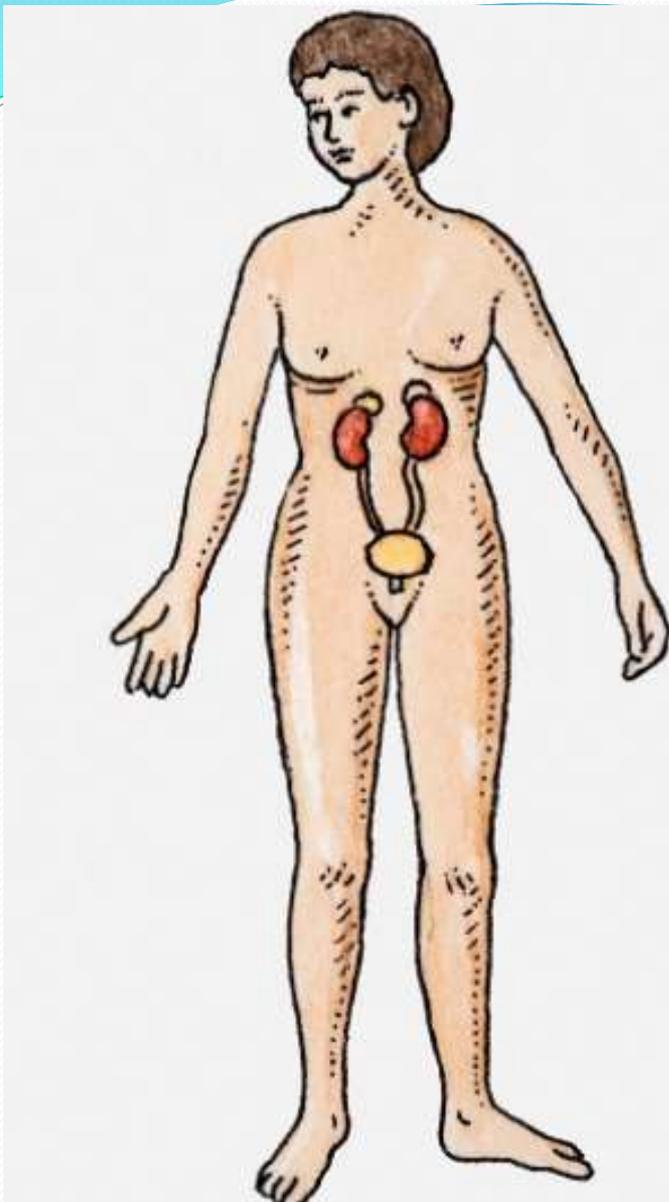
- 长期卧床，外界刺激减少，精神萎靡，脑萎缩加剧，出现反应迟钝、记忆力下降等。

有道是：

- 不打麻将
- 不上微信
- 不各处走动
- 不唱歌跳舞
- 不参加老同学聚会



.....  
**结果就是提前进入老年痴呆！**



## 8.泌尿系统

- 会阴部不通风、潮湿，容易发生泌尿系统感染
- 尿液逆行性感染

# 长期卧床者60%死于感染 专家称只有坐起来站起来才是解决办法

来源：金羊网 作者： 发表时间： 2017-07-16 21:21

金羊网记者 张华 实习生 郑崇涛



扫描二维码 关注金羊网微信 扫描二维码 进入手机金羊网



扫码关注 金羊网微信



扫码进入 手机金羊网

## 新闻排行榜

- 1 不是玩具！这条“彩色S型公路”司机开
- 2 北京大兴野生动物园内有猛兽碰瓷？园
- 3 第一例人类换头手术真在中国成功了？专
- 4 广州地铁9号线试乘体验 年底开通试运营
- 5 第十三届中国国际儿童电影节11月19日
- 6 中国最冷小天气温跌破-33℃ 冰雪美景伤
- 7 广州地铁新一轮地铁编组设计及7个区白云
- 8 身份证进中巴交！电子身份证只技术将第
- 9 陈欧那么贵 买梦瑞德思陈欧会拍胸脯
- 10 代理费28万的青司 律所何为要赚600

# 防褥疮，关键是让卧床病人“动”起来

南方 记者 欧旭江 07-17 17:45

随着我国人口老龄化的加速，中风和其他疾病的发生导致长期卧床进而发生褥疮（压力性溃疡，也叫压疮）、肺部感染等并发症的病人大大增加；糖尿病发病率逐年上升，糖尿病足的并发症亦为数不少，给家庭、医疗单位、养老机构以及政府带来很大压力。为此，广州嘉禾益民医院与中山大学附属第一医院难愈性伤口课题组合作日前成立的“广州嘉禾压疮慢性伤口治疗中心”和“广州嘉禾中风偏瘫康复治疗中心”，将多项科研成果应用于临床实践。



## 三起来的意义

- 1. 年老患者：保存残存的功能，提高生命质量。
- 2. 青壮年患者：提高生活自理能力，回归家庭回归社会。



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)









本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)





本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)

# “三起来” 的实施与管理

## “三起来”前的评估

### 1、大评估：

1) 心、肺功能：心电图、摸脉搏、双下肢有无水肿等。

2) 全身关节的评估：髋关节，膝关节等

3) 消化系统的评估

4) 神经系统评估

第一次坐起来的评估由医-护-护共同完成。



## “三起来” 的实施：动起来





## 病情介绍

谭某，60岁，因两月前车祸致颅脑出血，到某脑科医院行手术治疗，术后入住ICU期间发生骶尾压疮及左足趾皮肤破溃，为求进一步治疗收入中心。入院时生命体征不平稳，气管切开，带鼻肠管及深静脉插管。存在肺部感染、低蛋白血症、中度贫血。

## “三起来” 的实施



### 问题一：生命体征不平稳

对策：

1. 间断监测生命体征及血氧饱和度
2. 卧波浪床——解决持续压力问题
3. 指导家属在床上给患者做肢体的被动运动——解决肌肉萎缩、关节硬化的问题。
4. 在床上练习坐起来，先从30度开始逐渐增加。——安全

## “三起来” 的实施



### 问题二：肺部感染（患者无力咳嗽）

- 对策：
- 1.坐波浪床——安全，方便拍背排痰
- 2.雾化吸入，稀释痰液
- 3.根据患者的情况给予电动吸痰。
- 4.做好气管切开护理。
- 5.指导患者家属推挤膈肌协助排痰。
- 6.坐起来后逐步拔除气管套管

## “三起来” 的实施：站起来



### 问题三：误吸问题

- 对策：
- 1. 由坐波浪床过渡到站立床，锻炼患者全身的肌肉。
- 2. 拔除鼻肠管，使用胃管鼻饲。
- 3. 在站立床时鼻饲流质饮食，少量多餐，每次量控制在150ml.



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)

## “三起来” 的实施：坐起来



# “三起来” 康复工具优缺点

## 波浪床原理及适用对象

原理：压力的改变。把持续压力转变间歇性压力，12次/min.

适用于病重，生命体征不稳定的患者。

- 优点：
  - A. 当病人危重时可有效的预防压疮发生，而对已发生的压疮可以“腾”出来。
  - B. 全身微动波按摩（24小时动态按摩）
  - C. 晚上也在进行按摩治疗
  - D. 坐波浪床大腿、臀部电动机械抬举按摩
- 不足：
  - A. 仍然没有离开病床，康复按摩护理量不强
  - B. 价格比较贵

- 骑跨椅
- 优点：
  - A. 离开病床、离开病房对各系统都有康复作用
  - B. 是长期卧床患者并严重压疮康复治疗的主要工具
  - C. 价格适当、效果确切、应用实际，可在家庭和广大的基层医院推广应用
- 不足：
  - A. 耗费人力比较多，没有电动附件
  - B. 比较重不能折叠，长途运输有困难

- 电动站立床
- 优点：
  - A. 可以从0度到90度任意调节，满足长期卧床患者康复各个阶段的需求
  - B. 可在站立床上进行上肢的功能训练
  - C. 在30度-50度期间可进行双膝交替运动，有许多益处
- 不足：
  - A. 不能移动行走
  - B. 需要专门人力在旁看护和指导

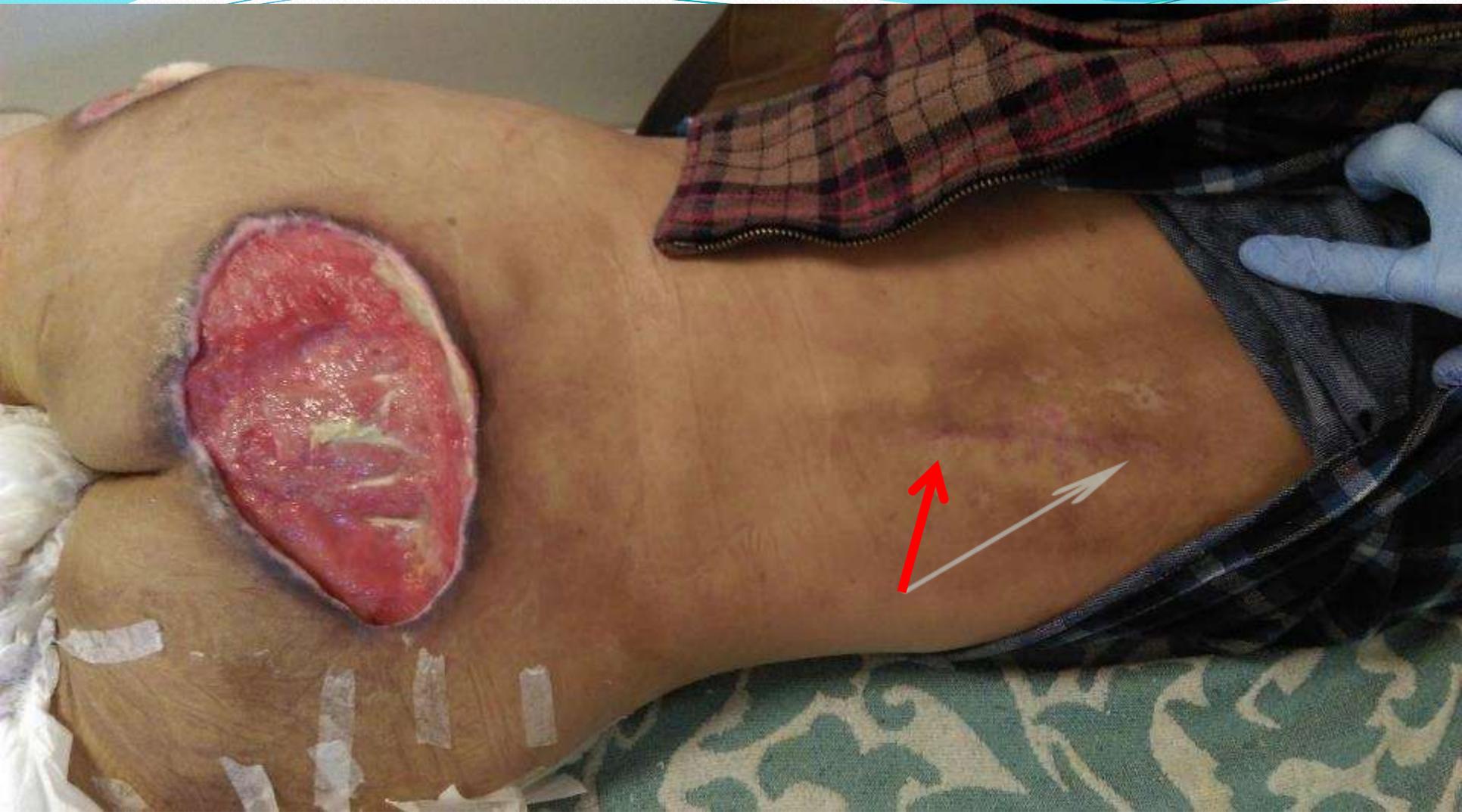


## 站立轮椅

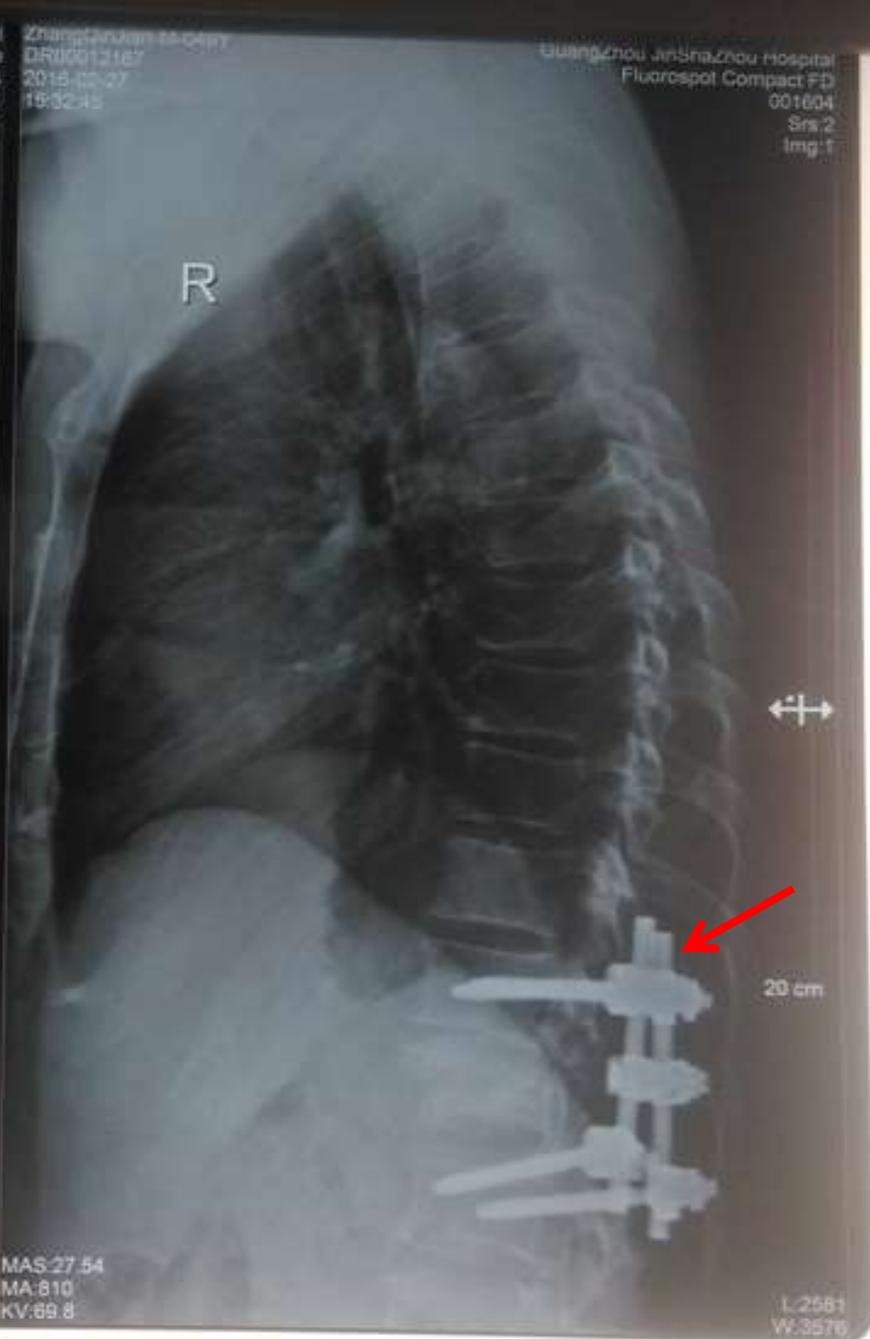
- 可以外出活动

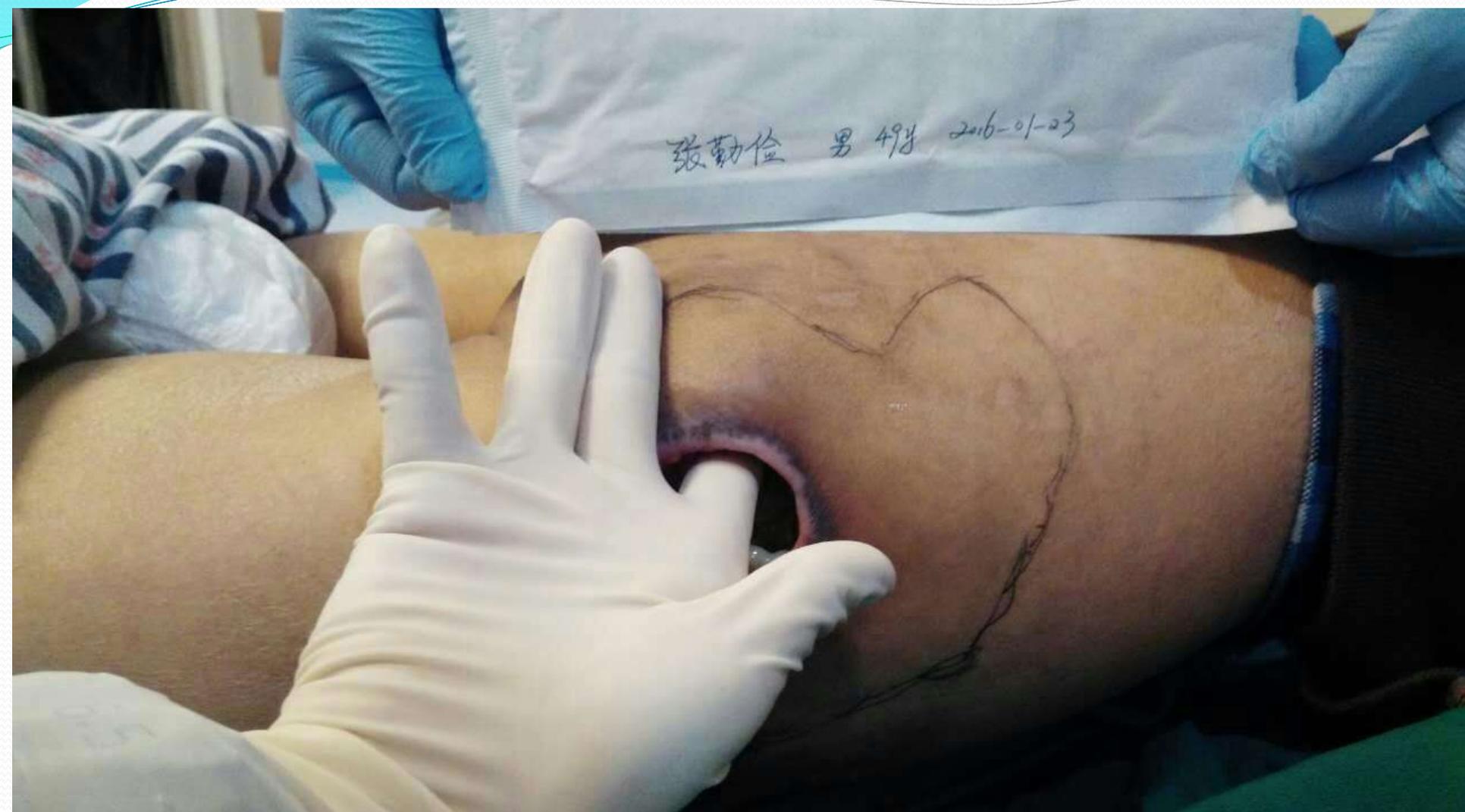


张某，男，49岁，在2015年10月发生车祸致胸9骨折后卧床一月余后并发全身多处压疮，于2016-1-23收入院。



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



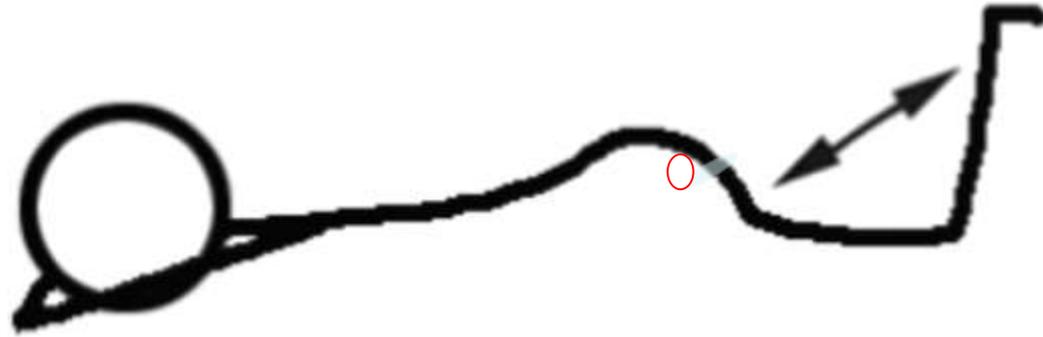


## “三起来”的目标与实施

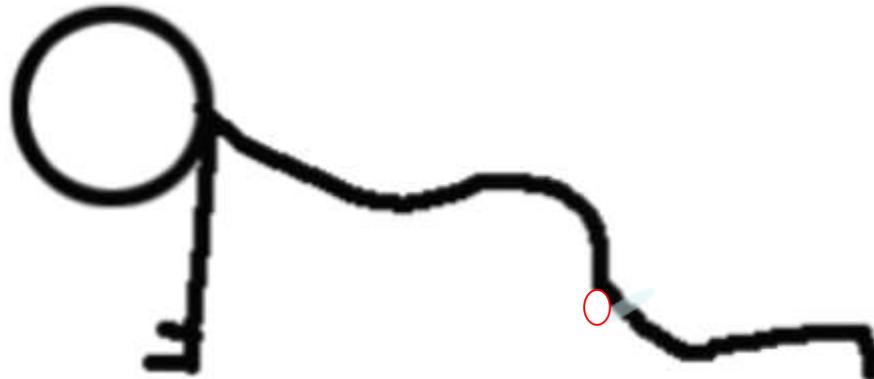
- 目标：提高生活自理能力，回归社会
- 实施步骤：
  - 1. 动起来：波浪床、**五步法**、踏步机
  - 2. 坐起来：坐波浪床、坐骑跨椅、跪坐轮椅
  - 3. 站起来：站立床、站立轮椅

# 截瘫治疗五步法

俯卧位



做俯卧撑



## 跪爬



## 跪坐





本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)









## 长期卧床患者“三起来”最大困难

1. 风险把控：体位性低血压；
2. 工具：波浪床、骑跨椅、站立床、踏步机等
3. 康复训练的方法：大运动康复（臂跑操、五步法）
3. 康复训练团队：医生-护士-护理员（家属、陪人）
4. 工作量增加
5. 缺乏社会支持系统

# 培训康复护理人员



## 利用家属资源



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)

## 抓落实



## 康复训练区—集中管理



# 长期卧床“三起来”

## 病例分享



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)





林某，女，28岁，在2015年10月发生车祸致第5颈椎骨折后入住ICU抢救并发骶位压疮，一直在外院治疗效果欠佳，于2016-5-27收入院。

本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)



本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)







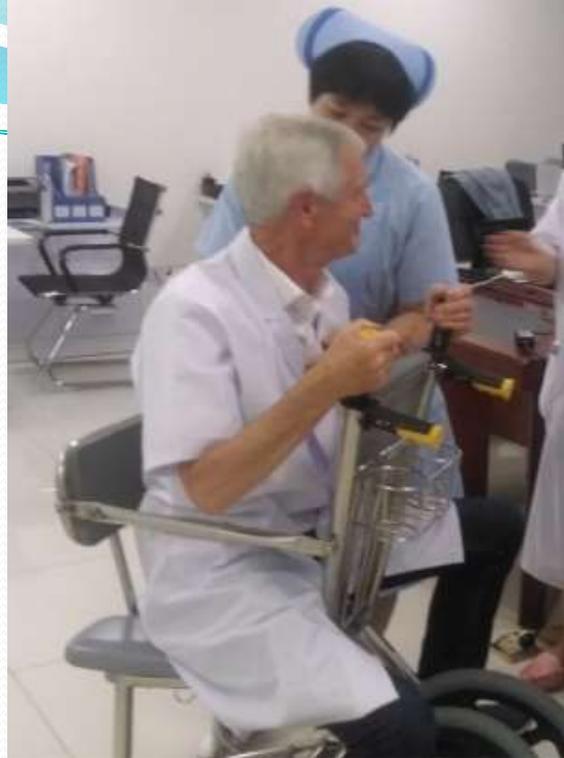






本课件仅供老年人伤口治疗网 (PUOLDER.COM)





The wound care center.GD  
广东压疮慢性伤口  
治疗中心





感谢聆听!

