

家属参与的院外跟踪护理对认知障碍患者的影响

黄亚莉

延安大学咸阳医院 陕西 咸阳 712000

【摘要】目的：分析家属参与的院外跟踪护理，对认知障碍患者的影响以及实际价值。**方法：**以 2025 年 1 月至 2026 年 1 月为研究区间，选择其中临床收治 56 名认知障碍患者为研究对象。利用随机数字表为分配原则，将其分为两个独立小组，各为 28 名。针对对照组实施常规院外护理，观察组则实施以家属参与的院外跟踪护理。比较两组患者在干预后的认知功能、自理能力。**结果：**在认知功能方面（中文版蒙特利尔认知评估量表），观察组干预后结果分值显著高于对照组，数据具备统计学差异（ $P<0.05$ ）；同时，相对比对照组而言，观察组患者在干预后的生活自理能力显著更佳（ $P<0.05$ ）。**结论：**在认知障碍患者的院外跟踪护理中，家属参与能够有效改善患者的认知障碍，同时提升其自身的生活自理能力。

【关键词】 认知障碍；家属参与；院外跟踪护理；价值

随着当前社会人口老龄化进程的不断加快，临床认知障碍患者的数量持续上升，其院外康复与生活照护面临严峻挑战。其中，家属作为患者最主要的社会支持来源，在院外跟踪护理中承担着观察、协助与情感联结的关键角色^[1]。然而，实际的护理实践大多都集中于住院阶段，出院后家属参与的系统性干预较为薄弱。因此，为探讨家属参与的院外跟踪护理对认知功能维持、并发症预防及患者生活质量的实际影响，本文将进行相关研究，旨在为构建以家庭为中心的延续性照护模式提供实证依据与相应的参考。

1.资料方法

1.1 一般资料

以 2025 年 1 月至 2026 年 1 月为研究区间，选择其中临床收治 56 名认知障碍患者为研究对象。利用随机数字表为分配原则，将其分为两个独立小组，各为 28 名。对照组中，男/女数量为 16/12，年龄介于 45~78 岁，平均（ 57.98 ± 2.01 ）岁；另外，观察组中男/女数量为 17/11，年龄介于 43~76 岁，平均（ 56.25 ± 1.69 ）岁。经临床对两组患者的各项基线资料进行对比后发现，组间并未存在显著数据差异（ $P>0.05$ ）

1.2 方法

对照组：开展常规院外护理，包括：出院时责任护士对患者、家属进行常规的出院指导，同时发放本院制作的健康宣教手册，告知用药的注意事项及下次复诊时间。出院后每月对患者进行 1 次电话随访，了解基本情况并回答疑问，提醒患者定时复诊。

观察组：实施家属参与的院外跟踪护理，具体包括：

（1）系统性家属培训：出院前对主要照护家属进行为期 3 天的系统培训，内容包括认知训练方法、日常生活活动辅助技巧、安全防护及精神行为症状应对策略。参考汤飒飒、王敏^[2]的院外跟踪护理模式，建立“护理人员-家属-患者”三级联动机制。（2）个体化护理方案制定：根据患者认知障碍程度制定家庭康复计划，包括每日认知功能训练（30 分钟）、生活自理能力锻炼及情绪疏导。家属需记录《家庭护理日志》，详细记录患者每日认知表现、情绪状态及异常行为。（3）多维度跟踪随访：出院后建立微信群，要求家属每日上传患者训练视频；护理人员每周进行 1 次视频随访指导，每 2 周进行 1 次家庭访视，现场评估护理质量并及时调整方案。同时设立 24 小时咨询热线，随时解答家属护理难题。（4）家属心理支持：每月组织 1 次线上家属座谈会，提供心理疏导及经验分享，减轻照护负担，增强照护信心。

1.3 观察指标

（1）认知功能：采用中文版蒙特利尔认知评估量表（MoCA）评估，总分 30 分，分值越高认知功能越好。于干预前后由同一位经培训的护士在安静环境下完成测评，耗时约 10 分钟。受教育年限≤12 年者总分加 1 分校正。

（2）生活自理能力：采用功能独立性评定量表（FIM）评估，总分 126 分，分值越高独立性越强。于干预前后由康复治疗师通过观察与询问相结合的方式完成测评。

1.4 统计学分析

数据的统计分析在 SPSS 26.0 平台上执行。其中，计数资料、计量资料分别以百分比(%)、均数±标准差表示；其组间比较则相应地借助 χ^2 检验与 t 检验完成。本研究中，将 $P < 0.05$ 界定为组间差异具有统计学意义。

2.结果

2.1 两组患者干预前后认知功能分析

数据见表 1 所示。

表 1 两组患者干预前后认知功能分析（n = 28， $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	MoCA	
	干预前	干预后
对照组	18.21±2.85	21.66±3.13
观察组	17.96±2.91	25.38±2.64

t	0.156	4.786
P	0.985	<0.001

2.2 两组患者干预前后生活自理能力分析

数据见表 2 所示。

表 1 两组患者干预前后生活自理能力分析（n = 28， $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	FIM	
	干预前	干预后
对照组	53.65 ± 4.21	71.89 ± 6.12
观察组	54.02 ± 3.67	85.72 ± 7.24
t	0.265	9.658
P	0.796	<0.001

3.讨论

研究发现^[3]，认知障碍患者常伴有记忆力减退、执行功能下降及日常生活能力受损，出院后若缺乏持续干预，功能退化风险显著增加。当前临床中普遍采用的常规院外护理以电话随访与健康宣教为主，家属参与程度有限，难以满足患者长期康复的实际需求。因此，构建以家庭照护者为核心、具备系统性与连续性的院外干预模式，成为改善患者预后的关键路径。

本研究数据显示，观察组患者干预后 MoCA 评分为（25.38±2.64）分，明显高于对照组的（21.66±3.13）分（P<0.001）；同时，观察组 FIM 评分为（85.72±7.24）分，亦显著优于对照组的（71.89±6.12）分（P<0.001）。分析发现：家属经过系统培训后，能够每日为患者开展定向认知训练，从神经功能层面看，规律性的任务重复有助于激活大脑皮层的可塑性，延缓突触连接的退化进程；此外，家属在日常生活照护中鼓励患者主动参与简单事务，增强了其行为自主性与心理获得感。相较于对照组仅依赖月度电话随访，观察组中家属每日记录护理日志并接受视频指导，形成了高频、双向的信息反馈机制，从而更有效地促进了认知与自理能力的同步提升。

综上所述，引入家属参与并建立结构化的院外跟踪护理体系，能够显著改善认知障碍患者的认知状态与生活自理水平。该模式操作性强、资源依赖度低，适宜在社区及基层医疗单位推广。

参考文献：

[1] 王媛媛,孙超,赵俊颖. 家属参与的院外跟踪护理对认知障碍患者生活自理的影响[J]. 中

外医学研究,2025,23(30):90-94.

[2] 汤飒飒. 院外跟踪护理对肺结核合并糖尿病患者自我管理水平的的影响研究[J]. 母婴世界,2021(25):192.

[3] 王雨豪,李金,何欢,等. 轻度认知障碍患者护理干预现状的证据图谱分析[J]. 中华现代护理杂志,2026,32(2):193-201.