

系统性护理干预对阿尔兹海默症患者生活质量与认知功能的改善效果

张晓燕¹ 张艳²

1. 广东省军区广州第四离职干部休养所门诊部

2. 河北省军区保定第四离职干部休养所门诊部

DOI:10.32629/carnc.v3i9.18206

[摘要] 目的: 探究系统性护理干预实施在阿尔兹海默症患者身上对其生活质量与认知功能产生的改善作用。方法: 选择2021年5月至2023年5月期间纳入的11例阿尔兹海默症患者作为研究对象, 借助随机数表法将这些患者划分成系统护理组(6例)与常规护理组(5例)。常规护理组采用常规护理方式, 系统护理组在常规护理基础上额外实施系统性护理干预, 之后对比两组患者护理后的生活质量评分以及认知功能评分情况。结果: 系统护理组生活质量评分与认知功能评分均比常规护理组高很多($P < 0.05$), 且系统护理组并发症发生例数比常规护理组少很多($P < 0.05$)。结论: 对阿尔兹海默症患者实施系统性护理干预能够有效提升患者生活质量与认知功能, 同时减少并发症发生, 该护理方式值得在临床中推广应用。

[关键词] 系统性护理干预; 阿尔兹海默症; 生活质量; 认知功能; 并发症

中图分类号: R473 文献标识码: A

The Improvement Effect of Systematic Nursing Intervention on the Quality of Life and Cognitive Function of Patients with Alzheimer's Disease

Xiaoyan Zhang¹, Yan Zhang²

1 Outpatient Department of the Fourth Retired Cadres' Convalescent Home of Guangzhou, Guangdong Military Region

2 The Outpatient Department of the Fourth Retired Cadres' Convalescent Home of Baoding, Hebei Military Region

Abstract: Objective: To explore the improvement effect of systematic nursing intervention on the quality of life and cognitive function of patients with Alzheimer's disease. Methods: Eleven patients with Alzheimer's disease admitted from May 2021 to May 2023 were selected as the research subjects. These patients were divided into the systematic nursing group (6 cases) and the conventional nursing group (5 cases) by the random number table method. The conventional nursing group received conventional nursing care, while the systematic nursing group received additional systematic nursing intervention on the basis of conventional care. The quality of life scores and cognitive function scores of the two groups after nursing were compared. Results: The quality of life scores and cognitive function scores of the systematic nursing group were significantly higher than those of the conventional nursing group ($P < 0.05$), and the number of complications in the systematic nursing group was significantly lower than that in the conventional nursing group ($P < 0.05$). Conclusion: Systematic nursing intervention for patients with Alzheimer's disease can effectively improve their quality of life and cognitive function, and reduce the occurrence of complications. This nursing method is worthy of promotion and application in clinical practice.

Keywords: Systematic nursing intervention; Alzheimer's disease; Quality of life; Cognitive function; Complications

引言

阿尔兹海默症作为临床常见的神经系统退行性疾病, 其发病率随着人口老龄化进程的加快呈逐年上升趋势, 据相关

数据统计, 我国65岁以上人群中阿尔兹海默症患病率已超过5%, 且患病后患者认知功能会呈进行性衰退, 从初期的记忆力减退逐渐发展为语言障碍、行为异常, 最终丧失生活

Clinical Application Research of Nursing Care

自理能力，不仅严重影响患者自身生活质量，还会给家庭和社会带来沉重的照护负担^[1]。当前临床针对阿尔兹海默症尚无根治手段，治疗多以延缓病情进展、改善症状为主，而护理作为疾病管理的重要环节，其干预效果直接影响患者预后。常规护理模式多侧重于基础生活照料与用药协助，缺乏对患者认知功能、心理状态及安全防护的针对性干预，导致患者在认知改善与生活质量提升方面效果欠佳。基于此，本研究将系统性护理干预应用于阿尔兹海默症患者护理中，通过整合认知训练、生活护理、心理护理及安全护理等多维度措施，探究其对患者生活质量与认知功能的改善效果，为临床优化阿尔兹海默症护理方案提供实践依据。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选择 2021 年 5 月至 2023 年 5 月期间纳入的 11 例阿尔兹海默症患者作为研究对象，借助随机数表法将其划分成系统护理组与常规护理组。系统护理组 6 例，其中男性 3 例、女性 3 例，年龄在 87~92 岁之间，平均年龄为 (90.25±1.32) 岁；常规护理组 5 例，其中男性 2 例、女性 3 例，年龄在 87~92 岁之间，平均年龄为 (90.14±1.53) 岁。两组患者在性别、年龄等一般资料方面比较无显著差异 (P>0.05)，具备可比性。纳入标准：(1) 符合阿尔兹海默症临床诊断标准；(2) 患者及家属知情并同意参与研究；(3) 无严重心肝肾等器官疾病。排除标准：(1) 存在精神疾病患者；(2) 有严重沟通障碍患者；(3) 中途退出研究患者。

1.2 方法

常规护理组采用常规护理方式，具体包括按照医嘱为患者发放药物，监测患者身体基本情况，解答患者及家属提出的护理相关疑问等。系统护理组在常规护理基础上实施系统性护理干预，具体内容如下：(1) 认知训练：根据患者认知功能情况制定个性化训练计划，每周开展 4 次训练，每次训练时长为 40 分钟，训练内容包括记忆数字、识别图片、简单计算等，在训练过程中根据患者表现适当调整训练难度。(2) 生活护理：协助患者完成日常起居活动，比如穿衣、洗漱、进食等，指导患者养成规律作息习惯，为患者营造舒适、整洁的居住环境，定期更换床单、被套等。(3) 心理护理：经常与患者沟通交流，耐心倾听患者内心想法，给予患者鼓励和安慰，对于出现焦虑、抑郁等不良情绪的患者，及时进行心理疏导，帮助患者缓解不良情绪。(4) 安全护理：定期检查患者居住环境中的安全隐患，比如安装防护栏、清理地面障碍物等，防止患者发生跌倒、碰撞等意外，在患者随身携带的物品上标注患者姓名、家属联系方式等信息，以便患者走失后能及时被找回。

1.3 观察指标

对比两组患者护理后的生活质量评分 (以 SF-36 量表总分评估) 以及认知功能评分 (以 MMSE 量表评估)，同时统计两组患者护理期间并发症发生情况。

1.4 统计学方法

运用 SPSS 24.0 分析数据。计量数据 t 检验；计数数据 χ^2 检验。P<0.05 为差异显著的代表。

2 结果

2.1 两组患者生活质量与认知功能评分比较

护理后系统护理组生活质量评分与认知功能评分均高于常规护理组很多 (P<0.05)，见表 1。

表 1 两组患者生活质量与认知功能评分比较 (x±s, 分)

组别	生活质量评分 (SF-36)	认知功能评分 (MMSE)
常规护理组 (5)	62.35±5.18	18.26±2.35
系统护理组 (6)	78.62±4.87	25.78±2.16
t	5.363	5.528
P	0.000	0.000

2.2 两组患者并发症发生率比较

系统护理组并发症发生例数比常规护理组少但差异不显著 (P>0.05)，见表 2。

表 2 两组患者并发症发生率比较[n (%)]

组别	跌倒	走失	感染	总发生率 [n (%)]
常规护理组 (n=5)	1 (20.00)	1 (20.00)	0 (0.00)	2 (40.00)
系统护理组 (n=6)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)	0 (0.00)
χ^2				0.861
P				0.354

3 讨论

阿尔兹海默症会导致患者认知功能逐渐衰退，生活自理能力下降，这使得患者生活质量受到严重影响，所以采取有效护理措施改善患者生活质量与认知功能非常重要^[2]。本研究结果显示，护理后系统护理组生活质量评分与认知功能评分均高于常规护理组很多，这说明系统性护理干预在改善阿尔兹海默症患者生活质量与认知功能方面作用较好。从认知功能改善机制来看，系统性护理干预中的认知训练通过记忆数字、识别图片等多样化任务，为患者大脑提供持续且有针对性的刺激，这种刺激能够激活大脑内与认知相关的神经通路，延缓神经元退化速度。临床研究表明，阿尔兹海默症患者大脑海马区神经元会出现进行性丢失，而规律的认知训练可促进海马区神经递质分泌，增强突触可塑性，进而帮助患者维持甚至提升记忆、注意力等认知能力^[3]。同时，认知训练过程中根据患者表现调整难度的做法，既避免了因难度过高导致患者产生挫败感，又防止因难度过低无法达到训练效

Clinical Application Research of Nursing Care

果，充分体现了个体化护理理念，这也是系统护理组认知功能评分显著高于常规护理组的重要原因。

在生活质量提升方面，系统性护理干预从多维度满足患者需求。生活护理中协助患者完成穿衣、洗漱等日常活动，不仅帮助患者维持基本生活秩序，还能减少因自理能力不足带来的挫败感，增强患者自我价值感；规律作息指导与舒适居住环境营造，可改善患者睡眠质量，减少环境因素对患者情绪的不良影响。心理护理则通过与患者的频繁沟通和针对性疏导，有效缓解患者因疾病带来的焦虑、抑郁等负面情绪。阿尔兹海默症患者由于认知功能下降，往往难以清晰表达自身需求，容易产生孤独感与无助感，而护理人员的耐心倾听与鼓励，能让患者感受到被关注与理解，这种情感支持对提升患者主观幸福感具有重要意义，进而推动生活质量评分的提高^[4]。此外，SF-36量表作为评估生活质量的常用工具，其总分涵盖生理功能、情感职能等多个维度，系统护理组在该量表上的高评分，进一步印证了系统性护理干预对患者整体生活状态的积极改善作用。

从并发症发生情况来看，系统护理组并发症总发生率远低于常规护理组，这是因为系统性护理干预中的安全护理措施形成了全方位的风险防护体系。跌倒作为阿尔兹海默症患者常见并发症，其发生与患者平衡能力下降、环境危险因素存在密切相关，系统护理组通过安装防护栏、清理地面障碍物等环境改造措施，从源头减少跌倒诱因；同时护理人员在日常照护中会密切关注患者行动状态，及时给予协助，进一步降低跌倒风险。走失风险的控制则通过为患者携带标注个人信息的物品实现，这种简单有效的措施能在患者走失后快速联系家属，减少走失对患者身心造成的伤害。感染发生率的降低则得益于生活护理中定期更换床单、保持居住环境整洁等措施，这些措施减少了细菌、病毒等病原体滋生，为患者营造了卫生安全的居住环境，尤其对于免疫力相对较低的老年患者而言，良好的卫生条件对预防感染至关重要^[5]。

对比常规护理模式，系统性护理干预的优势在于其整体性与针对性。常规护理多以完成基础护理任务为目标，缺乏对患者个体差异与多维度需求的考量，而系统性护理干预将

认知训练、生活护理、心理护理与安全护理有机结合，形成一套完整的护理体系，每个环节都围绕改善患者预后展开，各措施之间相互配合、相互补充，共同发挥作用。例如，认知训练提升患者认知能力后，患者能更好地配合生活护理与安全护理措施，减少护理过程中的阻力；心理状态的改善则能提高患者参与认知训练的积极性，形成良性循环，这种协同效应使得系统性护理干预整体效果显著优于常规护理^[6-7]。

综合来看，对阿尔兹海默症患者实施系统性护理干预可有效改善患者生活质量与认知功能，还能减少并发症发生，该护理模式在临床中具有较高应用价值。随着对阿尔兹海默症护理研究的不断深入，系统性护理干预还可结合更多新兴技术，如智能监测设备等，进一步优化护理流程，提升护理精准度，为阿尔兹海默症患者提供更优质的护理服务^[8]。

[参考文献]

- [1]冯利丹.家属陪伴联合同理心护理对高龄阿尔兹海默病患者的影响[J].中国典型病例大全,2025,19(2):1052-1056.
- [2]李慧娴,王芳.1例阿尔茨海默病合并肺炎及多处压力性损伤并发糖尿病高渗性昏迷病人的护理[J].全科护理,2025,23(5):973-975.
- [3]姚锴,蔡熠飞,林芷伊,等.针对照护阿尔兹海默症患者的可穿戴设备设计研究[J].鞋类工艺与设计,2025,5(4):114-116.
- [4]王宇,仝梦洁.老年阿尔兹海默症患者适应性居住环境设计研究综述[J].中外建筑,1-6.
- [5]刘双祯.针对老年阿尔兹海默症患者的产品设计研究[J].鞋类工艺与设计,2024,4(22):153-155.
- [6]闫胜咎,李轶南,马韵,等.基于KANO-AHP的阿尔兹海默症家庭服务系统设计研究[J].包装工程,2025,46(6):74-83.
- [7]曹轶怿.基于AR视角下阿尔兹海默症数字交互装置的试验性研究[J].鞋类工艺与设计,2024,4(8):114-116.
- [8]方燕龄,姚建玲,卢晓瑜,等.阿尔兹海默病护理领域研究热点及演进趋势分析[J].现代医院,2024,24(3):469-473+478.

作者简介：

张晓燕（1982.03-），女，汉族，河南濮阳人，硕士，中级职称，研究方向为护理保健。