

APP平台助力中老年人常见病康复训练的途径分析

延新状 褚家路* 李天伟

北京科技大学天津学院

DOI:10.12238/deitar.v1i2.6449

[摘要] 随着人口老龄化问题日益加剧,中老年人被常见病所困扰的现象愈发普遍,使得居家远程医疗服务需求日益攀升。通过构建针对中老年人常见病的康复训练服务平台,将传统的线下常见病治疗转型为“线上+线下”混合模式,融合多元康复训练资源,使居家远程医疗成为可能。中老年人常见病训练平台有助于缓解中老年人的疾病疼痛,提升居家康复训练的针对性与治疗有效性,有助于解决体弱中老年人“出门就医难”的现实医疗困境。

[关键词] 中老年人常见病; 康复训练; APP平台

中图分类号: R153.3 **文献标识码:** A

Analysis of the Approaches of APP Platform to Promote Rehabilitation Training of Common Diseases for Middle-aged and Elderly People

Xinzhuang Yan Jialu Chu* Tianwei Li

Tianjin College, University of Science and Technology Beijing

[Abstract] With the increasing aging of the population, the phenomenon of middle-aged and elderly people suffering from common diseases is becoming more and more common, and the demand for home telemedicine services is rising. By building a service platform for rehabilitation training of common diseases for middle-aged and elderly people, the traditional offline treatment of common diseases will be transformed into a mixed mode of "online + offline", and multiple rehabilitation training resources will be integrated to make home telemedicine possible. The training platform for common diseases of middle-aged and elderly people can help alleviate the disease pain of middle-aged and elderly people, improve the pertinence and treatment effectiveness of home rehabilitation training, and help solve the practical medical dilemma of "difficult to go out for medical treatment" of frail and elderly people.

[Key words] Common diseases among middle-aged and elderly people; Rehabilitation training; APP platform

引言

在数字化时代背景下,社会公共服务与APP应用平台紧密结合,居家医疗也不例外,逐渐步入了创新的“远程康复治疗训练”的时代。中老年常见病患者饱受疾病困扰、体弱行动不便限制了中老年人的线下就医机会,因此,对于居家康复训练APP的需求明显增加。中老年人常见病康复训练平台借助创新性应用程序搭建垂直且完备的在线康复训练与指导平台,为老年人提供便利的远程康复训练服务。平台提供了多元化的常见病康复训练数字课程资源,包括针对不同常见病的视频课程、音频课程和图文教程。同时,配备丰富的互动督学工具记录康复训练进展并完成训练打卡,旨在借助平台专业的康复治疗师及康复训练知识,为中老年患者提供专业且优质的康复训练服务。借助APP平台用户能够实现与专业医师的实时交流,获取科学康复训练建议,实现更出色的疗效。多维度的专业技术的支持与平台机制

的设置有助于居家康复训练APP平台的完善建立、多元服务供应及服务质量的提升。

1 中老年常见病康复训练APP的可行性及必要性

在传统的医疗机构中,若遇到老年患者仅通过线下方式难以解决或达到最优化的看诊效果问题时,可以利用互联网手段从而为中老年患者提供必要的线上居家智慧医疗帮助。运用线上诊疗互动的方式对线下工作进行辅助与监督,并且对其中的不足之处加以有效的弥补^[1]。中老年常见病康复训练APP在政策的支持下推进。随着人口老龄化的快速发展,国家已经将老龄化问题特别是养老服务供给作为每年重点民生实事工作^[2]。2022年11月国家卫健委发布《“十四五”全民健康信息化规划》将深化“互联网+医疗健康”服务体系作为“十四五”期间八大主要任务之一。在政策的支持下,数字化诊疗技术快速发展,其临床价值也逐渐受到患者的认可。

中老年常见病康复训练APP能够加快病床周转,有效减轻医院负担。在患者住院治疗的情况下,医院康复科虽然受到重视,但由于康复周期过长等原因导致康复科床位周转率低^[3]。医保部门和健康管理部要求医院加快周转,康复训练APP在符合国家政策要求下,为患者提供了更加良好的居家医疗与康复训练服务。医院受到对患者时间分配与资源利用饱和度的限制以及中老年常见病身体条件的限制,线下康复训练有时并不能及时有效的进行,所以作为医院更需要为患者提供在线康复训练APP平台,患者可以结合平台内已设置的不同中老年人常见病的康复训练模块资源及与医师间的病情诊疗与康复训练计划建议,康复治疗医师能够随时监控患者锻炼和康复的情况,及时对患者提出规范化的指导。同时患者可以随时提出相应的问题,以获取康复指导答疑信息,从而了解康复训练的具体实施方式,包括训练内容、进度安排和锻炼强度等细节内容,以优化医疗资源利用率和医疗成本。

中老年人常见病康复训练APP为患者提供更加快捷、高效的服务。在目前快节奏的时代,患者无需到医院接受康复训练,通过互联网就可以享受到专业的康复服务,为行动不便的患者提供有效渠道。APP如同随身的私人康复师,时刻关注患者的病情,为患者制定个性化的康复方案。在APP的帮助下,康复过程变得更加便捷、高效。患者可以随时随地接受康复训练,不再受时间和地点的限制。此外,互联网康复训练APP还具备强大的数据分析功能,能够实时记录患者的康复进度,为医护人员提供第一手的治疗依据。APP还重视患者的隐私保护,同时确保患者的个人信息安全,也为患者和医护人员提供了一个沟通的桥梁。传统的认知干预常常会使患者在面对陌生人时自尊心受创,产生更多心理问题^[4]。患者可以在APP上分享自己的康复心得,医护人员也可以随时为患者解答疑惑,提供心理支持,为患者提供充足的精神保障。同时康复训练APP平台借助互联网手段保证了康复服务的持续性,让体弱的中老年患者在发病期间能够得到线上智慧医疗的即时诊疗与训练方案以缓解病情,减少外界不必要的接触,从而避免交叉感染的风险,为患者提供来自专业人士的指导进行居家康复或预防措施,确保患者的安全与健康。

在未来医疗康复领域,中老年人常见病康复训练APP平台有望成为一股现代智慧医疗发展的新路径,通过线上线下结合的智慧康复训练方式能够使患者在享受高品质康复治疗服务。互联网康复训练APP具有专业性、便捷性和个性化优势不仅解决了医疗资源紧张的问题,更让患者和家庭在时间和安全问题上得到了改善。通过APP远程康复平台,患者可以在家中得到专业的康复训练,持续性更高,同时避免了盲目跟从治疗方案和错误训练的风险。患者可以通过APP平台,享受到专业、个性化的康复指导,从而提高生活质量。在远程智慧康复医疗的多元技术的推动下,能够使更多中老年人常见病患者和家庭受益。

2 多元技术支持中老年人常见病康复训练APP建设

2.1 先进的视频通信技术

医疗专业人士可通过远程系统的视频方式指导中老年人常见病患者使用康复设备进行康复^[5]。借助创新性的医疗服务中,医疗专业人士充分利用视频会议和远程会诊的优势,在APP平台实现与患者面对面的诊疗与交流,同时,医生会在APP后台时刻关注并监督患者的康复进展。在医生的指导下,患者能够更有针对性地进行康复训练。这不仅能让患者在家中享受到高质量的康复治疗,还能在医生的指导下调整并提高康复效果。

2.2 多元移动应用功能设置

运用多元化的移动应用平台,为用户提供个性化康复训练计划、康复教育资源、教学影片以及实时训练进度跟踪系统,助力中老年患者居家康复训练。在应用程序中,根据患者患病的具体情况和需求,为其量身定制康复计划,并提供相应的教育资料 and 教学视频支持,使整个流程更加科学、高效,提升每个环节的精准性和效果。同时,应用程序还具备进度跟踪功能,让患者可以随时了解自己的康复进度,完成每日康复训练任务以达到优良的预期效果。此外,APP平台积极与康复专家和机构合作,不断更新和完善APP平台上针对不同中老年人常见病的康复训练资源,以此保证患者能够得到最高质量且精准的康复治疗。通过移动应用,患者可以在家中就轻松获得多元的专业康复训练资源,为患者的远程康复训练助力。

2.3 应用程序远程监测与传感器技术

借助传感器和监测设备,通过应用程序提供的远程康复训练服务,可以实时跟踪中老年患者的生理指标和康复进程。在相关软件的协助下,实现对患者健康数据的感知、记录、分析和处理,并将这些数据及时传输给医疗专业人士进行评估。此种方法不仅有助于提升康复效果,还能够为患者提供更加精确的康复方案。另外,应用还提供了数据可视化功能,让患者可以直观地看到自己的康复进展,进而有效地激励患者持之以恒地进行康复训练,以期取得更好的康复效果。通过应用程序远程监测与传感器技术的结合,康复过程变得更加智能化和高效化,这样既能让患者在接受专业康复治疗的同时,也能精确地掌握自身的健康状况,提升康复训练的针对性与效率。

3 平台机制设置保证康复训练有效性

3.1 竞争和积分奖励机制

为进一步提高中老年患者使用远程康复训练应用程序的积极性,中老年常见病远程康复训练应用程序可以通过进行每日训练打卡获得设定的奖励积分,中老年患者用户积分兑换生活用品以及病友间康复训练进度共享等竞争与督促机制来进一步激发患者使用APP进行康复训练的积极性,让患者更有意向与激情投入康复训练。

3.2 传统与数字化相结合的康复管理模式

在远程康复训练服务领域,APP不仅运用高科技手段为患者量身定制线上辅助康复训练方案,同时还提供实时远程后台监控,确保训练进度。为全方位关爱患者的康复进程,APP康复训练平台融合了传统电话咨询和短信提醒方式,提醒患者不要遗漏或错过关键的康复训练环节及时间。此种结合传统

方式与数字化服务的康复管理模式体现了智慧康复训练的灵活性与效度,有助于为患者提供更完善的服务,达到更好的康复训练效果。通过传统与现代相结合的康复管理模式,使康复训练效果得以最大化,患者用户也能够更好地遵循康复计划缓解疾病痛苦。

3.3 实时调整与更新康复训练方案

中老年常见病远程康复训练借助APP平台提供及时、高效、量身定制的康复方案,在平台中针对不同的中老年常见病如失眠、颈椎病、高血压、糖尿病、中风等疾病设置了独立的模块,点击模块便可获得该常见病阶段性的居家康复训练方案。针对不同中老年患者用户的线上训练完成情况及效果,通过APP实现即时的反馈并实时调整与更新康复训练方案,将有助于患者的康复治疗效果提升。对于患者用户训练方案的实时更新设置,充分考虑了中老年患者在康复训练过程中产生的各种病情变化,确保了智慧康复训练服务的持续有效性,降低患者因持续采用不合适的训练方式而导致病情加重风险。

3.4 医疗数据共享与管理

借助康复训练APP平台为医疗数据的共享与管理建立有效渠道。在传统医疗模式中,中老年常见病患者的就诊信息、病历资料等繁多且零散,双方信息交流之间存在障碍,导致医生诊断可能会面临诸多困难,而APP平台的应用使其得到有效解决。借助APP平台,中老年常见病患者的医疗数据得以集中存储在云端服务器上,实现数据的无缝共享与管理。对于行动不便的中老年患者,通过云端便能够查询自己的中老年常见病病例和诊断结果,了解病情变化,并实时共享智慧诊疗数据与康复训练建议。

4 结语

随着居家医疗的普及与康复训练辅助支持系统的开发,中

老年人常见病的居家医疗与康复训练变得高效且可行。通过建立线上平台,提供专业康复训练方案的教育和指导、患者健康监测、在线沟通咨询等功能,为患者提供更多的康复支持和便利^[6]。而便捷性优势不仅解决了线下医疗资源紧张与中老年人行动不便的问题,更让患者和家庭在时间和经济压力上得到了一定的缓解。通过APP远程康复训练平台,中老年常见病患者可以在家中接受专业的康复训练,借助专业的康复训练方案与立体化教程,既保证了持续性和专业性,又降低了康复训练中的盲目性和错误操作带来的健康风险,达到良好的康复训练成效。

[项目基金]

北京科技大学天津学院大学生创新创业训练计划项目“中老年人常见病康复训练辅助系统的设计与实现”(项目编号:202313898057)。

[参考文献]

- [1]王慧.互联网+康复医疗的新模式探究[J].临床医药文献电子杂志,2017,4(22):4341.
- [2]闫慈.智慧社区建设背景下的文化养老[J].家庭科技,2022,(05):41-43.
- [3]杨仕可,何慧婷,涂诗格.关于“互联网+康复治疗”平台构建的可行性研究[J].互联网周刊,2022,(22):48-51.
- [4]李节惠,李冬霞,周明超.移动互联网应用程序在康复领域的应用[J].康复学报,2023,33(02):186-192.
- [5]尹新,董可男,孟群.互联网+康复医疗的新模式探究[J].中国卫生信息管理杂志,2016,13(02):115-118.
- [6]杨丽.线上线下混合式中医康复模式的适用性研究[J].中医药管理杂志,2023,31(18):250-252.