

【重症康复】让重症患者早日“走”出ICU，重症康复很重要！

台州市立医院 2023-11-09 08:43 发表于浙江

—— 点击蓝字，轻松关注   ——

近日，84岁高龄的颜爷爷因**肠梗阻伴坏死、腹腔感染、脓毒血症、感染性休克、肺部感染、呼吸衰竭**转入我院重症医学科进行抢救、治疗，死亡风险极高。

在ICU住院期间，重症医学科迅速组织疑难病例讨论、分析病情，最终制定治疗方案并实施，同时，**为了提高患者日后的生活质量，我院重症康复团队通过全面评估为颜爷爷制定了康复方案**：患者昏迷时给予全身关节被动活动、定时翻身拍背、机械辅助排痰、功率自行车等康复治疗；患者逐渐清醒后，慢慢地从需要辅助下进行床边康复训练（如肺功能康复训练、体位适应性训练、四肢关节主动辅助运动训练以及床旁坐位训练等）到离床训练，到最后恢复咳痰能力、脱离呼吸机进行锻炼。最后在重症康复团队的帮助下，**颜爷爷的康复预后效果非常理想，顺利康复出院。**



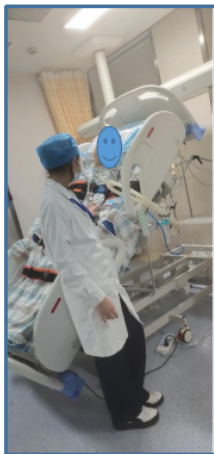
近年来，随着重症医学的发展，危重症患者的生存率得到显著提升，但是危重症后患者的身体和心理会遗留很多问题，这些问题使得病人迟迟不能真正“走”出ICU，给患者及其家庭、社会带来了沉重的负担。

对危重症患者进行早期重症康复，能减少ICU相关并发症的发生，能够显著缩短重症患者的机械通气时间，对缩短重症患者ICU住院时间、改善患者功能状态、生活质量、降低死亡率等方面都有着明显效果和积极作用。

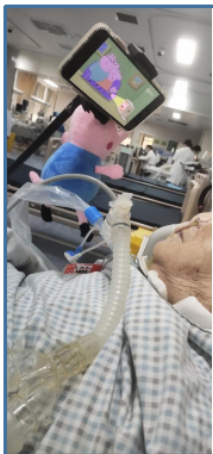
01 什么是重症康复？

很多人在听说“重症康复”这个词汇时，很容易误解为“重症医学”与“康复医学”的简单组合。

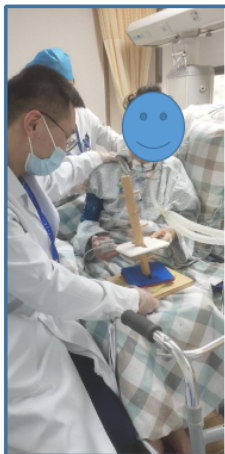
重症康复它并非是“重症”和“康复”两个词汇的简单叠加，它更多的是一种针对重症的组合型治疗方案，是在重症监护环境下开展的多学科团队协作的康复治疗，可为患者提供24小时密切医疗监测和照护，同时积极开展床旁康复训练，在治疗原发疾病的基础上预防并发症，改善功能结局并缩短机械通气时间、ICU住院时间和总住院时间。



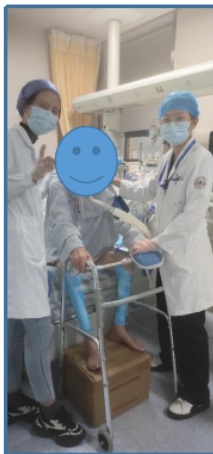
电动起立床



看小猪佩奇



作业疗法



坐位平衡训练

我院重症医学科从2022年开始早期介入重症康复治疗，由我院重症医学科重症康复专科医师、康复医学（针灸推拿）科医师、治疗部PT、OT、ST（物理、作业、言语）专业治疗师及相关护理团队组建成的重症康复团队，坚持中西医并重，以改善患者功能障碍为核心，以提高患者生活水平为目标，开展多学科、多专业的康复团队沟通交流，实现临床和康复相互促进、相互提高的一体化工作模式，最大限度地改善重症患者的康复预后效果、提高患者的生活质量。



(重症康复团队日常评估、研讨)



(电动起立床站立训练)

02 为什么要实施重症康复？

某些重症疾病，如常见的脑血管意外、缺血缺氧性脑病、颅脑损伤、高位脊髓损伤

等容易引发严重的躯体功能障碍、呼吸功能障碍、心理及认知功能障碍等后遗症，**为有效地减少患者在重症监护室的住院时间、提高患者的生活质量，实施重症康复非常必要。**

1 | ICU获得性肌无力 (ICU-AW)

脓毒症、机械通气、营养状况和长期制动等是导致ICU-AW发生的重要原因，临床表现为脱机困难、轻瘫或者四肢瘫、反射减少和肌萎缩。ICU-AW**不仅会延长患者机械通气时间，增加医疗费用，还严重影响患者的远期生活质量及预后。**

2 | 肺功能障碍

主要是各种原因引起的肺通气和肺换气功能严重障碍，**可以导致低氧血症、高碳酸血症。**例如长期卧床易导致患者的膈肌功能下降，胸廓活动度减小，咳嗽咳痰能力减弱，容易引起肺部感染。

3 | 心理及认知功能障碍

包括谵妄、焦虑、抑郁、持续严重的记忆力下降、注意力不集中和执行功能障碍，**这将影响重症患者的功能状态和健康相关生存质量。**

03 重症康复如何实施？

介入时间需前移

重症康复的介入，**必须要从康复科前移，与临床学科的救治同步**，这是开展重症康复的先决条件。重症康复应该在患者入住**24小时后**即开始评估是否合适进行康复治疗，包括对患者呼吸、循环、神经系统情况进行评估，判断患者是否存在早期康复治疗的风险。

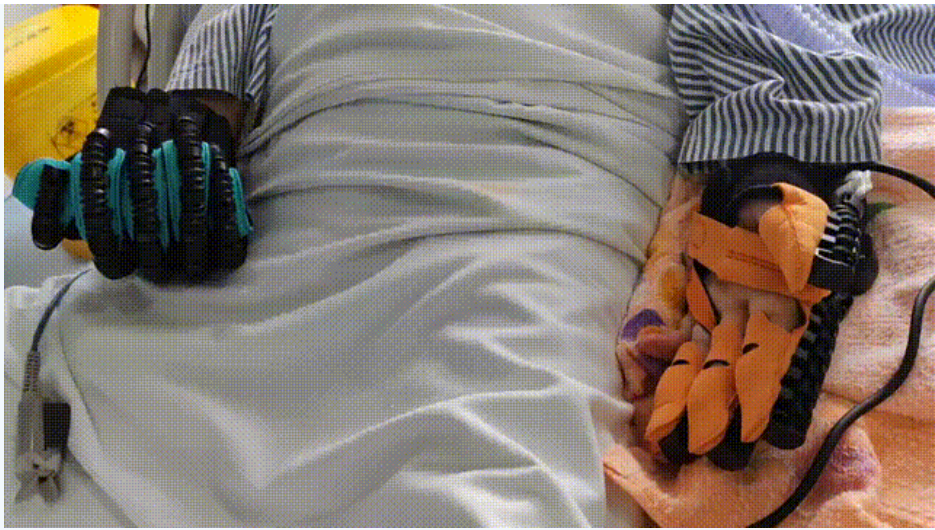
常见的重症康复策略

1 | 肺功能康复训练

腹式呼吸、缩唇呼吸、有效咳嗽咳痰、气道廓清技术（包括主动循环呼吸技术、自主引流、叩拍、振动、肋骨弹跳以及徒手过度通气等）以及呼吸肌训练等。

2 | 肢体功能康复训练

体位适应性训练、床旁坐位训练、立位训练和行走训练等。



(手功能训练)



(气切患者床边坐位训练和立位训练)

3 | 关节活动度 (ROM) 训练

床上四肢全关节被动运动、主动辅助运动、主动运动以及主动抗阻运动。



(患者功率自行车下肢被动训练)

4 | 其他康复训练措施

说话瓣膜（语音阀）的使用、神经肌肉电刺激、肢体气压治疗仪以及高频振动物理治疗仪等。



供稿 | 重症医学科 卢伟
编辑排版 | 宣传统战部
审核 | 王昌明 李皖生



台州市立医院微信公众平台



敬畏生命 追求卓越



台州市立医院眼科中心公众平台



敬畏生命 追求卓越

文章已于2023-11-09修改

