

# 个案报告: 康复医师统筹下以作业治疗为主导的出院计划促进患者合理出院探讨

## -----以髌关节置换术为例

成都市第二人民医院康复医学科 罗伦, 李攀

患者入院即应为其做好出院计划, 这已是国际共识。但是在目前国内的综合医院(这里主要讲三级)康复医学科里的患者, 要做到“合理出院”, 是非常困难的。所谓合理出院需要满足四个方面的条件, 即: 医务(含医、治、护)人员认为可以; 住院时间在临床路径或医院制定的时限标准内; 如果需要转介下级机构, 上级机构经评估后认为下转的机构满足条件, 且下级机构能够并愿意承接; 患者及家属接受医院的建议。

在我国, 由于客观条件限制, 大多数医院需要将住院时间作为重要的考核指标, 要求缩短住院时间, 并将住院时间控制在满足临床路径或者医院给出的住院时限内(即前述的第2个条件), 至于患者最终是否顺利的回归家庭、社会, 重建身心健康、幸福、愉快的生活, 则少见报道。为了真正实现患者的合理出院, 我科从出院计划的安排、康复服务体系内的合作互动对促进患者合理出院作了持续的探索, 这里以髌关节置换术的患者为例, 简要报道出院计划的安排和患者合理出院的过程。

### 一、基本信息

患者蒋婆婆, 女性, 72岁, 2017年11月16日因车祸致右股骨颈骨折(头下型), 11月18日转入我院骨科住院治疗。患者性格较急, 是家里的主心骨; 老伴有心脏病、高血压, 不会做家务不会做饭; 女儿常年在外地工作无法照顾。家住三楼, 无电梯。

### 二、康复过程

患者入院后, 康复医师统筹康复团队, 对患者进行全面评估后, 制订康复治疗计划, 并初步确定出院目标、出院计划。康复过程如下:

#### 1. 术前康复(2天, 11月18日-11月19日)

康复医师协调骨科医师与骨科康复前移治疗组的治疗师, 经过评估和讨论

后，确定康复目标为：预防并发症（下肢静脉血栓等）；让患者及其家属对疾病、治疗、康复等有了解。据此，为患者制定的初步康复治疗计划包括：① 下肢踝泵活动，10个/组，2组/小时；② 股四头肌等长收缩练习，10个/组，2组/小时；③ 臀肌等长收缩练习，10个/组，2组/小时；

2. 手术：患者于11月20日行右髋关节置换术，术后安返病房。



手术前

手术后

3. 术后 康复

患者的术后康复按照我科此前出版的《髋关节置换术出院计划工具箱》实施。

3.1 术后第一、二天（11月21日-11月22日）

骨科床旁治疗师进行评估显示，改良 Barthel 指数（MBI）20分，表现为日常生活能力极重度依赖（仅大小便可控制）。第一天的康复治疗重点是日常生活穿衣、进食指导训练，强调防跌倒并贯穿住院阶段始终，这也是出院回家必需要自己完成并注意的。

3.2 术后第三、四天（11月23日）

患者诉头晕，神经内科会诊后诊断为耳石症，给予对症处理。患者康复治疗的主动性减弱，训练的量和时间锐减，陪护的照顾量增加。这些症状的出现是康复治疗中的影响因素，使得康复治疗并不是只按工具箱就可以顺利完成，并且加重了患者病人的角色，若不及时处理会延误出院时间。

3.3 术后第五天（11月25日）

家属反映患者自己不剥橘子而是让家属剥，日常生活依赖性较强，且患者及家属都想知道患者什么时候可以自己上厕所。我们分析后认为，患者每天穿着病号服，治疗师来指导时，她下床做训练；治疗师不在时，她会整天呆在床上接受照顾，且基于患者的虚弱，治疗师没有太积极地给予如厕等日常生活活动的训练。

这些都加深了“病人”的角色。由于如厕问题既关乎患者的隐私和尊严，也是影响患者出院的重要因素，而骨科床旁治疗师不是专业的作业治疗师，因此，在发现这种情况后，即刻将患者的如厕训练需求转介给作业治疗师，作业治疗师开始介入。



作业治疗师在床旁指导患者进行穿衣训练

#### 3.4 术后第六天（11月26日）

患者诉心慌、心累，测量心率 100-110 次/分，完善相关检查，经心内科会诊后诊断为窦性心动过速，因患者较为虚弱，大部分时间都卧床休息。此时，康复治疗团队经过讨论，决定放缓康复治疗的进度。

#### 3.5 术后第七天（11月27日）

作业治疗师再次对患者进行评估，结果显示 MBI 为 65 分，日常生活能力中度依赖（进食、穿衣、入厕、个人卫生、床椅转移、步行较前进步）。经康复医师统筹协调，在确保身体状况安全的情况下，作业治疗师指导家属帮助患者换上自己的衣服，并提供马桶凳开始在骨科病房卫生间进行真正的入厕训练。经过约 4 次练习后，患者基本掌握入厕方法及注意事项，在护工少量帮助下可自行完成入厕。作业治疗师进一步告知家属提供家里坐便器的尺寸，以便给予坐便器的改装计划，这是患者回家安全如厕的保障。同时，采用训练用阶梯开始指导患者进行上下楼梯的训练，为出院回家做准备。



换上自己的衣服如厕训练



上下楼梯

### 3.6 术后第八、九天（11月28-11月29日）

患者诉夜间休息差，服用安眠药物后无明显改善，有乏力感，伴纳差、腹泻，不能完成训练。康复医师协调中医师给予中药调理，并联系消化内科及心内科会诊处理，未发现明显异常。心理治疗师行焦虑抑郁评估，结果显示患者心理状态正常。由于康复医师在处理患者内科状况时花费一些时间，可能导致出院时间的推迟。

### 3.7 术后第十至十三天（12月1日）

经过前述处理，患者腹泻缓解，精神好转，考虑腹泻原因可能是因患者较为节约，习惯吃剩饭剩菜，食用前又未能充分加热。经康复医师及治疗师提醒患者及家属注意后情况有所改善。

随着患者基础情况的好转以及角色的调整，康复治疗团队开始为患者进行出院前的准备，告知患者及家属拟安排在拆线后1-2天出院。作业治疗师指导患者及家属学习髋关节置换康复宣教视频，并根据患者家属提供的家中坐便器尺寸即给予坐便器的改装方案。



### 3.8 术后第十四至十六天（12月4日）

伤口拆线后，作业治疗师再次评估 MBI 为 78 分，日常生活能力轻度依赖（洗澡和上下楼梯完全依赖），同时患者仍诉头晕、心慌，家里的马桶增高器未到货，需要请一位做家务的照顾者也没到。针对这种情况，康复医师建议患者暂缓出院，并组织召开了多专业讨论。

作业治疗师（家访具体实施者）认为，患者有良好的家庭支持，回家后有照顾者辅助完成日常活动。因在日常生活中比较强势且喜欢做家务，为防止过早过急参与家务，提高患者回家后参与日常活动的安全性和独立性。准备在患者出院前家访，提供家居环境评估，患者正确使用辅具完成活动的指导等。根据患者家属提供资料：1. 家里马桶较矮，家属已购买马桶增高器，还未到货；处理：在增高器安装前，作业治疗师提供合适的坐便椅在家使用，待增高器安装可以使用后归还。2. 患者现行走活动需助行架辅助，处理：作业治疗师提供助行架给患者在家使用，1 月后跟进患者功能情况决定是否调换辅具。骨科床旁治疗师认为可以在目前治疗的基础上考虑增加：1. 强化神经肌肉控制训练，但要注意训练强度。2. 出院前加强户外步行训练、家居适应训练等。心理治疗师反馈患者性格多抱怨，容易关注负面信息，但她心里是清楚自己好转的不错，所以出院前的心理准备是让家属经常给一些好的暗示，以调整心态。中医师则建议可继续调整患者的饮食、二便，睡眠，促进精力恢复，为出院及回家做好准备。经过讨论，小组决定由作业治疗师为患者进行一次出院前的家居探访。

### 3.9 术后第十七至二十天（12月7-10日）

作业治疗师进行家居探访发现，马桶增高器仍然未到，计划出院时先借坐便椅给患者使用，待患者家中的坐便器改装完成后返还。评估室内环境后，嘱咐家属不要过早让其参与家务劳作，在家中有门槛的位置做出标识，提醒患者注意防跌倒的细节；调整家中厨房物品摆放位置，便于患者在厨房时保护患者的安全（患者爱好烹饪）；计划向患者出借助行架，待患者可扶肘拐行走后返还。



家访评估如厕环境

3.10 术后第二十一天（12月11日）

作业治疗师再次评估 MBI 为 83 分，洗澡需要大量帮助，上下楼梯需要少量帮助，步行需监护，穿衣需少量帮助。当天照顾者到位，马桶增高器安装完成，患者及家属很高兴地接受出院安排。作业治疗师陪同患者回家，整个出行过程给予患者及家属详细的宣教和指导。



上下车



上下楼梯



坐便器改造



该患者总共住院时间 20 天。出院后 1 个多月时，我们对患者进行了一次家访（2018 年 1 月 16 日），患者可扶单拐（肘拐）行走，日常生活基本自理，并

可进行少量家务活动，如烹饪、洗衣等。

回顾该个案的整个治疗过程，我们发现：

1. 康复医师统筹下的多专业合作使康复治疗能够有序进行；

2. 尽早地进行患者角色调适对促进患者生活方式的重建有着十分重要的作用；

3. 床旁康复治疗师应该具备全面综合评估和治疗的能力，强化对重建生活为本的认识，及时转介给作业治疗师精准训练；

4. 作业治疗师在出院计划的实施中起着关键的作用，尤其是出院过程的最终完成；

5. 作业治疗师出院后随访对跟进患者辅具的更换、家务活动的参与，重建与原来相近或调整后的生活，并赋予其内容获得充实、愉快、有意义的专业指导。

6. 人工关节置换术的标准住院日按照临床路径标准是 14-21 天（2016 卫计委版），但临床路径并不能照顾很多细节，而人是同时兼具生物-心理-社会三重特性，这就决定了细节是会影响住院时间的，也因为这些细节的存在，按照髌关节置换康复工具箱的步骤实施也不一定都很顺利。

因此，康复医师统筹下以作业治疗为主导的出院计划促进患者合理出院是非常优化的方法。当然，在该个案中还有许多可改进的地方，提早家居探访的时间、督促患者家中坐便器的改造和照顾者的到位，应可将患者的出院日期再提前，将住院时间缩短到 20 天以内。



助行架改为肘拐  
开始做少量家务活动

2018 年 2 月