



HANNE TUNTLAND
挪威西部应用科学大学
中文简译：邱雅贤
广州医科大学附属第五医院

一、复能的背景和定义

由于人口老龄化，社会需要确定可持续性的和具有成本效益的解决方案来支持老年人。复能，是一种为老年人提供恢复正常的功能和日常生活独立性的全新家庭护理措施理念。

复能的定义在不同国家之间有明显的差异，国际上的标准定义有以下4点：

- 1、复能是一种以人为本的整体策略，旨在提高个人的身体机能，增加或维持在日常生活中的独立性，并减少患者对长期服务的需要。
2. 复能包括多次随访，且由一个经过系统培训的跨学科团队提供。此方法涉及综合性评估、制定目标导向性的支持计划，以及干预的实施。
3. 复能是通过患者参与日常生活活动，居家环境改造与辅助设备，介入其社交网络来帮助他们实现目标。这意味着，复能是基于客户与提供服务者合作共同制定的目标。
4. 复能是一种不分年龄、能力、诊断或环境的包容性方法。

二、复能的历史

“复能”一词最早出现在1947年的一本学术词典中，研究者们认为“康复”一词应该被“复能”所替换，后者更着重让残疾人恢复身体功能，并回归之前的工作生活中。2001-2005年期间，作为一种具体的干预措施，对老年人的重新安置和恢复的方法从家庭护理过渡到恢复性护理。2006-2014年期间，为老年人提供恢复性护理服务的概念转变为了复能。2015年开始，复能得到了蓬勃发展，同时强调这是提供一种具有成本效益的服务。

三、复能-创新

复能将理念从产生依赖性的护理措施变成了促进独立性和减少护理需求的护理措施。这一理念是针对整个康复团队的，而不仅仅针对治疗。家庭护理人员、护士助手与治疗师组成一个综合团队，合作共同实现目标。复能其他的创新之处如：将治疗项目的执行从治疗师转变给护理支持人员或助理人员，OT或者PT负责管理和督导这些助理的工作；由助理人员协助客户日常强化训练，完成多次家访；为跨专业团队提供更好的工作条件和合作框架，通过定期的会议进行沟通和监督。

四、复能和作业

复能是一种以作业为基础的干预手段，专注于患者认为有意义的作业目标。各专业领域的人员都是朝着同一个以作业为基础的复能目标去努力的。

HANNE教授进行了以作业为基础的复能干预的研究。他们使用加拿大作业表现量表对738名老人进行了评估，结果显示功能性移动是受试者最优先的作业目标，其次是自我照顾和家务管理。另外，该研究还可以间接提示复能计划中需要干预的内容。

五、干预的有效性

目前尚未有太多复能干预有效性的对照试验研究，HANNE教授从至少7篇关于复能干预有效性的系统性回顾文献中总结发现：这些研究检验的相关结果包括，复能是否减少家庭护理访问次数，是否提高ADL，是否改善身体机能和生活质量，是否减少养老院的家庭护理和医院急诊服务，是否提高成本效益等。研究结果显示：复能干预比普通的家庭护理更有效，并减少对长期家庭护理的需求。

一些来自挪威的单一定量研究，同时也是随机临床对照试验，发现复能比常规的护理更有效，对于身体机能、日常活动能力和生活质量都有显著提高，同时也节省了成本。

最后，对复能发展的未来提出了展望：复能可以在中等收入国家中得到继续发展；需要更有力的有关复能有效性的证据；制定循证指南。