

# 微信支持在脑卒中家庭照护者健康教育中的应用

俞红丽, 冯蔚

(上海市金山区亭林医院, 上海 201505)

**摘要:**目的 探讨微信支持在脑卒中家庭照护者健康教育中的应用。方法 选择2014年1月—2015年6月上海市金山区亭林医院神经内科收治的脑卒中患者的主要家庭照护者80例,随机分为观察组和对照组各40例,两组照护者在住院期间接受相同的健康教育,出院后对照组采用常规方法进行健康教育,观察组由专科护士利用微信向照护者发送康复锻炼技能视频、康复知识、食谱和药物饮食指导等,比较两组患者出院后3个月照护者对脑卒中疾病知识的掌握情况,包括发病风险、患者服药的正确性、饮食合理性和功能锻炼正确性;同时,了解观察组对通过微信进行健康教育的接受程度。结果 3个月后观察组照护疾病知识的掌握情况与对照组比较,差异有统计学意义( $P < 0.01$ )。观察组对通过微信方式进行健康教育90.0%完全接受,7.5%大部分接受,2.5%部分接受。结论 利用微信功能发送脑卒中疾病的康复知识,能有效提高脑卒中家庭照护者的照护能力,使健康教育真正落实到了实处,有利于脑卒中患者的康复。

**关键词:**脑卒中;照护者;健康教育;微信

**中图分类号:**R473.5

**文献标识码:**A

**文章编号:**1009-8399(2016)04-0054-03

脑卒中是一种常发于中老年人的急性脑血管疾病,具有复发率高、致残率高及病死率高等几大特点。据报道,我国每年约有200万人患脑卒中,即每10万人中大约有150人会发生脑卒中,而这些患者中又有3/4的患者会遗留下不同程度的运动、心理、及情感障碍,对患者今后的生活有极大的影响<sup>[1]</sup>。患者出院后,绝大部分回到家中,接受后续康复护理治疗的任务就必然落到家庭照护者身上,因此,加强家庭照护者护理知识及技能的培训显得尤为重要,是提高患者生存质量的关键因素。我院从2014年1月开始建立脑卒中家庭照护者微信群,由智能手机提供通过网络快速发送语音短信、视频、图片和文字,是一种全新的健康教育渠道,取得了较好效果,现报道如下。

## 1 对象与方法

**1.1 对象** 选择2014年1月—2015年6月在我院住院的急性缺血性脑卒中患者及其主要照护者80例。患者均符合《中国急性缺血性脑卒中诊治指南(2014)》的诊断标准<sup>[2]</sup>,并经CT或MRI确诊为急性缺血性脑卒

中,均为首发病例,我院首诊,发病时间1~6d,平均2.3d,住院治疗2周以上。照护者入选标准:长期居住在本地区,照顾者必须每日照顾时间>4h,年龄>18周岁,<60周岁,初中以上学历,能使用微信交流,知情同意。80例照护者中男36例,女44例,年龄25~60岁,平均年龄(57.3±5.6)岁。初中学历48例,高中及以上学历32例。将80例照护者随机分对照组与观察组各40例,两组照护者在年龄、性别、学历方面差别无统计学意义( $P > 0.05$ ),具有可比性。

### 1.2 方法

**1.2.1 建立护理团队** 我们将2名受过相关培训的专科护士、1名神经内科主任医师组成1个小组,参照《中国急性缺血性脑卒中诊治指南2014版》及《中国脑卒中康复治疗指南2011版》制定培训课程及微信推送内容,涉及疾病知识、康复锻炼方法、饮食药物指导手册等,并有专业人员亲自操作的康复锻炼小视频集。

**1.2.2 两组患者在住院期间均实施常规护理,健康教育内容一致,适时床旁指导肢体功能、吞咽功能、语言功能锻炼,对照组在出院时按常规进行出院指导和出院后1周内予以电话随访1次。观察组在此基础上,提供微信支持。首先在患者入院第1天对其家庭情况进行评估,确定主要照护者,并说明本次研究的目的,**

收稿日期:2016-03-11

作者简介:俞红丽(1969—),女,主管护师,本科,主要从事护理管理。

通信作者:冯蔚(1969—),女,主管护师,本科,主要从事护理管理。