



”规划教材

材建设研究会“十二五”规划教材

主国同寺子仪配套教材



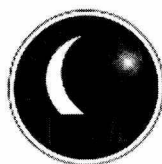
· 供本科护理学类专业用 ·

康复护理学 实践与学习指导

主 编 鲍秀芹



人民卫生出版社



卫生部“十二五”规划教材

全国高等医药教材建设研究会“十二五”规划教材

全国高等学校配套教材

· 供本科护理学类专业用 ·

康复护理学 实践与学习指导

主 编 鲍秀芹

副主编 史淑杰 张伟宏

主 审 燕铁斌

编 者 (以姓氏笔画为序)

马春华 (辽东学院医学院)

尹安春 (大连医科大学附属第一医院)

史淑杰 (哈尔滨医科大学附属第二临床医学院)

伍少玲 (中山大学孙逸仙纪念医院)

刘邦忠 (复旦大学附属中山医院)

李 琨 (中山大学护理学院)

李桂玲 (齐齐哈尔医学院护理学院)

张伟宏 (郑州大学护理学院)

郑洁皎 (复旦大学附属华东医院)

柳明仁 (延边大学护理学院)

鲍秀芹 (佳木斯大学护理学院)

燕铁斌 (中山大学孙逸仙纪念医院)

编写秘书

林 萍 (佳木斯大学护理学院)

鲍 靖 (佳木斯大学临床医学院)



人民卫生出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

康复护理学实践与学习指导/鲍秀芹主编. —北京:
人民卫生出版社, 2012. 10
ISBN 978-7-117-16217-3

I. ①康… II. ①鲍… III. ①康复医学—护理学—高
等学校—教材 IV. ①R47

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2012) 第 171715 号

门户网: www.pmph.com	出版物查询、网上书店
卫人网: www.ipmph.com	护士、医师、药师、中医 师、卫生资格考试培训

版权所有, 侵权必究!

康复护理学实践与学习指导

主 编: 鲍秀芹

出版发行: 人民卫生出版社 (中继线 010-59780011)

地 址: 北京市朝阳区潘家园南里 19 号

邮 编: 100021

E - mail: pmph@pmph.com

购书热线: 010-67605754 010-65264830

010-59787586 010-59787592

印 刷: 北京市文林印务有限公司

经 销: 新华书店

开 本: 787×1092 1/16 印张: 10

字 数: 250 千字

版 次: 2012 年 10 月第 1 版 2012 年 10 月第 1 版第 1 次印刷

标准书号: ISBN 978-7-117-16217-3/R · 16218

定 价: 18.00 元

打击盗版举报电话: 010-59787491 E-mail: WQ@pmph.com

(凡属印装质量问题请与本社销售中心联系退换)

前言

《康复护理学实践与学习指导》是根据全国高等学校护理学专业第五轮本科教材编写会议精神，由第3版《康复护理学》参编人员共同编写完成的。作为配套教材，全书严格参照专业培养目标、教学大纲以及主教材的内容要求，描述各章的教学要点、重点难点；并依据主教材内容编辑了相应的习题及参考答案，以帮助教师和学习者达到预期目标；同时又为教师开展教学辅导活动和学习者随时检测、自评学习效果，提供了必要的参考。

为了加强康复护理人才培养，配套教材除了对各章节的知识点、重点难点、相应的习题及参考答案进行了细致的描述外，还对可能出现的一些康复技术以及康复护理技术进行了必要的归纳，编制了见习指导、实验指导以及实习指导，供教师和学习者参考使用。

全书参考注册护士及卫生专业技术资格考试的部分选择题题型，并选择了名词解释、简答题和论述题等形式；学习者必须在掌握内容的基础上，认真审核，按要求解答。

选择题题型特点及要求如下：

A₁ 型题为单句型最佳选择题，即每道试题由1个题干和5个可供选择的备选答案组成。题干以叙述式单句出现，备选答案中只有1个是最佳选择，称为正确答案，其余4个均为干扰答案。干扰答案或是完全不正确，或是部分正确。

A₂ 型题为病历摘要型最佳选择题，试题结构是由1个简要病历作为题干、5个供选择的备选答案组成，备选答案中只有1个是最佳选择。一般要求学生回答这类试题时，一定要全面分析题干中所给的各种条件，分清主次，选择正确答案。

各章末列有参考答案。由于工作经验和编写水平有限，加之编写时间仓促，各试题所列答案仅供参考。恳请各位同仁提出宝贵意见。

鲍秀芹

2012年4月

目 录

第一章 康复护理概论	1
一、学习要点与重点难点	1
二、习题	2
三、参考答案	4
第二章 康复护理理论基础	7
一、学习要点与重点难点	7
二、习题	8
三、参考答案	10
第三章 康复评定	13
一、学习要点与重点难点	13
二、习题	15
三、参考答案	23
第四章 常用康复治疗技术	34
一、学习要点与重点难点	34
二、习题	35
三、参考答案	41
第五章 常用康复护理技术	48
一、学习要点与重点难点	48
二、习题	49
三、参考答案	52
第六章 常见神经疾病患者的康复护理	55
一、学习要点与重点难点	55
二、习题	57
三、参考答案	64
第七章 常见肌肉骨骼疾病的康复护理	72
一、学习要点与重点难点	72
二、习题	74
三、参考答案	85

第八章 常见心肺疾病患者的康复护理	95
一、学习要点与重点难点	95
二、习题	95
三、参考答案	98
第九章 其他疾病患者的康复护理	102
一、学习要点与重点难点	102
二、习题	103
三、参考答案	111
第十章 见习指导	116
一、主要目的	116
二、主要内容	116
第十一章 实验指导	126
一、正常步行时人体下肢运动动作分析	126
二、肌力的五级六分法评定（屈髋肌为例）	127
三、关节活动度（ROM）测量（以膝关节为例）	128
四、6分钟步行试验在呼吸康复训练中的临床应用	128
五、改善与维持肩关节活动度的康复训练	130
六、正确使用轮椅进行简单的训练	131
七、良肢位	133
八、吞咽训练	134
九、清洁间歇导尿术（指导患者）	134
十、肠道训练	137
十一、脑卒中后偏瘫患者上肢和手的运动功能障碍的作业治疗	138
十二、小儿脑瘫日常抱姿及进食的康复护理	139
十三、轮椅与床之间的转换训练	141
十四、阿尔茨海默病	141
十五、体操棒的练习	142
第十二章 实习指导	144
一、实习目的	144
二、总体实习内容与要求	144
三、康复护理学理论基础与康复评定的实习内容与要求	144
四、常用康复治疗技术实习内容与要求	145
五、常用康复护理技术实习内容与要求	146
六、常见各系统疾病患者康复护理实习内容与要求	146
七、教学查房与小课	149
八、作业与考核	149

第一章

康复护理概论

一、学习要点与重点难点

康复与康复医学概述

学习要点

1. 健康、康复和康复医学的概念。
2. 亚健康与疾病的概念及其鉴别。
3. 大康复的范畴。
4. 康复医学评定的定义、内容。
5. 常用的康复治疗方法。
6. 康复医学的基本工作方式。

重点难点

1. 健康、康复和康复医学的定义及其区别。
2. 亚健康与亚临床、慢性疲劳综合征的区别。
3. 康复医学评定的内容及其区别。
4. 常用的康复治疗方法。
5. 康复医学的基本工作方式。

康复护理概述

学习要点

1. 康复护理的定义、对象和目的。
2. 康复护理的内容和原则。
3. 常用的康复护理技术。
4. 护士在康复治疗中的作用。

重点难点

1. 康复护理的概念。
2. 康复护理与基础护理的联系与区别。

3. 常用的康复护理技术与基础护理技术的联系与区别。

社区康复

学习要点

1. 社区康复的概念。
2. 社区康复的内容和特点。

重点难点

1. 社区康复的实施内容。
2. 康复护理在社区康复中的作用。

残疾评定

学习要点

1. 残损、残疾和残障的定义。
2. 残疾发生的原因。
3. 《国际残损、残疾和残障分类》(ICIDH)、《国际功能、残疾、健康分类》(ICF)和我国残疾分类的内容。
4. 残疾评定的定义和流程。
5. 三级预防的内容。

重点难点

1. 残损、残疾和残障的定义及其联系。
2. 三级预防的内容及其意义。
3. 《国际残损、残疾和残障分类》(ICIDH)与《国际功能、残疾、健康分类》(ICF)的联系与区别。

二、习 题

(一) 名词解释

- | | |
|---------|---------|
| 1. 健康 | 5. 社区康复 |
| 2. 康复 | 6. 残损 |
| 3. 康复医学 | 7. 残疾 |
| 4. 康复护理 | 8. 残障 |

(二) 选择题

【A₁ 型题】

1. 下列关于康复的叙述不正确的是
 - A. 康复的最终目的是帮助患者重返社会
 - B. 康复要求残疾者本人、家庭及所在社区均参与
 - C. 康复需要环境和社会作为一个整体来参与

- D. 康复工作需要在中后期介入
E. 康复包括生理、心理和社会功能的康复
2. 下列关于康复护理原则的描述不正确的是
A. 预防继发性功能障碍 B. 强调“替代护理” C. 掌握自我护理方法
D. 重视心理支持 E. 提倡团队协作
3. 以下哪项不属于康复护理的内容
A. 康复病房的管理 B. 制作各种支具 C. 呼吸训练与排痰
D. 吞咽训练 E. 体位的摆放
4. 残疾的预防分为三级，在三级预防工作中，二级预防主要是预防
A. 残障 B. 残疾 C. 残损
D. 残废 E. 功能障碍
5. 下列关于《国际功能、残疾、健康分类》(ICF)的叙述，不正确的是
A. 通过评定身体功能和结构来反映器官损伤
B. 通过评定活动与活动限制来反映残疾
C. 通过评定参与和参与受限来反映残障
D. 强调了个人和情景因素的作用
E. 各个项目之间是一种单向关系

【A₂型题】

6. 患者，男，45岁，因“反复发作性下腰痛”来康复科就诊，临床及腰椎MRI检查后确认为“慢性腰肌劳损”，在康复门诊行低频电刺激治疗，以缓解患者的疼痛。这种治疗属于
A. 物理治疗 B. 作业治疗 C. 康复护理
D. 康复工程 E. 文体治疗
7. 患者，女，65岁，因“急性脑梗死”入院。她所接触的人员中，不属于康复治疗组的成员是
A. 护士 B. 康复医师 C. 物理治疗师
D. 神经内科医师 E. 单位陪同住院的同事
8. 患者，女，40岁，因“左侧糖尿病足、坏疽”行“左侧膝下截肢术”。她所接受的治疗中，不属于康复护理范畴的是
A. 残肢的每日塑形 B. 残肢的脱敏治疗 C. 义肢的制作
D. 手术伤口换药 E. 残肢的体位摆放
9. 患者，男，32岁，出租车司机，因车祸导致截瘫1年。因病辞去了工作，长期卧床，生活不能自理。此时最能描述患者功能状态的是
A. 残损 B. 残疾 C. 残障
D. 残废 E. 残缺
10. 患者，男，62岁，脑梗死后遗症期，左侧偏瘫，日常生活活动部分依赖。患者每日坚持锻炼（做体操）1小时，并每日自我检测血压2次。这属于
A. 一级预防 B. 二级预防 C. 三级预防
D. 四级预防 E. 初级预防

(三) 简答题

1. 简述常用的康复治疗方法。

2. 简述常用的康复护理技术。
3. 简述康复护理的原则。
4. 简述社区康复的内容。
5. 简述《国际功能、残疾、健康分类》(ICF) 的具体内容。

(四) 论述题

1. 试述护士在康复治疗中的作用。
2. 试述三级预防的内容。

三、参考答案

(一) 名词解释

1. 健康：1946 年世界卫生大会通过的世界卫生组织 (WHO) 宪章中对健康的定义是：“健康不仅是疾病或羸弱的消除，而且是身体、精神和社会生活的完美状态。”

2. 康复：是指综合协调地应用各种措施，消除或减轻病、伤、残对个体身、心、社会功能的影响，使个体在生理、心理和社会功能方面达到和保持最佳状态，从而改变病、伤、残者的生活，增强其自立能力，使其重返社会，提高生存质量。

3. 康复医学：康复医学是以研究病、伤、残者功能障碍的预防、评定和治疗为主要任务，以改善躯体功能、提高生活自理能力、改善生存质量为目的的一个医学专科。

4. 康复护理：是在康复计划的实施过程中，由护士配合康复医师和治疗师等康复专业人员，对康复对象进行基础护理和实施各种康复护理专门技术，以预防继发性残疾，减轻残疾的影响，达到最大限度的功能改善和重返社会。

5. 社区康复：是指在社区内，利用和依靠社区的人力资源，根据社区内康复对象的康复需求，由康复对象及其家属参与的康复。

6. 残损：发生在器官水平上的残疾。是指心理上、生理上、解剖结构上或功能上的任何丧失或异常。如内脏残损（呼吸、循环、消化、生殖等器官）、骨骼残损（姿势、体格、运动）、言语残损、听力残损、视力残损等。残损不是疾病，是疾病的后果。

7. 残疾：发生在个体水平上的残疾。是指由于残损导致机体的功能障碍，以致个体不同程度地丧失正常生活、工作和学习的一种状态。

8. 残障：发生在社会水平的残疾。是指由于残损或残疾限制或阻碍了个体发挥正常的（按年龄、性别、社会、文化等因素）社会作用，不但个人生活不能自理，而且影响到不能参加社会生活、学习和工作的一种状态。

(二) 选择题

【A₁ 型题】

1. D 2. B 3. B 4. B 5. E

【A₂ 型题】

6. A 7. E 8. C 9. C 10. C

(三) 简答题

1. 答：物理治疗、作业治疗、言语治疗、心理辅导与治疗、中国传统治疗、康复护理、文体治疗、康复工程、社会服务等。

2. 答：康复护理技术包括两大类。一类是作为康复护士需要了解的、与康复密切相关的康复治疗技术，如物理治疗、作业治疗、言语治疗、康复工程、传统疗法等；另一

类是作为康复护士需要掌握的技术,如体位的摆放、呼吸训练与排痰、吞咽训练、肠道与膀胱护理、皮肤护理以及心理护理等。

3. 答:①预防继发性功能障碍;②掌握自我护理方法;③重视心理支持;④提倡团队协作。

4. 答:(1) 提供病、伤、残的预防与宣教,包括普及残疾预防知识,参与残疾普查。

(2) 提供非医疗服务,包括教育康复、职业康复、社会康复等。

(3) 提供各种康复服务,包括提供康复咨询和心理支持,实施康复治疗、协助与上级医院的转介服务以及提供慢性病独立生活指导。

(4) 提供社区康复护理。

5. 答:在 ICF 中,各个项目之间的关系是双向的、相互关联、相互制约的立体化模式。ICF 强调了功能障碍的双向变化,即通过评定身体功能和结构来反映器官损伤,通过评定活动与活动限制来反映残疾,通过评定参与和参与受限来反映残障;同时强调了情景因素即影响健康的环境因素(environment)和个体因素(personal)的作用;此外,ICF 的用语属于中性(不含歧视性用语),容易为专业和非专业人员所接受,可以作为一种普适性的评定工具,是未来功能、残疾分类的研究热点。

(四) 论述题

1. 答:(1) 病情的观察者:由于护士与患者的接触机会最多、时间最长,可经常和及时观察到患者的心理状态、功能训练的恢复进度以及对康复的需要等。同时,通过语言、态度和行为,在精神上给予患者鼓励。

(2) 康复治疗的实施者:康复护士在整个康复流程中,根据总体康复计划,落实护士的职责,应用护士可以实施的技术为患者服务。同时,教给患者必要的医学知识和自我护理技术,为出院回归家庭做准备。

(3) 治疗组的协调者:康复计划由康复医师、护士、治疗师共同完成,在实施康复治疗的过程中,康复护士需要根据康复对象的治疗时间安排协调各项工作,尤其是与护理有关的工作,如静脉用药的时间需要和患者参与康复治疗的时间错开,以保证康复训练措施的落实。

(4) 病房的管理者:护士在病房管理中承担管理的角色,负责病房及周围环境的管理,协调各方面之间的关系。

2. 答:残疾的预防分为三级:

一级预防:是指在残疾发生前采取各种措施,预防残疾的发生。有效的一级预防可以预防 75% 的残疾发生。具体措施和方法如下:①预防先天性残疾:包括婚前医学咨询、优生优育咨询、围生期保健等。②预防各类疾病:包括出生后的免疫接种、生命各个时期的健康教育、保持健康的生活方式(如合理营养、适当运动、限制烟酒、作息规律等)、控制危险因素(如戒烟、禁酒、控制体重、控制血脂、减轻精神压力等);预防心脑血管病、糖尿病等。提倡合理行为及精神卫生。保持心理平衡,减轻精神压力;避免心理、行为过激反应,预防抑郁、焦虑及其他精神障碍和身心疾病。③预防致残性外伤:包括避免引发伤害的危险因素,如交通和建筑的安全教育(如遵守交通规则、乘车使用安全带、避免酒后驾驶),维护安全环境,改善社会安全环境(消除或减少暴力、设置安全设施,具备防火、防污染、防噪声保障及家庭、学校、工作场所的安全环境),预防意外伤害。

二级预防：是指在病伤残出现后，采用积极有效措施，预防病伤残由残损发展到狭义的残疾，影响生活自理能力。二级预防是在残损发生后所采取的预防，只有 25% 的预防作用。具体措施如下：①定期发现疾病：如筛检新生儿苯丙酮、听力、视觉、儿童精神障碍等；早期查出高血压、糖尿病、心脏病等。早期查出心血管疾病、代谢障碍等。②早期医疗干预：对各种疾病做到早发现、早诊断、早治疗。促进病伤残的痊愈，预防各种合并症。③早期康复治疗：采取有效的功能训练（如物理治疗、作业治疗、言语训练等）、及时给予心理辅导、促进身心功能恢复或改善。

三级预防：是指在残疾出现后，采取积极有效措施（如替代或适应），预防残疾发展为残障，最大限度地改善患者的生活自理能力和生存质量。具体措施如下：①康复功能训练：此时的功能训练主要是尽可能维持或改善功能、减慢功能障碍或退变的速度。②代偿或替代：对某些对象使用义肢、矫形器预防肢体或躯干的畸形，改善功能；使用辅助用品用具，如助听器、眼镜、坐垫等，改善视听能力及日常活动能力；使用步行用具，如腋杖、拐、助行车、轮椅等，辅助行走。③康复咨询：预防功能的进一步恶化，提高自我康复能力。

（燕铁斌）

第二章

康复护理理论基础

一、学习要点与重点难点

运动学基础

学习要点

1. 人体运动种类、肌肉分类和关节分类。
2. 肌肉特性、关节构造、关节的活动度和稳定性。

重点难点

1. 运动对机体的影响。
2. 肌肉功能状态指标。
3. 关节的运动链和杠杆原理、分类及杠杆原理在康复医学中的运用。

神经学基础

学习要点

1. 神经系统的组成，神经元的结构与功能。
2. 突触的概念及功能。

重点难点

1. 神经损伤的实质及损伤后的退化现象。
2. 神经细胞损伤后的再生及影响再生的因素。
3. 中枢神经系统的可塑性与功能代偿。

康复护理学的相关理论

学习要点

1. 奥瑞姆的自护理论。
2. 纽曼的系统模式。
3. 安德森模型。

重点难点

1. 奥瑞姆自护理论与康复护理实践的关系。
2. 纽曼系统模式与康复护理实践的关系。

二、习 题

(一) 名词解释

1. 等长收缩
2. 等张收缩
3. 肌张力
4. 滑车关节
5. 治疗性自理需求
6. 主要刺激
7. 一级预防

(二) 选择题

【A₁ 型题】

1. 半蹲位时股四头肌收缩属于
 - A. 等张收缩
 - B. 向心收缩
 - C. 离心收缩
 - D. 等长收缩
 - E. 协同收缩
2. 运动时心血管的调节, 下列不正确的是
 - A. 心率增加
 - B. 心排血量减少
 - C. 肌肉血流自动调节, 血液重新分配
 - D. 静脉血回流增加
 - E. 血压增高
3. 下列属于单轴关节的是
 - A. 肩关节
 - B. 腕关节
 - C. 髋关节
 - D. 肘关节
 - E. 拇指腕掌关节
4. 屈曲肘关节时肱三头肌为
 - A. 原动肌
 - B. 拮抗肌
 - C. 中和肌
 - D. 固定肌
 - E. 副动肌
5. 肌肉在一定负荷条件下保持收缩或持续重复收缩的能力是指
 - A. 肌力
 - B. 肌张力
 - C. 快速力量
 - D. 肌耐力
 - E. 肌形态

【A₂ 型题】

6. 在纽曼的健康系统模式中, 调节病室的温湿度属于
 - A. 三级预防
 - B. 一级预防
 - C. 二级预防
 - D. 促进舒适
 - E. 维持健康
7. 奥瑞姆在自理缺陷理论中阐明了
 - A. 什么是自理
 - B. 人存在哪些自理需求
 - C. 个体何时需要护理
 - D. 如何护理存在自理缺陷的个体
 - E. 如何评价个体的自理能力

8. 某运动员在摔跤比赛中右侧锁骨中外 1/3 处骨折, 发现内侧端向上移位, 这是
 - A. 胸锁乳突肌牵拉所致
 - B. 斜方肌牵拉所致
 - C. 胸大肌牵拉所致
 - D. 三角肌牵拉所致
 - E. 以上都不是
9. 王先生, 男, 45 岁, 为预防骨质疏松, 在咨询医务人员后, 每天早晨坚持体育锻炼。在进行引体向上由直臂悬垂变为屈臂悬垂时, 肱肌、肱二头肌是
 - A. 原动肌
 - B. 协同肌
 - C. 拮抗肌
 - D. 固定肌
 - E. 中和肌
10. 某高血压患者, 男, 65 岁, 1 个月前突然发生口眼歪斜、半身不遂, 诊断为缺血性脑卒中。康复师训练该患者健侧手握勺子, 其主要原因是
 - A. 通过对健侧肢体或者非损伤组织的训练, 发展其代偿能力, 补偿丧失的功能
 - B. 增强健侧肌肉收缩, 使机体的新陈代谢水平相应升高
 - C. 能提高患者中枢神经系统和自主神经系统的调节功能
 - D. 可以预防和延缓健侧肢体骨质疏松和软骨变性退化
 - E. 以上都不对
11. 在武术散打比赛中, 某运动员被对方击中膝关节外侧, 关节稳定性受到严重破坏, 其可能的损伤是
 - A. 半月板
 - B. 胫侧副韧带
 - C. 腓侧副韧带
 - D. 髌骨
 - E. 股骨
12. 患者, 女, 60 岁, 首次患缺血性脑梗死, 现生命体征平稳, 神经病学症状不再发展。48 小时后, 开始给患者做早期康复护理, 做前臂关节活动时, 康复护理人员一手固定上臂接近肘关节处, 另一手握住患肢腕部, 徐缓地、充分地旋转前臂。这种运动属于
 - A. 主动运动
 - B. 被动运动
 - C. 等速运动
 - D. 抗阻力运动
 - E. 等长运动

(三) 简答题

1. 简述运动对机体的影响。
2. 简述肌肉的物理特性。
3. 影响肌力的主要因素有哪些?
4. 简述按关节运动轴的数目和关节的形态分类。
5. 简述杠杆原理在康复医学中的应用。
6. 奥瑞姆对人的自理需求是如何分类的? 每类各举 2 例。
7. 纽曼系统模式的基本内容是什么?
8. 简述纽曼系统模式与康复护理实践的关系。

(四) 论述题

1. 某医院脑瘫康复中心门诊收治的 1 例 5 岁脑外伤右侧偏瘫患儿的康复过程如下: 患儿出生及生后情况正常, 7 个月时因脑外伤遗留右侧偏瘫。就诊时情况: 左手功能正常, 日常生活及学习均由左手完成, 能用左手很好的画画、写字。右手主动活动意愿差, 在提醒下才用右手活动。前臂旋前、腕关节屈曲, 手指分离运动及力量都很差, 不能对指。下肢运动能力尚可, 走、跑、跳均能完成, 但易摔跤, 仔细观察会发现其走路时右

髋关节回旋异常，膝、踝关节屈曲欠灵活。智力及语言功能均正常。家长主诉及最大愿望就是希望其右手功能改善。

诊断：脑外伤后遗症右侧偏瘫。

治疗：作业治疗包括：①右侧侧起及负荷训练（易化右上肢分离运动）；②拧螺丝训练（对指及前臂旋后）；③插木棒训练（对指、协调）；熟练后慢慢过渡为取毛巾上的小夹子训练（手指力量的训练）；④捏橡皮泥训练（整个精细协调运动）；⑤用勺子舀东西（腕关节的灵活性训练）等。以上作业治疗采用循序渐进的原则，与推拿结合进行，每天1次，每次30分钟，每周5天。

(1) 结合病例，试述该患者存在哪些运动障碍。

(2) 在对此患者进行作业疗法中，训练患者用勺子舀东西（腕关节的灵活性训练）。试分析腕关节的构造、能做哪些运动、由哪些肌肉完成。

2. 患者，男性，38岁，因跌伤致左肩部疼痛、肿胀、活动受限1天。肩关节功能障碍，伤肢呈弹性固定于轻度外展内旋位，肘屈曲，用右侧手托住患侧前臂。外观呈“方肩”畸形，肩峰明显突出，肩峰下空虚。在腋下、喙突下或锁骨下可摸到肱骨头。X线片示左肩关节脱位，入院后给予复位治疗。

(1) 简述肩关节较其他关节容易脱位的原因。

(2) 试举例说明以肩关节为支点的手臂杠杆。

三、参考答案

(一) 名词解释

1. 等长收缩：是指肌肉长度不变，张力改变，不产生关节活动，也称为静力收缩。
2. 等张收缩：是指肌肉张力不变，但长度改变，产生关节活动的肌肉收缩。
3. 肌张力：是指肌肉在安静时所保持的紧张度。
4. 滑车关节：又名屈戌关节，是指一骨关节头呈滑车状，另一骨对应的关节窝正中生有矢状方向的嵴，与关节头的沟相对应。
5. 治疗性自理需求：是针对某个体当前正面临的自理需求，是需要采取行动予以满足的需求。
6. 主要刺激：是指环境中引起个体反应的直接原因。
7. 一级预防：是指当压力源可疑存在，或压力源已经确定，应变防线正抵抗压力源的侵袭时，护士应采取预防措施避免压力的打击或增强应变防线的抵抗能力。

(二) 选择题

【A₁型题】

1. A 2. B 3. D 4. B 5. D

【A₂型题】

6. B 7. A 8. A 9. A 10. A 11. C 12. B

(三) 简答题

1. 答：提高神经系统的调节能力；改善情绪，调节精神和心理；提高代谢能力，改善心肺功能；维持运动器官的形态与功能；促进代偿机制的形成与发展；预防术后血栓性静脉炎；促进机体损伤的恢复。

2. 答：肌肉的物理特性包括伸展性、弹性和黏滞性。

(1) 伸展性：是指在外力的作用下肌肉被拉长的特性。

(2) 弹性：是指在外力取消后肌肉可以恢复到原状的特性。

(3) 黏滞性：是指肌浆内各分子之间相互摩擦而产生的阻力。

3. 答：(1) 肌肉的横断面积。

(2) 肌肉的募集。

(3) 肌肉的初长度。

(4) 肌纤维的走向。

(5) 肌肉的收缩速度。

(6) 杠杆效率。

4. 答：可分为：

(1) 单轴性关节。

(2) 双轴性关节。

(3) 多轴性关节。

5. 答：(1) 省力：力臂增长或阻力臂缩短，就能用较小的力去克服较大的阻力。

(2) 获得速度：大多动作要求获得较大的运动速度与幅度，而不要求省力。

(3) 防止损伤：人体骨骼和肌肉组成的杠杆大多属于速度杠杆，当阻力过大时，容易引起运动杠杆的各环节，尤其是力点与支点，即关节、肌腱和肌止点的损伤。为能保护运动杠杆，一方面应通过训练增强肌力，另一方面还应适当的控制阻力和阻力臂。

6. 答：(1) 一般的自理需求，如对空气、饮食的需求。

(2) 发展的自理需求，如上学、求职、结婚等的心理适应需求，交往和生活调整等。

(3) 健康不佳时的自理需求，如及时得到治疗、对疾病导致的身心反应进行护理等需求。

7. 答：纽曼系统模式叙述了 4 部分内容：与环境互动的人、压力源、面对压力源人体作出的反应，以及对压力源的预防。

8. 答：纽曼发展了以护理诊断、护理目标和护理结果为步骤的独特的护理工作步骤。

(1) 护理诊断：首先护士需要对个体的基本结构、各防线的特征以及个体内外、人际间存在和潜在的压力源进行评估。

(2) 护理目标：护士以保存能量，恢复、维持和促进个体稳定性为护理原则，与服务对象及家属一起，共同制订护理目标及为达到这些目标所采取的干预措施并设计预期护理结果。

(3) 护理结果：是护士对于干预效果进行评价并验证干预有效性的过程。

(四) 论述题

1. 答：(1) 肌力异常：前臂旋前、腕关节屈曲，手指分离运动及力量都很差，不能对指；关节活动异常：其走路时右髋关节回旋异常，膝、踝关节屈曲欠灵活。

(2) 腕关节由腕骨间关节和桡腕关节组成。能做屈伸和外展内收运动。由桡侧腕屈(伸)肌、掌长肌、尺侧腕屈(伸)肌等来完成。

2. 答：(1) 关节囊越坚韧，紧张度越高，周围韧带和肌腱越坚固，致关节运动范围