

精准促醒 智启新生

深耕精细认知康复 守护全龄人群脑健康

在不少人的固有印象里,康复治疗等同于手脚肢体训练。很多患者和家属将全部重心放在练习行走、抬举肢体上,却常常忽略认知功能的评估与康复干预。认知能力是记忆、思考、判断、自主行动的基础,决定着人能否自理生活、正常学习及社交。即便肢体活动有所恢复,如果认知功能存在损伤,患者依旧难以顺利回归家庭,也会给家庭带来沉重的照护压力。

认知康复作为现代康复医学的重要组成部分,面向不同年龄段、不同疾病所致的认知功能障碍,开展个体化规范干预。依托全院康复、全员康复、全疾病周期、全生命周期的“四全”康复理念,认知康复不以单一症状改善为目标,而是以日常生活为导向,重建独立生活能力,改善记忆力减退、注意力涣散、反应迟缓、理解指令困难、生活自理能力下降等问题,帮助各类患者提升居家、学习、社会适应能力。



钱币分类训练



棋类认知训练

打破壁垒:不局限于脑卒中,覆盖全龄多类认知障碍人群

长期以来,认知康复在临床中极易被忽视。传统康复模式存在明显偏向:脑卒中康复重点训练行走能力,帕金森病康复侧重平衡训练,阿尔茨海默病患者仅以基础生活照护为主,发育迟缓儿童需加强手部精细动作训练。相比之下,潜藏的认知损伤仍缺少系统化干预。不少患者肢体功能恢复尚可,但认知缺陷持续存在,无法独立居家,学习受阻,家属长期承担繁重照护工作。

康复团队将认知评估与认知训练纳入常规康复流程,构建“有功能损伤,就有对应康复”的诊疗模式。目前认知康复主要服务四大类认知障碍人群。

第一类是脑血管等脑部相关疾病人群,包括脑梗死、脑出血、脑外伤、脑肿瘤、血管性痴呆等。这类人群在术后或疾病恢复期,易出现注意力下降、记忆缺损、执行功能障碍等认知问题。

第二类为神经退行性疾病人群,包含阿尔茨

海默病、帕金森病患者。患者除肢体活动异常外,常伴随思维迟缓、反应迟钝、理解指令困难、日常生活能力逐步倒退等症状。

第三类是先天及发育相关人群,如儿童发育迟缓、孤独症、脑瘫患儿,普遍表现为注意力难以集中、理解能力偏弱、学习速度慢、逻辑能力不足、康复配合度低。

第四类是其他因素诱发认知减退的人群,如重度睡眠障碍、长期焦虑躯体化、重度抑郁、酒精性脑损伤,都会造成记忆力、注意力不同程度下降。

遵循全疾病周期理念,认知康复在病情稳定阶段、儿童发育关键期、退行性病变早期及时介入,避免短暂认知损伤演变为永久性后遗症。同时坚持全生命周期康复思路,儿童侧重弥补发育短板,中青年侧重修复受损认知,老年人重在延缓认知衰退,实现分龄精准干预。

早期介入:开展认知训练,针对性解决真实临床问题

治疗师会结合患者年龄、原发疾病、认知损伤程度与配合度,设计阶梯式、生活化的训练方案,摒弃形式化治疗,精准解决各类认知难题。

专注力与反应能力训练

针对儿童分心多动、配合度低,脑卒中、帕金森病患者反应迟钝、听指令缓慢,老年认知障碍人群注意力涣散等问题,治疗师通过图形匹配、数字筛查、正误判断、分步操作等训练,逐步延长专注时长,提升信息接收与快速应答能力,改善反应呆滞、行动拖沓的状态。

记忆力唤醒训练

针对老年人频繁遗忘、卒中患者短时记忆缺失、发育儿童识记困难等问题,治疗师采用物品识记、故事复述、生活事件回顾、怀旧记忆巩固等训练分层干预。训练方案以延缓衰退、修复功

能、建立记忆体系为分层目标,适配老年人、儿童等不同人群需求。

定向力与思维逻辑训练

治疗师通过日期季节识别、方位辨识、物品分类、逻辑对比等生活化训练,改善患者时空认知混乱、思维无序、逻辑薄弱等问题,帮助认知障碍患者重建基础判断与辨识能力,补齐不同年龄段人群的思维短板。

日常执行功能训练

治疗师聚焦生活自理核心难题,针对中老年患者开展按时服药、物品归位、简单家务等训练;针对发育儿童开展任务分步完成、多指令执行、玩具整理等训练,切实提升患者独立生活、自主学习的能力,让康复效果融入日常生活。

全维护航:做实全周期认知康复,减轻家庭照护压力

认知功能是患者回归家庭、回归社会的核心基础,单纯肢体康复无法解决认知缺陷带来的生活障碍。依托“四全”康复体系,认知康复贯穿疾病全程:早期介入阻断损伤进展,恢复期精准修复功能,慢性病长期延缓衰退,儿童发育期抢抓黄金修复期。

规范的认知康复干预,对不同人群均有显著成效。脑血管疾病患者可有效减少认知后遗症,恢复记忆与自理能力;神经退行性疾病患者能改善思维迟钝问题,提升配合度,延缓认知退化,保留更长自理周期;发育迟缓儿童可有效提升专注力、理解力与学习能力,缩小同龄发育差距;睡眠

障碍、情绪障碍及酒精性脑损伤人群,可在治疗原发病的基础上,靶向修复认知损伤,实现躯体、心理、认知全方位康复。

精细化、个性化的认知康复训练,立足临床刚需、贴合家庭需求,切实解决各类患者的认知功能问题,以务实的康复成效,助力认知障碍人群重启高质量生活。

未来,认知康复领域将持续深耕全龄段、全周期康复服务,普及规范化认知康复技术,补齐各类人群康复短板,为人民群众的脑健康保驾护航。

(周口市中医院康复中心 韩琳燕)

本版组稿 杜营营

本版图片由周口市中医院提供

