

冲刺预测班  
健康管理理论基础  
健康管理师职业资格考试三级

主讲老师：吕青

第 11 章 康复医学基础知识

主要内容

- 第一节 现代康复医学的兴起与发展
- 第二节 康复医学基本概念
- 第三节 康复医学的基本内容
- 第四节 康复治疗技术

第 11 章 康复医学基础知识

第一节 现代康复医学的兴起与发展

第一节 现代康复医学的兴起与发展

康复	自从有了人类就有了康复。 现代康复医学作为一门新兴的医学学科，萌芽于第一次世界大战。 迄今为止，康复医学的发展已有 80 余年的历史，已经形成了相对成熟的学科体系，为人类的健康与发展做出了突出的贡献。
----	--

第一节 现代康复医学的兴起与发展

国外康复医学的发展	1910 年开始，“康复”一词正式开始应用残疾人身上。 1917 年美国陆军成立了身体功能重建部和康复部。康复问题引起人们的重视是在第一次世界大战之后，随后的第二次世界大战涌现的大量伤残军人进一步促进了社会对康复医学重要性的认识。 为使伤员尽快回归社会，康复医学应运而生。
-----------	--

第一节 现代康复医学的兴起与发展

国外康复医学的发展	美国康复医学之父 Howard A. Rusk（腊斯克）博士将第二次世界大战时的康复治疗经验在综合医院进行推广，开始尝试用多种康复治疗手段进行康复治疗。 1958 年，Rusk 博士主编的《康复医学》教科书问世，这是康复医学领域第一本权威教材。 这一阶段，康复医学作为一门独立的学科得到了世界卫生组织的认可。
-----------	--

第一节 现代康复医学的兴起与发展

单选题

美国康复医学之父

- A. Howard A. Rusk
- B. Maslow's
- C. Sigmund Freud

D. Albert Einstein

【答案】A

第一节 现代康复医学的兴起与发展

国内康复医学的发展	1984 年，国家“七五”重点工程—中国康复研究中心开工建设，标志着现代康复医学正式引入中国。 2018 年党的“十九大”报告明确指出要发展残疾人事业，加强残疾康复服务。
-----------	--

第一节 现代康复医学的兴起与发展

三级康复网络服务理念	(1) 早期康复：以国家级、省级大型康复中心或有条件的综合医院为主。关口前移，减少伤残 (2) 后期康复：以区域性康复中心或专科医院及综合医院康复医学科为主。 (3) 社区康复：以社区康复机构或社区卫生服务机构为主。
------------	--

第 11 章 康复医学基础知识

第二节 康复医学基本概念

第二节 康复医学基本概念

康复定义	WHO 对康复的最新定义：综合地、协调地应用医学的、教育的、社会的、职业的各种方法，使病、伤、残者(包括先天性残疾)已经丧失的功能尽快地、最大可能地得到恢复和重建，使他们在体格上、精神上、社会上和经济上的能力得到尽可能的恢复，重新走向生活、工作和社会。
康复分类	康复分为五个方面：医学康复、教育康复、职业康复、社会康复和康复工程。

第二节 康复医学基本概念

康复医学	康复医学是一门具有独立的理论基础、功能评定方法、治疗技能和规范的医学应用学科，旨在预防和改善服务对象的功能障碍，提高生活质量，回归家庭、社会、学习、工作。 内容：包含康复基础学、康复评定学、康复治疗学、康复临床学和社区康复学等。
------	---

第二节 康复医学基本概念

多选题

以下说法正确的是

- A. 康复医学是一门具有独立的理论基础、功能评定方法、治疗技能和规范的医学应用学科
- B. 康复分医学康复、教育康复、职业康复、社会康复和康复工程
- C. 康复医学包含康复基础学、康复评定学、康复治疗学、康复临床学和社区康复学
- D. 康复评定会由康复护师召集

【答案】ABC

## 第二节 康复医学基本概念

康复医学工作模式与康复评定会	由多学科、多专业人员组成康复团队，共同致力于患者功能康复。由康复医师召集物理治疗师、作业治疗师、言语治疗师、康复护师、心理医生、假肢及矫形器技师、社会工作者、营养师及相关科室医生出席康复评定会，确认患者的功能障碍、制定康复目标并制定、修正系统康复计划等。
----------------	---

## 第二节 康复医学基本概念

康复医学发展模式	人类医学模式发展经历了三个阶段， 自然哲学医学模式； 生物医学模式； 生物-心理-社会康复模式。 现代康复医学以患者为中心，以人与环境和谐适应为基础，而不仅仅是简单的防病、治病。
----------	---

## 第二节 康复医学基本概念

康复与康复医学服务对象	(1) 残疾人：我国残疾人为 8500 万，涉及 2.6 亿家庭人口，其中 60% 的残疾人有康复需求，总量超过 5000 万。 (2) 老年人：我国已经进入老年化社会，截至 2017 年底，我国 60 岁及以上老年人口有 2.41 亿人，占总人口 17.3%；约有 1 亿的老年人有康复需求。
-------------	--

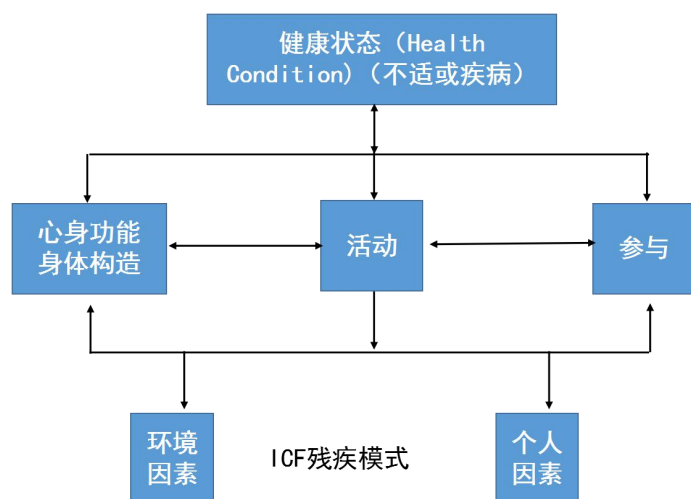
## 第二节 康复医学基本概念

康复与康复医学服务对象	(3) 慢性病患者：有康复需求的慢性病已超过 2 亿人。 (4) 疾病和损伤的急性期和恢复期患者。 (5) 亚健康人群：WHO 将机体无器质性病变，但是有一些功能改变的状态称为“第三状态”。我国称“亚健康状态”。 亚健康即指非病非健康状态，这是一类次等健康状态（亚即次等之意），是介于健康与疾病之间的状态。
-------------	--

## 第二节 康复医学基本概念

国际功能、残疾和健康分类（ICF）	用身体功能、个体功能、社会功能来表示健康功能状态。 可以用残损、活动受限、参与受限评定残疾。 ICF 的开发为描述和分类健康以及健康相关领域提供了统一的国际化和标准化的语言。
-------------------	---

## 第二节 康复医学基本概念



## 第二节 康复医学基本概念

多选题

国际功能、残疾和健康分类（ICF）以下正确的是

- A. 用身体功能、个体功能、社会功能来表示健康功能状态
- B. 用身体功能、个体功能来表示健康功能状态
- C. 可以用残损、活动受限评定残疾
- D. 可以用残损、活动受限、参与受限评定残疾

【答案】AD

## 第二节 康复医学基本概念

残疾	残疾是指由于各种躯体、身心、精神疾病或损伤以及先天异常所致人体解剖结构、生理功能的异常和(或)丧失，造成机体长期、持续或永久性的功能障碍状态，并影响到身体活动、日常生活、工作、学习和社会交往活动能力。
残疾分类 (七类)	(1) 视力残疾。 (2) 听力残疾。

## 第二节 康复医学基本概念

残疾分类	(3) 言语残疾。 (4) 肢体残疾。 (5) 智力残疾。 (6) 精神残疾：是指各类精神障碍持续一年以上未痊愈，由于存在认知、情感和行为障碍，以致影响其日常生活和社会参与。自闭症一般划归为精神残疾范畴。 (7) 多重残疾：指同时存在视力残疾、听力残疾、言语残疾、肢体残疾、智力残疾、精神残疾中的两种或两种以上残疾。
------	--

## 第二节 康复医学基本概念

残疾分级 (四级)	一级（极重度） 二级（重度）
--------------	-------------------

	三级（中度） 四级（轻度）
--	------------------

## 第 11 章 康复医学基础知识

### 第三节 康复医学的基本内容

#### 第三节 康复医学的基本内容

康复医学工作内容	包括康复预防、康复功能评定和康复治疗三部分。
康复预防	<p>康复医学的首要任务是预防残疾的发生，保护患者的身体功能和各种能力。</p> <p>残疾预防是指在了解致残原因的基础上，积极采取各种有效措施、途径，防止、控制或延迟残疾的发生。</p>

#### 第三节 康复医学的基本内容

康复预防	<p>残疾预防分三级，即在三个不同层次预防伤残或功能障碍的发生。</p> <p>1. 一级预防 指预防可能导致残疾的各种损伤和疾病，避免发生原发性残疾的过程。通过有效的预防措施，可降低残疾发生率的 70%。</p> <p>主要措施：免疫接种、预防性咨询及指导、预防性保健、避免引发残疾的危险因素、实行健康的生活方式、提倡合理行为及精神卫生；安全防护预防职业性工伤事故；加强学校、家庭、社会宣传教育及交通安全教育，减少各种意外事故造成残疾等。</p>
------	--

#### 第三节 康复医学的基本内容

康复预防	<p>2. 二级预防 指疾病或损伤发生后，采取积极主动措施限制或逆转由损伤造成的残疾，可降低残疾发生率的 10%~20%。</p> <p>主要措施：通过残疾早期筛查、定期健康检查、控制危险因素、改变不良生活方式、早期医疗干预、早期康复治疗、必要的药物治疗、必要的手术、及时提供系统的康复治疗等措施防止损伤后出现残疾。</p> <p>脑梗塞早期溶栓</p>
------	---

#### 第三节 康复医学的基本内容

康复预防	<p>3. 三级预防 指残疾已经发生，采取各种积极措施防止残疾恶化的过程，以减少残疾残障给个人、家庭和社会所造成的影响。</p> <p>三级预防的措施：防止残疾变成残障或降低残障影响的各种措施，如通过各种康复治疗、安装假肢、训练等，对残疾者直接干预，以改善或提高躯体和心理功能；通过职业咨询和训练，提高生活自理能力，恢复或增强工作和学习能力；通过改变雇主和社会公众的态度和行为、保险等，促使残疾者重返家庭和社会。</p>
------	--

### 第三节 康复医学的基本内容

康复评定分期	(1) 初期评定：在患者入院初期完成，目的是全面了解患者功能状况和障碍程度、致残原因、康复潜力，并估计患者康复的预后，以此确定康复目标和制定康复治疗计划的依据。
	(2) 中期评定：在康复治疗中期进行的评定，目的是了解经过一段康复治疗，患者功能改变情况，有无康复疗效，分析其原因，并以此作为调整康复治疗计划的依据，中期评定可多次进行。

### 第三节 康复医学的基本内容

康复评定分期	(3) 末期评定：目的是了解患者经过康复治疗，患者总体功能状况，评价康复治疗效果，提出今后重返家庭和社会或进一步康复治疗的建议。
康复评定内容	(1) 躯体功能评定。 (2) 精神功能评定：包括认知功能评定、情绪评定、失用症和失认症的评定、智力测定、性格评定等。 (3) 言语功能评定。 (4) 社会功能评定：包括社会生活能力评定、生活质量评定、就业能力评定等。

### 第三节 康复医学的基本内容

多选题

康复评定内容 ( )

- A. 躯体功能评定
- B. 精神功能评定
- C. 言语功能评定
- D. 社会功能评定
- E. 心理功能评定

【答案】ABCD

### 第三节 康复医学的基本内容

康复治疗定义	康复治疗是为帮助患者获得知识和技能，最大程度获得躯体、精神和社会功能的一个主动的、动态的过程。
康复治疗特点	(1) 强调“以患者功能为中心”。 (2) 强调患者主动参与：只有患者主动参与，才能保证康复治疗的有效性。 (3) 康复团队模式：康复治疗由多学科的专业人员组成康复治疗小组共同进行。以发挥康复小组共同作用模式，提高患者的康复治疗效果。

### 第三节 康复医学的基本内容

康复治疗特点	(4) 终身康复治疗：康复治疗应尽早介入，并贯穿于整个治疗的始终，患者应长期坚持，终身康复。
康复治疗作用	(1) 预防或矫正继发性功能障碍。 (2) 强化肢体的代偿功能。

	<p>(3) 利用代偿方法提高疾患系统的功能。</p> <p>(4) 利用矫形器具 / 适应性器械装置增进功能。</p> <p>(5) 调整患者生活和职业环境。</p> <p>(6) 应用心理疗法改善患者行为表现以提高患者的学习效果。</p>
--	---

### 第三节 康复医学的基本内容

康复治疗常用手段	<p>(1) 物理疗法 (PT)：包括运动疗法和物理因子疗法。</p> <p>运动疗法是物理疗法的核心部分。</p> <p>物理因子疗法是用电、光、声、磁、水、蜡等物理因子治疗手段，促进患者的康复。</p>
----------	---

### 第三节 康复医学的基本内容

康复治疗常用手段	<p>(2) 作业疗法 (OT)：指针对病、伤、残者的功能障碍，指导患者参与选择性、功能性活动的治疗方法。包括认知训练、感觉统和训练、矫形器具和自助具制作、压力治疗、缅怀治疗与心理辅导、康复环境设计及改造、社区及家庭生活技能训练等。</p> <p>如选用木工活、纺织、刺绣、制陶、手工艺品制作等，改善患者双手功能等。</p>
----------	--

### 第三节 康复医学的基本内容

康复治疗常用手段	<p>(3) 言语治疗 (ST)：针对脑卒中、颅脑外伤后、小儿脑瘫、头颈部肿瘤以及一些先天缺陷患者引起的交流能力障碍和口语发音障碍等进行评定，并进行训练和矫治的方法。</p> <p>(4) 心理治疗：通过观察、谈话、实验和心理测验法 (智力、人格、神经心理等) 对患者的心理异常进行诊断，用精神支持疗法、暗示疗法、催眠疗法、行为疗法、脱敏疗法、松弛疗法、音乐疗法和心理咨询进行心理治疗的方法。</p>
----------	--

### 第三节 康复医学的基本内容

康复治疗常用手段	<p>(5) 康复护理 (RN)：用护理学方法照料残疾者，除治疗护理手段外，尚采用与日常生活活动有密切联系的训练方法帮助患者在病房中进行自理生活的训练。</p> <p>(6) 康复工程 (RE)：</p> <p>如假肢、矫形器或辅助器具的制作。</p> <p>康复评定设备和功能训练器械等。</p> <p>设计无障碍建筑和环境改造等。</p>
----------	---

### 第三节 康复医学的基本内容

康复治疗常用手段	<p>(7) 中国传统康复疗法：如推拿疗法、针灸疗法、气功疗法等。</p>
----------	---------------------------------------

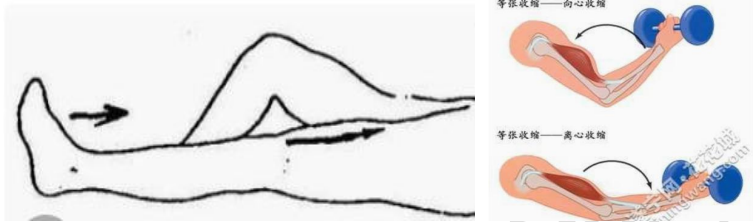
	(8) 社会工作(SW)：动员社会各界、各种力量，为残疾人的生活、学习、工作和社会活动创造良好的社会环境。
--	---

第 11 章 康复医学基础知识

第四节 康复治疗技术

第四节 康复治疗技术

维持或扩大关节活动范围的康复治疗	常用方法：通过保持肢体良好的体位、定时进行体位转换、被动运动、徒手体操或利用器械扩大关节活动范围；通过缓慢牵伸缓解肌肉痉挛，从而扩大关节活动范围。
增强肌力和肌肉耐力康复治疗	增强肌力和肌肉耐力的训练统称为力量训练。 等长收缩：肌肉收缩，长度不变的状态。 等张收缩：肌肉收缩，张力不变，长度缩短或延长，同时引起关节活动。



第四节 康复治疗技术

肌力	0 级：完全瘫痪。 1 级：肌肉可收缩，但是不能动。 2 级：肢体可以动，但是不能抬。 3 级：肢体可以抬起，但不能对抗阻力。 4 级：肢体可以对抗阻力。 5 级：完全正常。
----	--

第四节 康复治疗技术

增强肌力和肌肉耐力的常用方法	1. 按照不同肌力大小分类    有辅助训练、主动训练、抗阻训练、渐进抗阻训练等运动方法。 2. 按照不同肌肉收缩的方式分类    可分为等长训练、等张训练及等速训练。
----------------	---

第四节 康复治疗技术

恢复平衡能力的康复治疗方法	1. 按照体位    分仰卧位训练、前臂支撑下俯卧位训练、肘膝跪位训练、双膝跪位和单膝跪位训练、坐位训练(又分长坐位平衡训练和端坐位平衡训练)及站立位平衡训练。 2. 按平衡类型    又分为静态平衡训练、自动态平衡训练和他动态平衡训练。
---------------	--

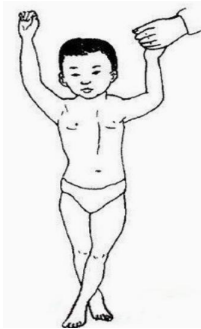
第四节 康复治疗技术



改善协调功能的康复治疗方法	<p>单块肌肉训练法；</p> <p>多块肌肉协调动作训练。</p> <p>根据患者的不同情况，还可采取包括上下肢协调、左右侧协调、速度协调、位相协调等训练，具体如手精细功能训练，肢体协调性训练及步态训练等。</p>
---------------	--

#### 第四节 康复治疗技术

矫正步态的康复治疗	<p>步行训练指恢复独立或者辅助步行能力的训练方法。步行训练的基本原则应以步态分析为依据，将患者异常步态的关键环节作为训练重点，同时注重下肢关节、肌肉、平衡能力等训练，在训练中，适当使用矫形器和步行辅助具。</p>
-----------	---



#### 第四节 康复治疗技术

增强心肺功能的康复治疗	<p>1. 概述 增强心肺功能指的是加强人体的摄氧能力和转化氧气成为能量的能力，其目的是预防心脏病的发生。</p> <p>2. 常用方法 有氧耐力训练是提高机体心肺功能的重要手段。如长距离步行、慢跑、打太极拳、骑自行车、游泳和爬山等。但对残疾患者，力所能及的日常生活活动同样可产生有益作用，如整理床铺、收拾房间和打扫卫生等。</p>
-------------	--

#### 第四节 康复治疗技术

促进运动功能恢复的神经生理学方法	<p>1. Bobath 疗法（波巴斯） 适用于脑瘫和偏瘫患者。</p> <p>2. Brunnstrom 疗法（布伦斯特罗姆）。</p> <p>3. 本体感觉神经肌肉促进技术 (PNF)。</p> <p>4. Rood 疗法（如特）。</p>
------------------	--

#### 第四节 康复治疗技术

改善日常生活活动 (ADL) 功能的康复治疗	<p>1. 增强肌力训练。</p> <p>2. 维持和扩大关节活动度训练。</p> <p>3. 改善协调和灵巧度的训练 如锯木、打磨平板、编织等。</p> <p>4. 平衡训练 如套圈、抛沙包等。</p> <p>5. 日常生活动作训练等。</p>
------------------------	---