

Chủ biên:

PGS.TS. CAO MINH CHÂU

Những người biên soạn:

PGS.TS CAO MINH CHÂU

PGS.TS. VŨ THỊ BÍCH HẠNH

TS. PHẠM VĂN MINH

TS. ĐD LÊ THỊ BÌNH

ThS. NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN

ThS. NGUYỄN THỊ KIM LIÊN

Thư ký biên soạn:

PGS. TS. VŨ THỊ BÍCH HẠNH

ThS. NGUYỄN THỊ THANH HUYỀN

Tham gia tổ chức bản thảo:

ThS. PHÍ VĂN THÂM

TS. NGUYỄN MẠNH PHA

LỜI GIỚI THIỆU

Thực hiện một số điều của Luật Giáo dục, Bộ Giáo dục & Đào tạo và Bộ Y tế đã ban hành chương trình khung đào tạo Bác sĩ đa khoa. Bộ Y tế tổ chức biên soạn tài liệu dạy – học các môn cơ sở và chuyên môn theo chương trình trên nhằm từng bước xây dựng bộ sách đạt chuẩn chuyên môn trong công tác đào tạo nhân lực y tế.

Sách PHỤC HỒI CHỨC NĂNG được biên soạn dựa trên chương trình giáo dục của Trường Đại học Y Hà Nội trên cơ sở chương trình khung đã được phê duyệt. Sách được các tác giả PGS.TS. Cao Minh Châu, PGS.TS. Vũ Thị Bích Hạnh, TS. Phạm Văn Minh, TS. DD. Lê Thị Bình, ThS. Nguyễn Thị Thanh Huyền, ThS. Nguyễn Thị Kim Liên biên soạn theo phương châm: kiến thức cơ bản, hệ thống; nội dung chính xác, khoa học, cập nhật các tiến bộ khoa học, kỹ thuật hiện đại và thực tiễn Việt Nam.

Sách PHỤC HỒI CHỨC NĂNG đã được Hội đồng chuyên môn thẩm định sách và tài liệu dạy – học chuyên ngành bác sĩ đa khoa của Bộ Y tế thẩm định năm 2008. Bộ Y tế quyết định ban hành là tài liệu dạy – học đạt chuẩn chuyên môn của ngành trong giai đoạn hiện nay. Trong thời gian từ 3 đến 5 năm, sách phải được chỉnh lý, bổ sung và cập nhật.

Bộ Y tế xin chân thành cảm ơn các tác giả và Hội đồng chuyên môn thẩm định đã giúp hoàn thành cuốn sách; Cảm ơn TS. Nguyễn Thế Luyến, ThS. BSCK II Nguyễn Thị Thanh đã đọc và phản biện để cuốn sách sớm hoàn thành kịp thời phục vụ cho công tác đào tạo nhân lực y tế.

Lần đầu xuất bản, chúng tôi mong nhận được ý kiến đóng góp của đồng nghiệp, các bạn sinh viên và các độc giả để lần xuất bản sau được hoàn thiện hơn.

VỤ KHOA HỌC VÀ ĐÀO TẠO – BỘ Y TẾ

LỜI NÓI ĐẦU

Phòng bệnh, điều trị, phục hồi chức năng và giáo dục sức khỏe là các thành phần cơ bản trong chiến lược chăm sóc sức khỏe nhân dân của Đảng và Nhà nước. Từ chiến lược đó người tàn tật Việt Nam được chăm sóc và phục hồi toàn diện hơn, nhu cầu đào tạo cán bộ Phục hồi chức năng trở thành thiết thực và cấp bách. trong đó có điều dưỡng PHCN.

Bộ môn Phục hồi chức năng Trường đại học Y Hà Nội được thành lập ngày 28/11/1988 theo quyết định của Bộ trưởng Bộ Y tế. Sau 20 năm thành lập. Bộ môn đã đào tạo được hàng ngàn cán bộ PHCN. Các trường Đại học và cao đẳng Y trong cả nước thành lập các bộ môn PHCN, đưa chương trình giảng dạy PHCN cho sinh viên y khoa. Các bộ môn PHCN của các trường Y ngày càng phát huy tác dụng trong sự nghiệp đào tạo cán bộ chuyên ngành. Tuy nhiên chưa có tài liệu cho cử nhân điều dưỡng về PHCN.

Để có tài liệu cơ bản giảng dạy cho cử nhân điều dưỡng phục hồi chức năng ở các trường đại học Y, chúng tôi biên soạn cuốn **"Phục hồi chức năng"** cho cử nhân điều dưỡng. Cuốn sách được chia làm hai phần theo chương trình: Phần lý thuyết và phần thực hành.

Cuốn sách này dùng cho các thầy cô giáo để chuẩn bị các khoá đào tạo cử nhân điều dưỡng, giảng dạy môn học **"điều dưỡng phục hồi chức năng"** và cho cả các điều dưỡng viên mới chuyển qua làm việc với chuyên ngành Phục hồi chức năng tham khảo. Do thời gian và chương trình đào tạo ở mỗi trường đại học Y có khác nhau, nên chúng tôi đề xuất những nguyên tắc chung về điều dưỡng trong một số chủ đề cơ bản nhất thường gặp trong chuyên ngành PHCN, các thầy cô giáo có thể bổ sung cho phù hợp với chương trình, nội dung, thời gian đào tạo và hoàn cảnh của trường mình.

Tham gia biên soạn cuốn sách này là các phó giáo sư, tiến sĩ y khoa, tiến sĩ điều dưỡng, các thầy cô giáo đã có kinh nghiệm giảng dạy nhiều năm và đã từng trải với nhiều chương trình phục hồi chức năng cho người tàn tật Việt Nam. Trong cuốn sách có nhiều kiến thức mới của thế giới được bổ sung và cập nhật. Tuy nhiên, không thể tránh được các thiếu sót và làm vừa lòng quý bạn đọc. Chúng tôi mong nhận được sự đóng góp ý kiến, bổ sung của các thầy cô giáo và bạn đọc để lần tái bản sau cuốn sách được hoàn chỉnh hơn.

Nhân dịp này chúng tôi trân trọng cảm ơn sự đóng góp ý kiến quý báu của các cán bộ điều dưỡng ở Bệnh viện Bạch Mai, của các nhà khoa học trong hội đồng thẩm định sách.

Chủ biên

PGS.TS. CAO MINH CHÂU

CHƯƠNG TRÌNH CHO CỬ NHÂN ĐIỀU DƯỠNG

(Hệ chính quy)

MÔN HỌC: ĐIỀU DƯỠNG PHỤC HỒI CHỨC NĂNG

Số tiết : 2 ĐVHT: 1 LT / 1TH (15 tiết LT, 32 tiết TH)

STT	TÊN BÀI	SỐ TIẾT	
		LT	TH
1	Tổng quan về quá trình tàn tật và PHCN. Vai trò của điều dưỡng trong PHCN.	2	0
2	Lượng giá của điều dưỡng đối với một người tàn tật.	2	4
3	Các thương tật thứ phát thường gặp và cách phòng ngừa.	2	4
4	Vận động trị liệu.	2	4
5	Chăm sóc điều dưỡng và phục hồi chức năng cho bệnh nhân liệt nửa người do tai biến mạch máu não.	2	4
6	Chăm sóc điều dưỡng và phục hồi chức năng cho bệnh nhân tổn thương tuỷ sống.	2	4
7	Chăm sóc đường tiết niệu cho bệnh nhân tổn thương tuỷ sống.	1	4
8	Chăm sóc đường ruột cho bệnh nhân tổn thương tuỷ sống.	1	4
9	Chăm sóc loét ở bệnh nhân tổn thương tuỷ sống.	1	4
	Tổng	15	32

MỤC LỤC

		Trang
Lời giới thiệu		3
Lời nói đầu		5
PHẦN LÝ THUYẾT	Tác giả	
Bài 1. Tổng quan về tàn tật và phục hồi chức năng.	Cao Minh Châu	9
Bài 2. Lượng giá của điều dưỡng đối với một người tàn tật.	Cao Minh Châu	21
Bài 3. Các thương tật thứ phát thường gặp và cách phòng ngừa.	Nguyễn Thị Thanh Huyền	32
Bài 4. Vận động trị liệu.	Phạm Văn Minh	43
Bài 5. Điều dưỡng phục hồi chức năng cho bệnh nhân bị liệt nửa người sau tai biến mạch máu não.	Vũ Thị Bích Hạnh	50
Bài 6. Chăm sóc điều dưỡng và phục hồi chức năng cho bệnh nhân bị tổn thương tuỷ sống.	Nguyễn Thị Kim Liên	65
Bài 7. Điều dưỡng phục hồi chức năng đường tiết niệu cho bệnh nhân tổn thương tuỷ sống.	Vũ Thị Bích Hạnh	80
Bài 8. Chăm sóc đường ruột ở bệnh nhân tổn thương tuỷ sống.	Vũ Thị Bích Hạnh	90
Bài 9. Chăm sóc loét ở bệnh nhân tổn thương tuỷ sống.	Phạm Văn Minh	100
PHẦN THỰC HÀNH		
CÁC QUY TRÌNH KỸ THUẬT THỰC HÀNH		106
1. Thực hành lượng giá chung của điều dưỡng đối với một người tàn tật (2h).	Cao Minh Châu	106
2. Thực hành lập kế hoạch can thiệp điều dưỡng đối với một người tàn tật (2h).	Cao Minh Châu	111
3. Phát hiện cứng khớp (2h).	Vũ Thị Bích Hạnh	113
4. Đặt tư thế người bệnh nằm ngửa (2h).	Vũ Thị Bích Hạnh	116
5. Tập vận động thụ động theo tầm vận động khớp (4h).	Phạm Văn Minh	121
6. Hướng dẫn bệnh nhân liệt nửa người di chuyển từ giường sang xe lăn và ngược lại (2h).	Vũ Thị Bích Hạnh	143
7. Đỡ bệnh nhân liệt nửa người ngồi dậy từ tư thế nằm nghiêng (2h)	Vũ Thị Bích Hạnh	146
8. Hướng dẫn bệnh nhân bị liệt nửa người mặc và cởi quần áo (1h).	Vũ Thị Bích Hạnh	149

9. Hướng dẫn bệnh nhân đi trong thanh song song (1h).	Cao Minh Châu	153
10. Chăm sóc bệnh nhân tổn thương tủy sống (1h).	Vũ Thị Bích Hạnh	156
11. Chuyển bệnh nhân từ giường sang xe lăn và ngược lại (1h).	Vũ Thị Bích Hạnh	158
12. Trợ giúp ho có hiệu quả cho bệnh nhân bị ứ đọng đờm dãi (1h).	Cao Minh Châu	161
13. Thực hiện vỗ, rung lồng ngực cho người bệnh ứ đọng đờm dãi (1h).	Cao Minh Châu	164
14. Băng ép chống hạ huyết áp tư thế ở bệnh nhân liệt tủy (1h).	Nguyễn Thị Thanh Huyền	167
15. Hướng dẫn BN tổn thương tủy sống đặt thông tiểu ngắt quãng (2h).	Nguyễn Thị Thanh Huyền	170
16. Hướng dẫn BN tổn thương tủy sống đặt thông tiểu lưu (2h).	Nguyễn Thị Kim Liên	177
17. Hướng dẫn BN thực hiện chương trình đường ruột ở người có dạng đường ruột phản xạ (2h).	Vũ Thị Bích Hạnh	183
18. Hướng dẫn BN tổn thương tủy sống thiết lập chương trình đường ruột ở dạng ruột liệt nhẽo (2h).	Vũ Thị Bích Hạnh	186
19. Hướng dẫn bệnh nhân (gia đình) các phòng ngừa loét (2h).	Nguyễn Thị Thanh Huyền	189
20. Thay băng vết loét (2h).	Nguyễn Thị Thanh Huyền	192
Đáp án môn học		196
Tài liệu tham khảo		199

Bài 1

TỔNG QUAN VỀ TÀN TẬT VÀ PHỤC HỒI CHỨC NĂNG

MỤC TIÊU

1. Trình bày được quá trình tàn tật: sức khoẻ, khiếm khuyết, tàn tật và tàn phế.
2. Trình bày được các biện pháp phòng ngừa khiếm khuyết, tàn tật và tàn phế.
3. Mô tả được các khái niệm Phục hồi chức năng và các hình thức Phục hồi chức năng.

1. SỨC KHOẺ VÀ CHĂM SÓC SỨC KHOẺ BAN ĐẦU

1.1. Định nghĩa về sức khoẻ

Định nghĩa sức khoẻ là tình trạng hoàn chỉnh về thể chất, tinh thần, môi trường xã hội, đồng thời không có bệnh và tàn tật.

Năm 1978, Hội nghị quốc tế ở Alma-Ata đã ra tuyên ngôn về “chăm sóc sức khoẻ ban đầu” với khẩu hiệu sức khoẻ cho tất cả mọi người. Hội nghị cũng đã xác nhận sức khoẻ là yếu tố quan trọng để đẩy mạnh sản xuất, xây dựng kinh tế, xoá đói giảm nghèo, xây dựng cuộc sống ấm no hạnh phúc cho mọi người.

Chăm sóc sức khoẻ ban đầu có ý nghĩa quan trọng trong quá trình chăm sóc sức khoẻ, bao gồm chăm sóc các mặt thiết yếu của sức khoẻ dựa vào dự phòng, sử dụng các biện pháp kỹ thuật khoa học cơ bản có hiệu quả với giá thành thấp để mọi người có thể thực hiện được dễ dàng ngay tại cộng đồng đang sinh sống.

1.2. Các yếu tố chăm sóc sức khoẻ ban đầu

- Giáo dục sức khoẻ, nâng cao sức khoẻ cho mọi người.
- Phòng ngừa bệnh, tai nạn, tàn tật, hạn chế tối đa các yếu tố nguy cơ và các thương tật thứ phát.
- Điều trị sớm, đúng bệnh, đặc biệt phát triển y học gia đình, tổ chức mạng lưới y tế cơ sở thích hợp, cung cấp thuốc thiết yếu, kiểm soát giá hợp lý, phát triển y học cổ truyền.
- Phục hồi chức năng cho người tàn tật và phòng ngừa tàn tật.

1.3. Nội dung chăm sóc sức khoẻ ban đầu

- Giáo dục sức khoẻ.
- An toàn thực phẩm, lương thực.
- Cung cấp đủ nước sạch.
- Thanh khiết môi trường cơ bản.
- Tiêm chủng đầy đủ và đúng các bệnh nhiễm khuẩn chủ yếu.
- Phòng ngừa và khống chế các bệnh lây nhiễm tại mỗi địa phương.
- Chữa các bệnh và chấn thương thông thường.
- Cung cấp đầy đủ các thuốc thiết yếu.
- Lập hồ sơ quản lý sức khoẻ.
- Thống kê, báo cáo định kỳ.

2. BỆNH VÀ QUÁ TRÌNH TÀN TẬT

2.1. Bệnh

Khi có một bệnh nguyên: vật lý, hoá học, sinh học, di truyền làm thay đổi sinh lý, sinh hoá của cơ thể gọi là quá trình bệnh lý và thường dẫn đến bệnh. Bệnh là quá trình của bệnh nguyên, bệnh sinh tác động vào tế bào, cơ quan bộ phận của cơ thể gây ảnh hưởng đến quá trình sinh lý của con người. Sau khi bị bệnh, bị tai nạn, người bệnh có thể tự khỏi, được điều trị khỏi hoặc có thể bị khiếm khuyết, bị giảm khả năng hoặc tàn tật được gọi là quá trình tàn tật.

2.2. Quá trình tàn tật

Tàn tật là một quá trình từ khiếm khuyết, tàn tật và tàn phế.

2.2.1. Khiếm khuyết (impairment)

2.2.1.1. Định nghĩa:

Là tình trạng thiếu hụt, bất thường về tâm lý, sinh lý, giải phẫu hoặc chức năng nào đó của cơ thể. Khiếm khuyết chủ yếu đề cập đến mức độ của cơ thể.

2.2.1.2. Ví dụ:

- Cụt chi.
- Đục nhân mắt.
- Các tật tim bẩm sinh.

2.2.1.3. Các biện pháp phòng ngừa cơ bản

Để một người không bị khiếm khuyết gọi là phòng ngừa tàn tật cấp 1 bao gồm :

- Tiêm chủng đủ, đúng.
- Phát triển tốt y học cộng đồng.
- Bảo đảm 5 yếu tố bảo vệ sức khoẻ.
- Chống bạo lực.
- Nâng cao chất lượng cuộc sống cho cộng đồng.
- Phát triển ngành phục hồi chức năng, phát hiện tàn tật sớm, tìm nhu cầu phục hồi chức năng, cung cấp tốt, kịp thời mắt kính, máy trợ thính, dụng cụ chỉnh hình, xe lăn để giảm tác động của khiếm khuyết.

2.2.2. Tàn tật (Disability)

2.2.2.1. Định nghĩa:

Tàn tật là tình trạng hạn chế hoặc thiếu khả năng (thường do tình trạng khiếm khuyết gây nên) để thực hiện một hoạt động chức năng nào đó so với người bình thường. Tàn tật đề cập đến tổn thương mức độ hoạt động chức năng con người.

2.2.2.2. Ví dụ:

- Cụt chân gây đi lại khó khăn.
- Đục nhân mắt gây khó khăn nhìn.
- Khiếm khuyết về trí tuệ gây khó khăn về học hành.

2.2.2.3. Phòng ngừa tàn tật

Các biện pháp để ngăn ngừa người bị khiếm khuyết không bị tàn tật gọi là phòng ngừa tàn tật cấp 2, bao gồm: