

· 综述 ·

社区老年衰弱患者跌倒风险感知的研究进展

严晓晨, 陈玲*, 高慧

(广西中医药大学护理学院, 南宁 530200)

【摘要】 社区老年衰弱患者因躯体功能减退, 发生跌倒的风险较高。跌倒风险感知强调从患者角度探讨对跌倒风险的理解, 对个体主动采取跌倒预防性行为, 减少跌倒发生风险具有积极意义。本文主要就社区老年衰弱患者跌倒风险感知现状、影响因素、评估工具及干预方法进行综述, 以期为医护人员开展相关研究进而制定针对性的跌倒预防管理方案提供参考。

【关键词】 老年人; 衰弱; 跌倒风险; 风险感知

【中图分类号】 R473.2; R592

【文献标志码】 A

【DOI】 10.11915/j.issn.1671-5403.2025.01.016

Research progress in fall risk perception among community-dwelling frail elderly patients

Yan Xiaochen, Chen Ling*, Gao Hui

(Faculty of Nursing, Guangxi University of Chinese Medicine, Nanning 530200, China)

【Abstract】 Frail elderly patients in the community are at higher risk of falls due to physical impairments. Fall risk perception emphasizes exploring the understanding of fall risk from the patient's perspective and is of positive significance for individuals to take proactive fall preventive behaviors to reduce the risk of falling. This article mainly reviews the current status, influencing factors, evaluation tools and intervention measures of fall risk perception in community-based frail elderly patients. It is expected to provide a reference for medical staff to conduct relevant research and tailor fall prevention and management plans.

【Key words】 aged; frail; fall risk; risk perception

This work was supported by the Scientific Research Project of Guangxi Nursing Association (GXHL202309) and Project on Enhancement of Basic Research Ability of Young and Middle-aged Teachers in Guangxi University (2022KY0297).

Corresponding author: Chen Ling, E-mail: 181135005@qq.com

衰弱是常见的老年综合征, 表现为机体平衡力及肌肉力量下降, 对跌倒、骨折等不良事件的发生风险增高^[1]。社区是跌倒高发地^[2]。相关研究发现, 社区老年衰弱患者跌倒发生率高达 40%, 跌倒造成的健康受损、经济负担等严重影响患者的生活质量^[3,4]。跌倒风险感知是跌倒高危群体对跌倒的可能性和严重程度的主观评估, 正确感知的跌倒风险可以降低跌倒发生风险^[5,6]。因此, 本文就社区老年衰弱患者跌倒风险感知相关内容进行综述, 旨在为相关研究的开展提供依据。

1 社区老年衰弱患者跌倒风险感知现状

当患者低估跌倒风险时, 往往造成对风险的

忽视, 使其对跌倒预防管理依从性不足, 增加跌倒发生风险。宋方方等^[7]研究发现, 受文化程度、居住状况等影响, 衰弱老年人未能充分评估自身的跌倒风险, 跌倒预防知行水平较低, 参与跌倒预防管理的依从性不佳; 而当患者高估自身跌倒风险时, 会引发不必要的慢性焦虑、跌倒恐惧, 同样增加跌倒发生风险。赵宏霞等^[8]发现, 衰弱老年人因疾病及认知功能的影响, 过于高估自己跌倒风险, 跌倒恐惧严重, 对预防跌倒管理的信心较低。跌倒风险感知的程度决定不同的跌倒应对行为, 准确评估跌倒风险感知水平是预防跌倒的第一步^[9]。目前, 关于社区老年衰弱患者跌倒风险感知的现状研究较少, 主要发现衰弱老年人因跌

收稿日期: 2024-03-05; 接受日期: 2024-07-08

基金项目: 广西护理学会科研项目 (GXHL202309); 广西高校中青年教师科研基础能力提升项目 (2022KY0297)

通信作者: 陈玲, E-mail: 181135005@qq.com

倒风险的评估不足产生行为偏差,不利于跌倒预防管理。

2 社区老年衰弱患者跌倒风险感知的影响因素

2.1 人口学因素

Bao 等^[9]研究发现,跌倒风险感知与平均年龄的差异有关,高龄老年人容易高估跌倒的风险;Chittrakuld 等^[10]发现,文化程度、收入水平较高及对预防跌倒有所了解的老年人跌倒风险感知较好,会主动进行跌倒预防以及对居家环境进行适老化改造,而低文化程度的老年人对跌倒风险的感知较差,容易忽视跌倒风险。

2.2 社会支持

研究显示,不同居住方式、子女数量和婚姻状况的老年人跌倒风险不同,高社会支持老年人有较好的跌倒风险感知,可以减少对跌倒的恐惧,增加预防跌倒的信心,因而跌倒发生风险较低^[11,12]。

2.3 疾病与用药因素

研究发现,因疾病症状严重而活动受限或下肢力量较弱的老年患者,其跌倒感知风险会高于合并疾病数量较少的老年人^[9,13]。此外,老年人因多病共存而多重用药是普遍存在的现象^[14],但 Bell 等^[15]发现,老年人较容易忽视药源性跌倒问题,服用高跌倒风险药物的老年患者存在对跌倒风险感知偏低的情况。

2.4 认知因素

认知下降的老年人由于行动迟缓、视力及听力障碍,对外部信息的访问、处理、速度和执行力下降,跌倒风险感知较低,跌倒风险较高^[16]。相关研究发现,社区老年衰弱患者主观认知下降发生率较高^[17],这提示社区医护人员及家属要关注主观认知下降的社区老年衰弱群体,了解其对跌倒风险的感知,尽早开展相关预防干预。

2.5 跌倒史

Kiyoshi-Teo 等^[18]发现,在 3 个月内发生过跌倒的老年患者跌倒风险感知较高,会主动采取跌倒预防措施避免再次发生跌倒。而无跌倒史的老年患者对跌倒风险的感知水平较低,对跌倒的风险较为轻视^[19]。

2.6 疼痛史

Souza 等^[20]研究发现,患有严重疼痛的老年人对跌倒风险表现出更好的感知,有助于老年人采取

预防措施。但徐慧萍等^[21]研究发现,疼痛较敏感的患者容易产生焦虑、恐惧心理,导致对跌倒风险的高度感知。

2.7 心理因素

Sonnad 等^[22]研究发现,患者发生跌倒导致骨折发生后,意识到跌倒产生的后果而产生恐惧感,对跌倒风险感知过高,而影响其预防跌倒措施的信心。而相关研究证明,老年衰弱患者焦虑、抑郁症状的发生率较高^[23]。因此,医护人员应关注老年衰弱患者存在的负性心理情绪,进行针对性的心理护理,促使患者采取积极的跌倒预防行动,提高生活质量。

由于目前国内外尚无针对社区老年衰弱患者跌倒风险感知的研究,现有文献均是回顾其他人群跌倒风险感知的相关影响因素,可为了解社区老年衰弱患者跌倒风险感知的影响因素提供一定的参考。

3 跌倒风险感知的评估工具

3.1 社区老年人跌倒风险感知量表

该量表由鲍冠君等^[24]通过文献查阅及专家函询等方式于 2022 年开发形成,评估社区老年人对跌倒的风险感知。主要从跌倒生物行为易感性感知、跌倒社会环境易感性感知、跌倒严重性感知 3 个维度进行评估,根据李克特(Likert)5 级评分法,从“非常不同意”至“非常同意”依次计 1~5 分,得分越高跌倒风险感知水平越高。量表的克朗巴哈(Cronbach's α)系数为 0.913,3 个维度的 Cronbach's α 系数分别为 0.858、0.854 和 0.814,有较好的信效度。可作为社区老年衰弱患者跌倒风险感知的测评工具,但由于缺乏在该类人群中的大样本信效度检验,后期可进一步优化。

3.2 社区老人跌倒风险自评表

该量表由宋俊敏等^[25]通过美国疾控中心(Centers for Disease Control and Prevention, CDC)官网下载的《美国 CDC 社区老人跌倒风险自评表》并结合中国实际情境进行汉化而成。该量表的 Cronbach's α 系数为 0.670,总分 ≥ 4 分为界值区分高风险和非高风险人群,量表的敏感度高达 81.03%,受试者工作特征曲线下面积(area under curve, AUC)为 0.74,具有相对好的预测准确性。此外,社区老人跌倒风险自评表条目数量仅有 12 个,只需回答是或否,易于理解,可应用于社区

作为有效工具和重要参考。但量表信效度值偏低,后期可考虑通过改变评分方式等对其进行进一步优化。

4 提高社区衰弱老年跌倒风险感知的干预措施

4.1 加强健康教育

有效的健康教育可以提升社区衰弱老年人的跌倒风险感知,从而提升患者跌倒自我管理能力。Bustamante-Troncoso 等^[26]对社区老年人进行多维度的健康教育,提高了患者对于跌倒预防知识的掌握水平,使其有较好的跌倒风险感知,从而促进了患者跌倒自我管理的能力,降低了跌倒发生率。由此可见,社区医护人员可在了解社区老年衰弱患者跌倒风险感知的基础上,结合患者的文化程度和接受能力,采取合适的教育方式进行健康教育,如线上视频或线下的讲座、宣传手册等,宣教跌倒预防等相关知识,以引导老年衰弱患者正确感知自身跌倒风险,促进患者主动参与自身跌倒预防管理。

4.2 适当运动干预

李鑫等^[27]通过个性化多组分运动干预,改善了患者的衰弱状态,提高老年衰弱患者的平衡能力,并促进了患者跌倒效能的有效提升。高志鹏^[28]采用八段锦干预,改善衰弱老年下肢力量的同时,提高了患者对跌倒预防的信心,减轻跌倒恐惧心理。因此,针对跌倒风险感知过高的老年衰弱患者,医护人员可根据患者身体情况引导其进行简单易行的运动训练,改善机体功能和步态,提高患者对自身跌倒管理的信心。

4.3 构建社会支持系统

研究证明,社区医护人员给予的定期访视及关心,同辈的相互支持和鼓励,有利于提升老年人对跌倒风险问题的重视及参与跌倒预防管理的积极性^[29]。此外,部分老年患者因记忆力减退、学习能力下降等原因,在医护专业人员提供跌倒预防管理的信息支持后仍对相关内容掌握不充分时,老年人可通过在家庭成员和社会同伴的支持帮助中对跌倒预防知识耳濡目染,逐渐充分掌握跌倒防护知识^[30]。因此,医护人员应做好定期随访,为社区老年衰弱患者提供针对性的跌倒预防健康信息,并帮助患者充分利用社会支持系统,让其关注自身跌倒风险问题,提高患者对跌倒风险的敏感度。

综上,社区老年衰弱患者因躯体功能衰退等原因跌倒发生风险较高,跌倒造成的后果严重影响社区老年衰弱人群的预后。不仅社区医护人员需要重视该类人群的跌倒问题,患者也需要重视自身跌倒高风险问题。跌倒风险感知对社区老年衰弱患者主动参与跌倒预防管理具有重要意义。今后有必要从社区老年衰弱患者的角度感知跌倒风险等方面加深研究,选择合适的评估工具进行探索,并结合该人群跌倒风险感知的具体水平进行针对性跌倒预防管理,促进跌倒预防管理,从而降低社区衰弱人群的跌倒发生率。

【参考文献】

- [1] Soares JS, Santos AC, Santos-Rodrigues RC, *et al.* Risk of violence and frailty syndrome among older adults treated at a hospital service[J]. Rev Bras Enferm, 2023, 76: Suppl 2 (Suppl 2): e20220278. DOI: 10.1590/0034-7167-2022-0278.
- [2] 李晓瑞,朱丽红,赵阳,等. 社区老年人跌倒风险筛查与评估的最佳证据总结[J]. 护理学杂志, 2022, 37(4): 92-94, 105. DOI: 10.3870/j.issn.1001-4152.2022.04.092.
- [3] 刘华雪. 社区老年人衰弱现状及跌倒风险的前瞻性研究[D]. 济南:山东第一医科大学, 2019: 45-46. DOI: 10.27353/d.cnki.gtsyc.2019.000115.
- [4] 刘晓燕,丁霞,董晨,等. 社区与住院老年人跌倒的现状 & 影响因素[J]. 中国康复理论与实践, 2022, 28(4): 389-398. DOI: 10.3969/j.issn.1006-9771.2022.04.004.
- [5] Vivrette RL, Rubenstein LZ, Martin JL, *et al.* Development of a fall-risk self-assessment for community-dwelling seniors[J]. J Aging Phys Act, 2011, 19(1): 16-29. DOI: 10.1123/japa.19.1.16.
- [6] Christiansen TL, Lipsitz S, Scanlan M, *et al.* Patient activation related to fall prevention: a multisite study[J]. Jt Comm J Qual Patient Saf, 2020, 46(3): 129-135. DOI: 10.1016/j.jeqp.2019.11.010.
- [7] 宋方方,王丹丹,张晓菲,等. 老年冠心病合并认知衰弱病人跌倒预防知行信现状及影响因素分析[J]. 全科护理, 2022, 20(25): 3585-3588. DOI: 10.12104/j.issn.1674-4748.2022.25.034.
- [8] 赵宏霞,王衍富,吕学瑞,等. 老年 2 型糖尿病住院患者衰弱、认知功能与跌倒恐惧的相关性[J]. 中华老年多器官疾病杂志, 2022, 21(2): 125-129. DOI: 10.11915/j.issn.1671-5403.2022.02.027.
- [9] Bao G, Liu Y, Zhang W, *et al.* Accuracy of self-perceived risk of falls among hospitalised adults in China: an observational study[J]. BMJ Open, 2022, 12(12): e065296. DOI: 10.1136/bmjopen-2022-065296.

- [10] Chittrakul J, Siviroj P, Sungkarat S, *et al.* Physical frailty and fall risk in community-dwelling older adults: a cross-sectional study[J]. J Aging Res, 2020, 2020(9): 1–8. DOI: 10.1155/2020/3964973.
- [11] 蒋丹, 刘伟, 宫宁, 等. 老年脑卒中患者跌倒效能与社会支持的相关性研究[J]. 护理学报, 2020, 27(18): 65–67. DOI: 10.16460/j. issn1008-9969. 2020. 18. 065.
- [12] Lee S, Oh E, Hong GRS. Comparison of factors associated with fear of falling between older adults with and without a fall history[J]. Int J Environ Res Public Health, 2018, 15(5): 982. DOI: 10.3390/ijerph15050982.
- [13] Turner N, Jones D, Dawson P, *et al.* The perceptions and rehabilitation experience of older people after falling in the hospital[J]. Rehabil Nurs, 2019, 44(3): 141–150. DOI: 10.1097/rmj. 0000000000000107.
- [14] 王晗, 王莎莎, 胡树菁, 等. 慢性肾病患者衰弱与不良结局关系的系统综述[J]. 护理研究, 2020, 34(9): 1497–1505. DOI: 10.12102/j. issn. 1009-6493. 2020. 09. 002.
- [15] Bell HT, Steinsbekk A, Granas AG. Elderly users of fall-risk-increasing drug perceptions of fall risk and the relation to their drug use — a qualitative study[J]. Scand J Prim Health Care, 2017, 35(3): 247–255. DOI: 10.1080/02813432. 2017. 1358438.
- [16] Quach LT, Ward RE, Pedersen MM, *et al.* The association between social engagement, mild cognitive impairment, and falls among older primary care patients[J]. Arch Phys Med Rehabil, 2019, 100(8): 1499–1505. DOI: 10.1016/j. apmr. 2019. 01. 020
- [17] 姚学飞. 社区老年人的衰弱状况及其与认知功能障碍的相关性研究[D]. 呼和浩特: 内蒙古医科大学, 2019: 11–12. DOI: 10.27231/d. cnki. gnmcy. 2019. 000040.
- [18] Kiyoshi-Teo H, Northrup-Snyder K, Cohen DJ, *et al.* Older hospital inpatients' fall risk factors, perceptions, and daily activities to prevent falling[J]. Geriatr Nurs, 2019, 40(3): 290–295. DOI: 10.1016/j. gerinurse. 2018. 11. 005.
- [19] Lim ML, Seow JP, Ang SY, *et al.* Disparity between perceived and physiological risks of falling among older patients in an acute care hospital[J]. Appl Nurs Res, 2018, 42(3): 77–82. DOI: 10.1016/j. apnr. 2018. 06. 010.
- [20] Souza LF, Batista REA, Camapanharo CRV, *et al.* Factors associated with risk, perception and knowledge of falls in elderly people[J]. Rev Gaucha Enferm, 2022, 43(1): 77–82. DOI: 10.1590/1983-1447. 2022. 20200335.
- [21] 徐慧萍, 张炎改, 刘延锦, 等. 全膝关节置换术后患者恐动症的影响因素研究[J]. 中华护理杂志, 2021, 56(10): 1460–1465. DOI: 10.3761/j. issn. 0254-1769. 2021. 10. 003.
- [22] Sonnad SS, Mascioli S, Cunningham J, *et al.* Do patients accurately perceive their fall risk? [J]. Nursing, 2014, 44(11): 58–62. DOI: 10.1097/01. NURSE. 0000454966. 87256. 17.
- [23] 陈娟, 谢军, 孙媛媛, 等. 老年衰弱患者焦虑、抑郁、生活质量状况的分析[J]. 实用临床医药杂志, 2019, 23(4): 73–77. DOI: 10.7619/jcmp. 201904022.
- [24] 鲍冠君, 罗焯, 刘苑菲, 等. 社区老年人跌倒风险感知量表的编制及信效度检验[J]. 护理学杂志, 2022, 37(24): 9–13. DOI: 10.3870/j. issn. 1001-4152. 2022. 24. 009.
- [25] 宋俊敏, 万丹婷, 郑中梅, 等. 美国 CDC 社区老人跌倒风险自评表在我国老年人群中测试和信效度[J]. 中国公共卫生, 2020, 36(4): 592–595. DOI: 10.11847/zgggws1120861.
- [26] Bustamante-Troncoso C, Herrera-López LM, Sánchez H, *et al.* Efecto de una intervención multidimensional en personas mayores autovalentes para el manejo del riesgo de caídas [J]. Atención Primaria, 2020, 52(10): 722–730. DOI: 10.1016/j. aprim. 2019. 07. 018
- [27] 李鑫, 赵蕊, 张慧鑫. 个体化多组分运动管理在老年衰弱患者中的应用效果[J]. 中国护理管理, 2022, 22(8): 1164–1169. DOI: 10.3969/j. issn. 1672-1756. 2022. 08. 010.
- [28] 高志鹏. 八段锦对衰弱前期老年人衰弱状态及下肢运动功能的康复效果[D]. 唐山: 华北理工大学, 2020: 17–18. DOI: 10.27108/d. cnki. ghelu. 2020. 000782.
- [29] 田文雯, 李善玲, 李维果. 社区老年人跌倒预防自我管理体验的 Meta 整合[J]. 护理学杂志, 2024, 39(10): 102–106. DOI: 10.3870/j. issn. 1001-4152. 2024. 10. 102.
- [30] 曾文, 张俊峰, 蔡桂云, 等. 老年人跌倒致骨折后对跌倒认知的质性研究[J]. 解放军预防医学杂志, 2019, 37(12): 185–187. DOI: 10.13704/j. cnki. jyyx. 2019. 12. 075.

(编辑: 温玲玲)