

偏瘫脑梗患者康复期护理的现状与挑战

龚娜

江西省南昌市西湖区南昌大学第四附属医院 330003

【摘要】：偏瘫是脑血管病中常见的一种，主要包括偏瘫、单侧或双侧肢体瘫痪等症状。脑卒中的主要特点为起病突然，病情进展迅速，致残率及致死率高。随着我国老龄化社会的到来，偏瘫脑卒中的发病率呈上升趋势，而其对患者身体健康与生命安全构成了严重威胁。在脑卒中康复期护理工作中，给予患者科学的康复护理措施，对于提高其生活质量、缩短其住院时间、减少经济负担有着重要意义。本文将从脑卒中康复期护理概念与原则、脑卒中康复期护理现状与挑战及脑卒中康复期护理策略等方面进行阐述，以期对脑卒中患者的科学康复提供一定参考。

【关键词】：偏瘫；脑梗塞；康复期护理；护理目标；护理措施

Current situation and challenge of nursing in rehabilitation period of patients with hemiplegic cerebral infarction

Na Gong

The Fourth Affiliated Hospital of Nanchang University, Xihu District, Nanchang, Jiangxi 330003

Abstract: Hemiplegia is a common type of cerebrovascular disease, mainly including hemiplegia, unilateral or bilateral limb paralysis and other symptoms. The main characteristics of stroke are sudden onset, rapid progression, high disability rate and fatality rate. With the coming of the aging society in China, the incidence of hemiplegic stroke is on the rise, and it poses a serious threat to the health and life safety of patients. In the rehabilitation nursing work of stroke, giving patients scientific rehabilitation nursing measures is of great significance to improve their quality of life, shorten their hospitalization time and reduce their economic burden. In this paper, the concepts and principles of nursing during stroke rehabilitation, the current situation and challenges of nursing during stroke rehabilitation, and nursing strategies during stroke rehabilitation will be elaborated in order to provide certain references for the scientific rehabilitation of stroke patients.

Keywords: hemiplegia; cerebral infarction; rehabilitation nursing; nursing objectives; nursing measures

引言：

偏瘫是脑梗塞最常见的后遗症之一，严重影响患者的生活质量。脑梗塞是指由于脑血管破裂或阻塞导致脑组织供血不足，引起脑功能障碍的疾病。脑梗塞致瘫后，患者的肢体运动、感觉、平衡和协调能力都会受到严重影响，需要进行康复期护理以恢复功能。康复期护理在偏瘫患者的康复过程中起着至关重要的作用。

一、脑卒中康复期护理概念与原则

1.1 脑卒中康复期护理概念

脑卒中康复期护理是指在患者康复治疗前，通过对其进行科学的护理干预措施，促使其在疾病康复过程中，提高生活质量，缩短住院时间，减少经济负担。目前，脑卒中康复期护理主要包括运动功能锻炼、认知功能锻炼及心理护理等内容。

脑卒中患者在进行康复治疗时应遵循“早期、全面、综合”的原则。所谓“早期”指的是在脑卒中发病后2h内开始康复治疗，最迟不超过24h。“全面”指的是康复治疗应覆盖患者的身体功能、心理、社会交往、职业及经济状况等方面。“综合”指的是在进行康复治疗时应遵循循证医学理论。

1.2 脑卒中康复期护理原则

脑卒中患者在进行康复治疗时，应根据患者的实际情况选择适当的康复措施进行科学地护理干预，从而实现疾病的恢复。此外，在对患者进行护理干预时应遵循个性化原则。不同患者在不同时期存在不同的康复需求，因此在对患者进行康复护理干预时应结合患者具体情况与需求给予针对性治疗或护理干预措施。

1.2.1 康复运动功能锻炼

脑卒中患者的康复运动功能锻炼主要包括患侧肢体运动、语言与吞咽、构音与发声训练以及认知功能训练等。康复运动功能锻炼能够增强患者机体功能，从而促进患者神经功能恢复。康复运动功能锻炼能够减轻患者的疼痛，使其获得更好的生活质量。此外，在进行康复运动功能锻炼时应遵循循序渐进的原则，以最大程度地提高患者的康复效果。此外，在对患者进行康复运动功能锻炼时应注意以下几个方面：

(1) 对患者进行康复运动功能锻炼前应明确患者的实际情况，如是否存在肌肉痉挛、关节僵硬等现象，以便选择适当的康复运动功能锻炼方案。

(2) 对患者进行康复运动功能锻炼时应遵循个体化原

则，不同患者存在不同的需求，因此在对其进行康复训练时应根据其具体情况选择合适的康复训练方法。

(3) 对患者进行康复运动功能锻炼时应遵循安全性原则，确保其在接受治疗期间的安全。在进行训练时应避免给患者造成身体伤害。

1.2.2 认知功能锻炼

脑卒中患者的认知功能主要包括注意力、记忆力、注意力保持、记忆速度及记忆力等方面。脑卒中患者的认知功能主要由大脑皮层的运动功能控制，而大脑皮层的运动功能则受大脑皮质下区域的控制。在进行康复治疗时应以患者大脑皮质运动区为主要目标，同时结合其他部位进行康复护理干预。

在对脑卒中患者进行认知功能锻炼时应遵循个性化原则，即根据患者的实际情况选择合适的认知训练方法，从而提高其认知能力。如对于轻度认知障碍患者，应鼓励其多参与日常生活活动，如散步、听音乐等；而对于中度认知障碍患者，则应鼓励其多参与室内活动，如看电视、打扑克等；对于重度认知障碍患者则应鼓励其多进行户外活动，如散步、打太极拳等。

1.2.3 心理护理

脑卒中患者在疾病康复过程中，往往存在焦虑、抑郁等情绪，严重者还会出现自杀倾向。因此在对患者进行康复治疗时，护理人员应在其治疗期间给予心理疏导，避免出现其他严重的并发症。

有研究发现，患者在疾病康复过程中存在心理压力及心理障碍，而这些都会对患者的康复造成影响。护理人员应定期对患者进行心理疏导，使其认识到自身病情的严重性，降低患者的焦虑、抑郁情绪。

此外，护理人员还应引导患者正确看待疾病恢复情况。有研究发现，脑卒中患者在康复期间存在一定的复发风险。因此在对患者进行康复治疗时应采用科学、有效地方式减轻复发风险。

此外，护理人员还应注重加强与患者及家属之间的沟通与交流。由于脑卒中患者长期卧床，无法正常行走或活动，因此很容易对其日常生活产生一定的影响。护理人员应加强与家属之间的沟通与交流，帮助其提高对疾病康复的信心，使其积极配合治疗与护理工作。此外，护理人员还应关注患者的心理健康情况并进行及时干预。

1.2.4 饮食护理

目前，对于脑卒中患者的饮食护理，大多以营养科医生或营养师为主，缺乏临床护理人员的参与，缺乏系统的康复营养指导。应加强对脑卒中患者饮食营养指导工作。

(1) 针对不同患者及疾病情况制定个性化的饮食方案：在进行脑卒中患者饮食护理时，应根据患者病情、年龄、疾病类型及日常生活活动能力等制定个性化饮食方案，并对其进行科学的评估。其中包括营养需求评估、吞咽困难评估及进食风险评估等。例如针对吞咽困难较严重的患者，应采用鼻饲管进食的方式给予营养支持；对于吞咽困难较轻的患者，可通过鼻饲管进食的方式进行营养支持。

(2) 结合脑卒中患者身体状况制定个性化食谱：脑卒中患者在进行康复治疗后，其身体状况及营养状态均会发生变化，因此在对脑卒中患者进行饮食护理时应结合患者实际情况制定个性化食谱。

二、脑卒中康复期护理现状与挑战

我国的脑卒中患者中，因偏瘫引起的残疾率高达70%。在我国，有半数以上的脑卒中患者处于早期阶段，需要接受科学的康复治疗。然而，目前我国的康复护理水平仍有待提高，在此方面，国外发达国家已取得了许多有益成果。在欧美发达国家中，大多数患者都接受了较长时间的康复治疗，且取得了一定疗效。在此方面，我国尚存在较大差距。临床实践表明，脑卒中患者康复期护理工作中存在一些亟待解决的问题。

2.1 护士缺乏相关知识

由于缺乏专业护理知识与技能，护士很难给患者提供全面、有效的康复护理方案；

2.2 未接受相关专业培训

我国脑卒中患者数量庞大，且大部分为高龄、体弱多病患者。在对患者进行康复护理时，护士需具备一定的专业知识与技能；

2.3 缺乏心理支持

由于缺乏专业的心理支持与指导，在脑卒中患者康复期护理工作中，护士无法及时给予患者帮助与支持。

三、加强对脑卒中患者的康复护理知识培训

康复护理是一种综合性的护理，其主要包括运动训练、认知训练、心理训练、职业康复和社会康复。在脑卒中患者的康复护理中，护士应充分掌握运动训练、认知训练、心理训练和职业康复等知识，从而为患者提供全面有效的康复护理服务。同时，护士应熟练掌握脑卒中患者的日常生活能力评估方法，并根据患者的实际情况制定合理的康复护理计划。此外，护士应掌握各种康复护理工具的使用方法及注意事项。同时，护士还应加强与患者家属之间的沟通与交流，以便及时了解患者在日常生活中的问题，从而有针对性地为患者提供服务。此外，护士还应加强对脑卒中患者心理问题的重视与关注。由于脑卒中患者大多存在不同程度的心理问题，因此护士在对患者进行康复护理时，应密切关注患者心理变化及需求，并给予相应的心理支持与帮助。

3.1 完善康复护理人员配置

在脑卒中患者的康复期护理工作中，护士是不可或缺的。需要进一步完善脑卒中患者的康复护理人员配置，并提高其专业技能水平。如德国的护士普遍具有大专以上学历，且具备一定的医学知识与技能；美国则在此方面存在较大差距。目前，我国对护士进行相关专业培训的机构较少，且培训内容单一、枯燥。建议相关部门应尽快完善我国脑卒中患者康复期护理人员配置，并定期对其进行专业培训，提高其专业知识与技能水平；此外，应进一步提高护士在脑卒中患者康复期护理工作中的地位与作用，并通过提高其待遇与地位来调动其工作积极性。只有这样才能有效地促进我国脑卒中患者康复期护理工作水平的提高。

3.2 改善患者家属及社会的认知

随着我国老龄化的加剧，脑卒中患者数量逐年上升。因我国民众对脑卒中患者康复期护理知识的认知不足，导致患者家属不能积极、有效地配合护士进行康复护理。同时，由于患者数量庞大，我国对脑卒中康复护理的宣传力度也不强，导致社会对脑卒中患者康复期护理知识的了解程度较低，不能做到全面、及时地为患者提供康复护理服务。改善脑卒中患者家属及社会的认知是一项重要任务。

四、脑卒中康复期护理策略

对于脑卒中患者，尤其是偏瘫患者，早期康复对其预后有着重要影响。脑卒中发病后，其中枢神经系统的损伤严重，肢体功能丧失、认知功能下降等，影响着患者的日常生活活动能力。对于脑卒中患者来说，进行康复护理干预是十分必要的。然而，目前对于脑卒中康复期护理的研究内容较为单一、缺乏系统性研究、研究方法单一等问题仍较为突出。在脑卒中患者康复期护理中，需要结合患者病情特点、年龄、文化程度等方面进行综合性研究。

不同年龄、性别的患者在康复期间存在着不同的特点，因此其康复护理方案也应有所差异。脑卒中患者多为老年人，其生理机能退化严重，且受疾病影响程度较大。

4.1 运动疗法

运动疗法是康复护理的重要组成部分，也是脑卒中患者最常采用的康复护理措施。在运动疗法中，首先是通过康复师进行运动干预，帮助患者建立正确的运动模式；其次是进行康复训练，改善患者的关节活动度、肌张力，使患者能够自行进行肢体活动；再次，应在医生指导下进行康复训练，可以采用被动活动、主动运动等方式。

有研究指出，通过康复训练可显著提高脑卒中偏瘫患者的日常生活能力以及并发症发生率。此外，在运动疗法中应注意以下几点：首先是训练时的运动强度应适当、循序渐进。其次是在训练时需注意患者的安全性和舒适性。再次是在训练中要及时与医生沟通，避免出现意外事故。最后是进行运动训练时应根据患者的实际情况合理安排，可将每周的训练时间分为三次、五次等进行。此外，还应注意与患者进行有效沟通，了解患者的心理需求，从而制定合理的运动方案。

4.2 作业疗法

作业疗法是一种训练患者的日常生活能力，提高其生活自理能力，促进脑卒中患者健康的方法。作业疗法包括：职业训练、作业治疗、日常生活训练等。职业训练主要包括：职业认知和技能、职业身体适应、职业社会适应等。作业治疗主要包括：作业疗法的内容（包括作业内容和评价）、选择合适的治疗时机等。日常生活训练主要包括：饮食与饮水、穿衣与洗漱、如厕与排便、用电设备的使用等。

目前，作业疗法在脑卒中患者康复期护理中得到了广泛应用，但是，其效果并不明显，原因在于：缺乏科学系统的评价体系和统一标准；对于作业疗法的应用尚缺乏系统性研究；对于脑卒中患者的个体化康复方案制定不够全面，缺乏系统性、针对性。在脑卒中患者康复期护理中，应将作业疗

法与其他康复方法相结合，提高其治疗效果。例如：针对脑卒中患者偏瘫侧肢体活动受限，采用肢体被动运动训练+辅助装置训练相结合的方法；针对脑卒中患者失语症状明显，采用认知疗法+作业治疗的方法；针对脑卒中患者尿失禁症状明显，采用运动疗法+作业治疗相结合的方法等等。

4.3 言语治疗

对于脑卒中患者来说，康复期最重要的是语言功能的恢复。言语治疗是在语言训练的基础上，通过言语治疗师对患者进行相关的言语训练，从而帮助患者恢复言语功能。目前，对于脑卒中患者的康复期护理，主要包括心理护理、语言康复训练以及家庭康复等方面。在心理护理方面，主要是通过对患者进行心理疏导，帮助患者树立起战胜疾病的信心；在语言康复训练方面，主要是对患者进行正确发音和朗读等方面的训练。对于脑卒中患者来说，由于其存在着不同程度的认知功能障碍，因此在语言康复训练中存在着一定困难。在护理过程中需要注意结合患者实际情况选择合适的康复训练方法。对于言语治疗师来说，其需要对患者进行一对一的指导和训练，从而帮助患者更好地恢复言语功能。

为了降低脑卒中患者的致残率、致死率和死亡率，需要加强对脑卒中患者康复期护理工作的研究与分析，并结合实际情况选择合适的护理方案。

五、结束语

脑卒中作为一种常见的慢性疾病，具有发病率高、致残率高及死亡率高等特点，严重影响着患者的生活质量及生命安全。在临床护理工作中，针对患者进行科学的康复护理，不仅可以提高患者生活质量，同时还可降低住院费用及缩短住院时间。但目前脑卒中患者康复期护理仍面临着诸多挑战，如患者家属对康复治疗缺乏正确认知、家属文化水平有限、家庭经济负担较重等，限制了我国脑卒中患者的科学康复。为提高脑卒中患者的生活质量，应加强对家属进行相关知识的普及与宣教，以提高其认知水平；同时加强对脑卒中患者家庭经济负担的减轻，从而促进其疾病的科学康复。

参考文献：

- [1]宗媛媛. 脑梗塞护理中偏瘫肢体康复训练护理的效果观察及肢体功能恢复情况分析[J]. 中文科技期刊数据库(文摘版)医药卫生, 2023(4): 3.
- [2]魏梦中. 脑梗塞护理中偏瘫肢体康复训练护理的应用及价值研究[J]. 微量元素与健康研究, 2022, 39(5): 2.
- [3]刘清. 研究脑梗塞偏瘫用早期康复护理干预对改善患者肢体功能和活动能力的影响[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生, 2021(3): 257-258.
- [4]高楠. 研究脑梗塞偏瘫用早期康复护理干预对改善患者肢体功能和活动能力的干预作用[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生, 2021(7): 2.
- [5]齐慧莲. 浅谈脑梗塞肢体偏瘫患者康复训练及临床护理观察[J]. 中文科技期刊数据库(全文版)医药卫生, 2021(2): 2.