

## 脑卒中患者早期康复时机及方法的研究进展

杨雪艳, 辉沐吟, 李寿蓉

中国人民解放军联勤保障部队第九二〇医院神经内科 云南昆明

**【摘要】**脑卒中已成为我国居民第一位致残原因, 常伴有肢体偏瘫、言语、吞咽、心理障碍等并发症。严重影响了患者的生活质量。而早期通过规范化的康复护理可进一步提高患者的生存质量。本文从脑卒中后早期康复目的、康复时机、良肢位摆放康复护理、运动功能康复训练、语言功能康复训练、吞咽功能康复训练及心理康复护理等方面进行了分析与探究, 现对相关内容综述如下。

**【关键词】**脑卒中; 早期康复时机; 早期康复方法; 研究进展

### Research progress on timing and methods of early rehabilitation in stroke patients

Xueyan Yang, Muyin Hui, Shourong Li

Department of Neurology, No. 920 Hospital, Joint Logistics Support Force of the Chinese People's Liberation Army, Kunming, Yunnan

**【Abstract】** Stroke has become the first cause of disability among Chinese residents, and is often accompanied by complications such as limb hemiplegia, speech, swallowing, and psychological disorders. seriously affect the quality of life of patients. And early standardized rehabilitation care can further improve the quality of life of patients. This article analyzes and explores the purpose of early rehabilitation after stroke, rehabilitation timing, rehabilitation nursing of good limb placement, motor function rehabilitation training, language function rehabilitation training, swallowing function rehabilitation training and psychological rehabilitation nursing. The overview is as follows.

**【Keywords】** stroke; early rehabilitation timing; early rehabilitation methods; research progress

脑卒中具有高发病率、高复发率、高死亡率、高致残率、高经济负担等特点。患者常伴有不同程度的偏瘫、失语、吞咽障碍和认知、心理障碍等多功能障碍, 严重影响了患者的生活质量, 增加了家庭和社会经济负担<sup>[1]</sup>。卒中后早期康复开始的时机及方法很重要, 在发病 24 小时后病情稳定下, 有效地进行早期康复, 此时的中枢神经系统具有较强的可塑性, 可在结构和功能上进行重组。可降低致残率, 提高患者的生活自理能力, 促使其早日回归社会<sup>[2-3]</sup>。

#### 1 早期康复目的

脑卒中患者进行早期康复护理的目的在于促进肢体功能恢复, 降低并发症的发生率, 提高生活自理能力。主要通过科学的康复手段来改善患者的语言、运动、吞咽及心理等受损功能, 使患者在自理、精神、心理等方面恢复至最佳状态。研究表明<sup>[2-3]</sup>: 通过对卒中后偏瘫患者实施早期康复护理, 可以全面防止并发症的发生, 同时还可以提升患者的部分自理能力, 增加患者的自信, 减少家庭及社会负担。

#### 2 早期康复时机

卒中急性期因病情发展迅速导致患者肢体偏瘫, 而人体卧床静息两周, 肌力会降低 40%, 随之发生肌肉萎缩、关节痉挛、精神障碍等并发症, 早期康复治疗可减少以上并发症的发生。因此, 康复训练应早期介入<sup>[2]</sup>, 但目前关于脑卒中早期康复护理时机问题, 尚无统一论, 在以往的卒中康复护理当中, WHO 认为: 因脑卒中患者高复发率往往发生在发病后 24-72 小时内, 为确保患者的安全, 需要再患者病情平稳的 48-72 小时后进行康复。临床实践表明, 受到损伤的中枢神经会给周围的神经元细胞造成影响, 但不会导致其直接死亡, 多数是以非死亡或者凋亡的形式形成半暗区, 此时适当的康复护理干预可以复活损伤中心周围的细胞<sup>[4]</sup>。近年来, 国外研究提倡: 在发病 24 小时内进行康复护理干预; 《中国脑卒中早期康复治疗指南》<sup>[2-4]</sup>推荐, 在脑卒中后 24 小时开展早期康复护理 (1 级推荐, A 级证据), 初期可通过床边康复进行功能锻炼, 循序渐进, 并根据患者的耐力、体力、心肺功能状况,

合理确定训练强度及时间。有研究者曾对本科住院 40 例脑卒中患者不同时间的康复护理进行了研究分析: 20 例患者在生命体征平稳后 24 小时内开展康复护理, 另外 20 例脑卒中患者的康复则于发病后 72 小时后进行, 结果显示: 早期 24 小时内康复护理患者取得了更好的理想治疗的效果。NIHSS 评分显著下降, Barthel 评分指数也明显高于另一组<sup>[5-7]</sup>。

基于上述分析, 对脑卒中偏瘫患者予以早期 24 小时内康复护理可减轻脑功能受损程度, 提升肢体运动功能, 改善心理状况, 全面提升生活价值, 并节约医疗资源, 具有良好的应用价值。

### 3 早期康复护理方法

中国卒中早期康复指南指出, 卒中的功能障碍主要包括运动、言语、认知、情绪等功能障碍。早期康复护理对患者的恢复具有实质性的意义, 主要从患者良肢位的摆放、运动功能康复训练、语言功能康复训练、吞咽功能康复训练及心理康复护理等方面进行干预, 可促进患者的早期康复, 护理效果较为显著<sup>[8-9]</sup>。

#### 3.1 良肢位的摆放

脑卒中急性期导致患者不同程度的偏瘫, 被迫卧床。而良肢位摆放是脑卒中患者早期康复最基础的治疗手段, 可有效预防患者水肿、关节畸形、肌萎缩及废用综合征的发生、预防肩关节半脱位<sup>[10-11]</sup>。临床常用的康复体位包括仰卧位、健侧卧位、患侧卧位。研究显示: 对脑卒中偏瘫患者的早期康复护理中进行良肢位摆放, 有助于提升患者的肌肉恢复状况和肢体功能, 促进患者的康复, 从而有效改善患者的日常生活质量, 减少并发症。具有临床广泛推广价值<sup>[12-13]</sup>。

#### 3.2 运动功能康复训练

运动功能障碍是卒中患者最常见的后遗症, 对患者身心健康及生活质量造成了严重不良影响<sup>[14]</sup>。现代康复理论和实践证明<sup>[15]</sup>, 卒中后早期有效地康复可以减少功能性残疾, 提高自理能力, 尽快回归家庭和社会。运动功能康复疗法主要有主动、被动运动以及神经发育促进技术 (NDT)、运动再学习方法 (MRP)、反复抗阻力练习 (RRT)、神经肌肉电刺激等。研究发现: 早期康复训练对卒中患者是切实有效的, 可显著改善运动和认知功能<sup>[16]</sup>。卒中偏瘫早期康复护理可促进患者功能恢复, 降低残障率, 降低长期护理成本, 减轻家庭社会经济负担<sup>[17]</sup>。

#### 3.3 语言功能康复训练

语言障碍是脑卒中的常见症状, 我国研究资料显示: 1/3 以上的脑卒中患者会产生各种语言障碍<sup>[18]</sup>。失

语症者利用强听觉刺激、适当地语言刺激、多途径的语言刺激、反复利用感觉刺激等方法。构音障碍者重点强化构音器官运动功能训练, 包括呼吸训练、下颌运动训练、口唇运动功能训练、舌运动功能训练、鼻咽腔闭锁功能训练等。近年通过研究发现<sup>[19]</sup>, 在对脑卒中后语言障碍患者进行康复治疗时, 采用语言康复护理方法均有明显的疗效。对患者语言功能恢复有明显的作用。

#### 3.4 吞咽功能康复训练

吞咽障碍是脑卒中的一个独立危险因素, 其发生率高达 27%-85%<sup>[20]</sup>, 可引起误吸、呛咳、营养不良和吸入性肺炎等, 严重影响患者生存质量及生命健康<sup>[21]</sup>。康复护理内容主要包括早期吞咽障碍的筛查与评估、吞咽-摄食管理、唇、下颌、舌运动、软腭等吞咽肌的训练、冷刺激、营养支持护理等。对于脑卒中并发吞咽障碍的患者, 护理人员应遵循早期、主动性、个体化以及多学科团队合作的原则对患者进行康复护理干预。从而加快患者的吞咽功能恢复, 让患者尽早的康复恢复。

#### 3.5 心理康复护理

脑卒中患者急性期突发语言、吞咽、肢体等方面的功能障碍, 丧失生活自理能力, 容易产生负面情绪, 许多患者会并发焦虑、抑郁、自杀倾向等心理障碍<sup>[22]</sup>。因此对卒中后心理障碍患者进行早期诊断、早期治疗, 采取正确的心理康复护理。具体包括心理评估、音乐护理、认知强化护理。研究显示<sup>[23-24]</sup>: 早期给予心理康复护理能减少患者心理应激造成的不良影响, 促进神经功能及生理功能的康复。提高患者的治疗积极性和信心。具有临床应用价值。

## 4 讨论

综上所述, 在合理的时机为脑卒中偏瘫患者提供各方面的康复护理, 有利于提高患者的生活质量, 在医生、护理人员、家属及患者多方面努力下共同进行, 让患者感受到关怀和温暖, 建立自信, 积极配合医护人员进行康复护理, 完成回归社会。近年来, 国内外学者对脑卒中偏瘫患者的早期康复护理一直存在诸多争议, 但相关研究证明了脑卒中患者发病 24 小时行早期康复护理的作用和价值, 对于增强患者的生活信心, 缩短病程, 减少医疗费都有重要实际的意义。康复护理越及时、越早疗效越好, 后遗症越少, 社会效益越高。此外, 在上述康复护理方法的基础上, 可加入中医特色康复治疗, 如: 火龙罐、穴位按摩、刮痧、针灸等方法, 此法还需要进一步的探讨研究。

## 参考文献

- [1] 詹青, 王丽晶·AHA/ASA 成人脑卒中康复治疗指南解读[J], 神经病学与神经康复学杂志, 2017,13 (1): 1-9
- [2] 中华医学会神经病学分会, 中华医学会神经病学分会神经康复学组, 中华医学会神经病学分会脑血管病学组。中国脑卒中早期康复治疗指南[J]中华神经科杂志, 2017,50 (6):405-412
- [3] 翁喜娟, 邵慧珺, 对脑卒中偏瘫患者实施早期康复护理的临床意义研究[J]中国现代药物应用, 2019(6): 159-160
- [4] 胡燕芳, 早期康复护理干预对脑卒中偏瘫患者的影响研究[J]中国城乡企业卫生, 2019 (4): 219-220
- [5] 张立, 辛志芳, 苗慧。早期康复护理干预在脑卒中偏瘫患者护理中的应用效果观察[J], 实用中西医结合临床, 2019,19 (5):168-169
- [6] 甘春红, 刘秀梅, 翁丹, 缺血性脑卒中偏瘫患者早期个体化综合康复护理效果分析[J], 现代实用医学, 2019 (5): 674-675
- [7] 党芳萍, 李惠菊, 田金徽, 我国脑卒中偏瘫患者康复护理研究的可视化分析[J], 中国康复医学杂志, 2019 (5): 584-587
- [8] 张通, 赵军, 中国脑卒中早期康复治疗指南[J]中华神经科杂志, 2017,50(6):405-412
- [9] 黄剑, 卒中患者早期康复的护理进展[J], 慢性病学杂志, 2021, 22 (4): 527-529
- [10] 贾红艳, 急性脑卒中偏瘫患者实施早期康复护理干预的效果分析[J], 国际护理学杂志, 2018,37 (17): 2405-2407
- [11] 卢玲霞, 超早期康复护理模式在脑卒中偏瘫病人中的应用及价值评估[J]世界最新医学信息文摘, 2018 (50):250
- [12] 孙云焕, 良肢位摆放在脑卒中偏瘫患者早期康复护理中的应用价值[J], 医学食疗与健康, 2021 (5):232
- [13] 曹钊宏, 常巧云, 吴小花, 良肢位摆放应用于早期脑卒中偏瘫患者的临床效果分析[J], 现代中西医结合杂志, 2017,26 (6) 676-678
- [14] 陆静峰, 康复护理对脑卒中偏瘫患者运动功能恢复的影响分析[J]世界最新医学信息文摘, 2019,19 (A3):25-26
- [15] 宋小军, 康复护理对脑卒中偏瘫患者运动功能恢复的影响[J]实用临床护理学电子杂志, 2017,2 (27):31,34
- [16] 肖婷婷, 早期康复护理对脑卒中患者运动功能及认知功能的影响研究[J]国际感染病学电子版, 2019, 8 (3): 162
- [17] 呼和木其尔, 康复护理干预对脑卒中偏瘫患者肢体功能恢复的影响[J]世界最新医学信息文摘, 2019,19 (49):303,316
- [18] 郑彩娥, 李秀云, 实用康复护理学[J]北京卫生人民出版社, 2016:163
- [19] 胡睿端, 语言康复护理对脑卒中后运动性失语患者语言功能的影响[J]家庭医药[J], 2019 (7): 320-321
- [20] Guillen- Sola, Marcoe, Martinez-Orflaj, etal. Usefulness of the volume - viscosityswallow test for screening dysphagiain subacute stroke patients inrehabilitation income [J]. Neuro. Rehabilitationg, 2013,33(4):631-638.
- [21] 郑彩娥, 李秀云.实用康复护理学.人民卫生出版社, 2018,4:282.
- [22] 梁秀明, 心理结合康复护理在脑卒中后抑郁患者中的应用效果[J]临床医药文献电子杂志, 2019,6 (A4):49,101
- [23] 鲍海琴, 万丽, 早期系统化康复护理对脑卒中偏瘫患者肢体功能及心理状况的影响[J], 现代中西医结合杂志, 2019,28 (17):1925-1928
- [24] 关涛, 心理康复在脑卒中后病人的应用研究[J]世界最新医学信息文摘, 2019,19 (34):290-292.

**收稿日期:** 2022 年 7 月 20 日

**出刊日期:** 2022 年 9 月 7 日

**引用本文:** 杨雪艳, 辉沐吟, 李寿蓉, 脑卒中患者早期康复时机及方法的研究进展[J]. 临床护理进展, 2022, 1(3): 49-51  
DOI: 10.12208/j.jacn.20220105

**检索信息:** RCCSE 权威核心学术期刊数据库、中国知网 (CNKI Scholar)、万方数据 (WANFANG DATA)、Google Scholar 等数据库收录期刊

**版权声明:** ©2022 作者与开放获取期刊研究中心 (OAJRC) 所有。本文章按照知识共享署名许可条款发表。<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



**OPEN ACCESS**