

脑梗死不同阶段的康复训练与康复护理研究新进展

王 艳

河南大学淮河医院康复医学科 河南开封

【摘要】脑梗死康复历程在临床中可分为急性期、恢复期与后遗症期，现如今有临床研究表明有必要在患者发病后 24-48 小时内的超早期开展康复护理，此阶段康复护理的重点为预防并发症、摆放良肢位与被动活动。在患者恢复期，康复训练的重点在于根据患者功能评估结果，给予其针对性的训练，通过任务导向性训练、镜像疗法、机器人辅助训练等多元化方式，增强患者神经可塑性，帮助患者进一步提高认知、运动、吞咽等功能。在患者后遗症期，护理重点在于创建社区和家庭康复模式，致力于提高患者社会参与度，且提升其生活独立性。康复护理旨在为患者提供全过程、高质量的康复服务，通过智慧化方式增强功能预后效果。本文主要探究脑梗死不同阶段的康复训练和康复护理研究进展，以期临床护理提供参考。

【关键词】脑梗死；康复训练；康复护理；阶段护理

【收稿日期】2026 年 5 月 5 日

【出刊日期】2026 年 6 月 2 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20260301

New progress in rehabilitation training and nursing research for different stages of cerebral infarction

Yan Wang

Department of Rehabilitation Medicine, Huaihe Hospital, Henan University, Kaifeng, Henan

【Abstract】 The rehabilitation process of cerebral infarction can be divided into acute phase, recovery phase, and sequelae phase in clinical practice. Nowadays, clinical studies have shown that it is necessary to carry out rehabilitation nursing in the ultra early stage within 24-48 hours after the onset of the disease. The focus of rehabilitation nursing in this stage is to prevent complications, place good limbs, and engage in passive activities. During the patient's recovery period, the focus of rehabilitation training is to provide targeted training based on the patient's functional assessment results. Through diversified methods such as task oriented training, mirror therapy, and robot assisted training, the patient's neural plasticity is enhanced, helping them further improve their cognitive, motor, swallowing, and other functions. In the post sequelae period of patients, the focus of nursing is on creating community and family rehabilitation models, committed to improving patients' social participation and enhancing their independence in life. Rehabilitation nursing aims to provide patients with high-quality rehabilitation services throughout the entire process, and enhance functional prognosis through intelligent methods. This article mainly explores the research progress of rehabilitation training and rehabilitation nursing in different stages of cerebral infarction, in order to provide reference for clinical nursing.

【Keywords】 Cerebral infarction; Rehabilitation training; Rehabilitation nursing; Stage care

脑梗死是临床较为多见的卒中类型，其临床发病率、致残率以及复发率均较高，目前患者主要采取静脉溶栓、血管内取栓等治疗。脑梗死康复治疗 and 护理的最终目标是减轻患者功能障碍，有效提高患者的独立生活能力，帮助患者尽快恢复正常的社会生活^[1-2]。脑梗死康复需要经历一个漫长的过程，不同阶段的护理需求存在差异。临床在患者脑梗死不同发展阶段，给予其个性化的康复训练和护理，能显著增强护理效果。

1 脑梗死在不同阶段接受康复训练和康复护理的

重要意义

脑梗死患者在病情发展的不同阶段接受系统化的康复训练和康复护理干预，对患者的治疗预后具有至关重要的意义。在急性期进行训练和护理干预，通过科学的良肢位摆放，开展合适的被动活动与呼吸管理等，可以有效预防患者发生肌肉萎缩、关节痉挛以及深静脉血栓等临床并发症，有助于患者在早期恢复部分功能。在恢复期进行训练和护理干预，结合患者情况进行针对性的康复训练，利用新型机器人辅助患者开展训

练,可以充分利用神经可塑性,帮助患者重建认知、言语与运动功能,进一步提高患者的日常生活自理能力。在后遗症期进行训练和护理干预,指导患者在社区与家庭环境中进行适应性训练,结合患者情况改造家庭环境,有利于提高患者的长期生活质量,促使患者参与更多的社会活动。通过三个关键阶段的康复护理,实现康复护理的连贯性,循序渐进的帮助患者恢复功能,提高患者的生活信心,获得显著的护理效果。

2 脑梗死急性期的康复训练和康复护理新进展

急性期一般是指患者脑梗死发病后的 2 周内,患者病情在此阶段还未稳定,具体进展如下:

2.1 康复训练的新进展

传统的护理模式下,临床会在患者病情保持稳定后,开始对其进行相应的康复护理干预,但最新进展表示“超早期康复”具有更高的干预价值。超早期是指患者生命体征保持稳定,神经功能缺损已停止发展后的 24-48 小时内,医护人员可在此阶段启动康复训练。康复训练的核心内容是预防性、被动型活动,包括:第一,良肢位摆放和体位管理:举例当患者保持患侧卧位时,医护人员指导患者采用手掌心向上、伸直手肘、肩膀前伸的动作,患侧髋膝则呈微屈曲状态,避免出现肩关节半脱位等不良情况。第二,进行床上被动关节活动度训练:在家属或医护人员的帮助下,患者可开展腕关节、指关节、肘关节、膝关节、髋关节、踝关节的屈伸,每日在患者耐受范围内进行数次训练,确保患者关节活动性得以维持。第三,进行早期床上活动:指导患者开展屈膝抬臀桥式运动、翻身训练等,通过简单的床上活动有效改善患者活动度。第四,进行呼吸训练和排痰管理:指导患者开展缩唇呼吸、腹式呼吸等训练,且指导患者开展咳嗽训练,即深吸气后,维持几秒屏气,随之用力咳嗽,避免患者出现肺部感染^[3-4]。

2.2 康复护理的新进展

急性期开展康复护理,可以为患者的临床治疗安全提供保障,同时为后续康复奠定良好基础。该阶段护理的核心在于预见性护理和风险管理,最新护理进展可分为几方面内容,第一,注重完善脑卒中的单元护理,医护人员可主动和治疗师、康复医师、营养师等进行合作,共同对患者开展康复管理。第二,注重早期筛查与管理患者吞咽功能,通过洼田饮水试验开展筛查,若结果为阳性,在第一时间安排治疗师评估患者吞咽功能,为患者制定口咽部冷刺激、改变进食姿势、更换食物等干预措施,避免发生误吸性肺炎。第三,注重早期评估和干预神经源性膀胱或直肠,通过膀胱扫描仪器对患

者残余尿量进行科学评估,根据患者情况制定合理的排尿计划,尽最大程度减少导尿依赖,避免出现泌尿系统感染。第四,注重早期情感支持和心理干预,有效识别患者发病后出现的情绪应激反应,采用合适的心理干预方式,疏导患者情绪,减轻其抑郁、焦虑、不安等负面情绪^[5-6]。

3 脑梗死恢复期的康复训练和康复护理新进展

脑梗死恢复期一般是指患者发病后的 2 周至 6 个月,此阶段是患者恢复神经功能的重要时期,是康复治疗的关键阶段。

3.1 康复训练的新进展

恢复期对患者开展康复训练,需要结合患者情况给予其特异性训练。首先,在运动功能康复方面,强制患者用患手开展堆积木、翻转卡片、模拟进食与拧瓶盖等可重复的简易运动。针对上肢能力减弱的患者,指导患者进行擦拭桌面、用钥匙开门等生活导向性任务运动,同时可利用上肢机器人辅助患者完成对抗阻力、画圈等运动,确保患者的标准化运动^[7-8]。通过观察镜像中健侧活动或观看特定动作视频等镜像疗法,有效激活患者的镜像神经系统,加快重建患侧运动功能的速度。此外,医护人员还可利用虚拟现实和增强现实技术,为患者创造一个充满趣味、互动性强、沉浸式的运动训练环境,提高患者参与运动的热情。其次,在步行和平衡功能康复方面,运用智能化跑台等新型设备,有助于患者尽早进行步行训练,保障患者在步行训练中的安全性;同时可运用动态平衡仪等设备指引患者开展挑战性训练,逐步恢复患者平衡功能。针对言语和吞咽功能康复,运用舌压抗阻反馈训练以及表面肌电图生物反馈等新型仪器,开展舌的伸缩和抗阻、鼓腮等训练。

3.2 康复护理的新进展

此阶段的护理核心是基于患者合适的功能支持和健康教育。医护人员帮助患者完成治疗师下达的康复训练内容,给予患者 24 小时康复管理服务。同时结合患者情况,为其制定和实施个体化康复教育计划,向患者详细讲解疾病知识、预防并发症、改造生活环境等内容,向患者播放康复训练相关的视频,将疾病健康教育手册发放给患者与家属,提高患者与家属对疾病知识的认知水平。医护人员作为患者康复护理的主要管理者,嘱咐患者根据医嘱定时定量用药治疗,通过移动医疗软件监测患者血压变化,亦可通过软件提醒患者用药。医护人员监控患者的住院行为,严禁患者吸烟、喝酒等。此外医护人员可运用正念减压、认知行为疗法等

心理干预方式,鼓励患者积极参与社会活动,疏导患者心理压力,排泄负面情绪,有效维持患者心理健康。

4 脑梗死后遗症期的康复训练和康复护理新进展

后遗症期一般是指患者发病 6 个月后,功能恢复面临瓶颈,但通过临床有效的代偿和适时应可帮助患者提高日常生活能力。

4.1 康复训练的新进展

后遗症期的康复训练,核心在于社区和家庭导向的适应性训练。首先,推动社区康复模式的发展,围绕社区服务中心形成一个完善的脑卒中康复网络,安排治疗医生或康复医生负责定期指导患者的康复训练,定期开展居家康复随访,且定期在社区内组织患者进行群体性康复活动。其次,在远程指导患者的家庭康复训练,治疗医生通过视频会议的方式评估患者功能恢复情况,嘱咐患者在家庭中佩戴可穿戴监测设备,设备监测数据可传输到智能软件,康复医生通过智能软件掌握患者身体各项指标,为患者调整家庭康复训练方案,同时监督患者按时完成康复训练。第三,现代科技技术的发展,康复训练中能运用辅助技术,结合患者残存功能,针对性为患者准备踝足矫形器、轮椅、拐杖等辅助器具,开展相应的器具使用训练。在家庭环境中,在风险区域加装扶手,消除室内高门槛,减少患者日常行动的障碍。第四,开展职业功能康复,提高患者社会参与度。针对需要重返职场的患者,治疗医生对其功能进行全面评估,对其开展手工艺制作、电脑操作技能等基础训练,帮助患者恢复部分职场所需工作能力,帮助其能快速融入正常的职场生活。

4.2 康复护理的新进展

该阶段的康复护理,重点在于长期管理和提高患者生活质量。首先,需要制定患者的长期照护计划,康复医生协助患者与家庭制定科学、完善、可持续的长期健康管理计划,编制个性化康复维持计划方案。其次,预防和管理慢性并发症,向患者讲解常见的并发症,指导患者采取有效方式预防痉挛等并发症,关注跌倒、疼痛等风险^[9]。最后,利用标准化生活量表定期评估患者的生活质量,从身体功能、心理健康、社会参与度、环境适应能力等维度进行综合评估,根据评估结果给予

患者生活支持。

5 结语

综合上述内容可知,脑梗死的康复训练和护理有着重要意义,通过在急性期、恢复期与后遗症期等不同阶段给予患者相应的训练和护理干预措施,形成一个系统化、智能化、个体化的全过程康复干预体系,在促进患者功能恢复的同时,维度患者在康复周期的尊严,帮助患者尽快恢复正常生活。

参考文献

- [1] 曾桂林. 早期综合康复护理干预在老年脑梗死吞咽障碍患者护理中的康复效果[J]. 延边大学医学学报, 2025, 48(07): 158-160.
- [2] 庄丽红, 黄云凤, 陈素美. 时效性激励护理在脑梗死患者康复护理中的应用效果[J]. 医疗装备, 2025, 38(11): 159-161.
- [3] 马云萍, 焦永婷. 阶段性康复护理在急性脑梗死后偏瘫患者中的应用效果分析[J]. 中国社区医师, 2025, 41(07): 93-95.
- [4] 郭乐. 目标性康复护理对脑梗死患者生活质量的影响探究[J]. 基层医学论坛, 2025, 29(01): 142-145.
- [5] 张娟, 宋佳. 阶段性康复护理干预对脑梗死偏瘫患者康复依从性及肢体功能恢复情况的影响[J]. 临床医学工程, 2024, 31(12): 1537-1538.
- [6] 张玉芳, 何慧芳. 渐进式模拟居家康复护理模式对脑梗死偏瘫患者生活质量的影响[J]. 山东医学高等专科学校学报, 2024, 46(05): 77-79.
- [7] 于雪娟, 李佳, 刘娜娜. 阶段性康复护理对老年脑梗死后偏瘫患者的影响[J]. 中外医药研究, 2024, 3(12): 121-123.
- [8] 曹迪. 不同阶段脑梗死的康复训练与康复护理研究进展[J]. 中国校医, 2020, 34(10): 794-795.
- [9] 付玉娇, 彭影. 心理干预联合阶段性康复训练在急性脑梗死护理中对患者心理状态、康复依从性及康复效果影响[J]. 临床护理研究, 2023, 2(3): 56-58.

版权声明: ©2026 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