

# 基于奥瑞姆自护理论的护理干预在颅脑损伤患者中应用对患者肢体功能、平衡能力的影响

邹霖

华中科技大学同济医学院附属同济医院 湖北武汉

**【摘要】目的** 探究基于奥瑞姆自护理论的护理干预在颅脑损伤患者中应用对患者肢体功能、平衡能力的影响。**方法** 选取 2025 年 1 月-12 月本院收治的 70 名颅脑损伤患者为实验探究对象，按照数字表法随机分为对照组与观察组各 35 例。对照组（35 例）给予常规护理干预，观察组（35 例）给予基于奥瑞姆自护理论的护理干预。对比干预 8 周后两组患者肢体功能、平衡能力、生活质量。**结果** 观察组患者肢体功能评分、平衡能力评分、生活质量评分均显著优于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 基于奥瑞姆自护理论的护理干预在颅脑损伤患者中的应用优势显著，可有效提升患者的肢体运动功能与平衡能力，同时改善其生活质量。

**【关键词】** 奥瑞姆自护理论；颅脑损伤；肢体功能；平衡能力；生活质量

**【收稿日期】** 2026 年 3 月 8 日

**【出刊日期】** 2026 年 4 月 9 日

**【DOI】** 10.12208/j.jnmn.20260178

## The impact of nursing intervention based on Orem's self-care theory on limb function and balance ability in patients with traumatic brain injury

Lin Zou

Tongji Hospital Affiliated to Tongji Medical College, Huazhong University of Science and Technology, Wuhan, Hubei

**【Abstract】Objective** To explore the effects of nursing interventions based on Orem's self-care theory on limb function and balance ability in patients with traumatic brain injury. **Methods** 70 patients with cranial injuries admitted to our hospital from January to December 2025 were selected as the experimental subjects. They were randomly divided into a control group and an observation group, with 35 cases in each group, according to the numerical table method. The control group (35 cases) received routine nursing interventions, while the observation group (35 cases) received nursing interventions based on Orem's self-care theory. Compare the limb function, balance ability, and quality of life between the two groups of patients after 8 weeks of intervention. **Results** The limb function score, balance ability score, and quality of life score of the observation group were significantly better than those of the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** Nursing interventions based on Orem's self-care theory have significant advantages in patients with traumatic brain injury, effectively improving their limb motor function and balance ability, while also improving their quality of life.

**【Keywords】** Orem's self-protection theory; Skull injury; Physical function; Balance ability; Quality of life

颅脑损伤是临床常见的外科急症，其发生率在全身各部位损伤中居第 2 位，仅次于四肢损伤，且死亡率与致残率均高居各类损伤之首。严重颅脑损伤常伴随神经系统功能受损，甚至导致患者致残或死亡，及时有效的急救处理与全面规范的护理措施，可显著降低此类患者的死亡率与致残率。美国著名护理理论家 Orem 提出，护理的最终目标是恢复并提升个体的自我护理能力，充分发挥其自我护理潜能<sup>[1-2]</sup>。世界卫生组织（WHO）亦明确，自我护理是个人、家庭及社区在

有无保健提供者支持的情况下，促进健康、预防疾病、维持健康以及应对疾病与残疾的能力<sup>[3]</sup>。基于此，本文就奥瑞姆自护理论指导的护理干预在颅脑损伤患者中的应用，及其对患者肢体功能与平衡能力的影响展开观察报道，详情如下。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

纳入 2025 年 1 月-12 月本院收治的 70 名颅脑损伤患者，按照数字表法分为对照组与观察组各 35 例。对

对照组 35 例, 男 26/女 9, 年龄范围 46-65 岁, 平均年龄:  $46.31 \pm 5.26$  岁。观察组 35 例, 男 19/女 16, 年龄范围 42-64 岁, 平均年龄:  $45.89 \pm 4.67$  岁。两组患者一般资料对比分析无统计学意义 ( $P > 0.05$ ), 具有可比性。

### 1.2 方法

对照组给予常规护理干预: 严密监测患者生命体征、意识状态及瞳孔变化, 详细记录颅内压等指标, 异常情况及时干预; 做好皮肤、口腔基础护理, 加强留置管路护理防扭曲受压, 降低感染风险; 遵医嘱予脱水降颅压、营养神经药物, 协助翻身拍背防肺部感染; 病情平稳后指导协助肢体被动训练, 预防深静脉血栓。

观察组给予奥瑞姆自护理论的护理干预模式。

(1) 组建专项护理小组, 对小组成员开展奥瑞姆自护理论及颅脑损伤康复护理的针对性培训, 确保为患者提供高效规范的护理服务; 随后针对患者的意识状态、肢体功能、认知能力、心理状态及家庭支持情况开展全面详细评估, 明确患者的自护缺陷类型与程度, 进而制定个体化的奥瑞姆自护理论护理干预方案。

(2) 具体护理措施: ①帮助患者建立自我效能, 使其主动参与康复训练: 具备独立生活能力的个体, 往往更为自信乐观。通过自主完成日常活动, 患者能够有效减少抑郁、焦虑等负面情绪的产生, 而这种正向心理状态, 更有助于患者适应康复进程、加速身体康复。因此, 护理人员需优先帮助患者建立自我效能, 促使其主动参与训练。具体可先对患者开展认知行为训练, 从认知层面引导患者积极面对疾病, 同时帮助其做好自我情绪管理, 进而为后续积极配合康复训练、回归正常生活奠定基础。②先评估患者当前自理需求、自理能力水平、社会支持系统及治疗时间框架, 再结合患者身体状况分阶段制定科学康复计划, 确保计划与患者个体情况高度适配。③通过一对一指导、健康宣教、视频教学等多种方式, 向患者讲解颅脑损伤康复相关知识, 以及

肢体功能训练的具体方法与注意事项。待患者病情稳定后, 启动康复训练: 指导患者开展主动肢体训练, 如抬手、抬腿、翻身等动作练习; 同步进行平衡训练, 包括床边坐起、站立训练等。训练期间, 护理人员在旁全程看护, 叮嘱患者动作放缓、循序渐进, 避免快速扭转肢体及过度负重, 优先完成关节活动度训练与基础肌力训练, 严防跌倒、关节脱位等不良事件。同时密切观察患者面色变化及有无身体不适, 提前备好防护措施; 若患者因康复训练产生负面情绪、出现放弃念头, 需及时给予心理疏导、安慰鼓励, 增强其康复信心。同时所有的康复训练家属在旁参与, 确保在家也能为患者提供一致的服务。④定期重新评估患者自护能力。根据康复进展及时调护护理系统计划, 逐步减少护理补偿, 强化患者的自主护理行为。

### 1.3 观察指标

(1) 对比观察两组患者患者肢体功能, 采用肢体功能采用 Fugl-Meyer 运动功能评定量表(FMA)评估, 上肢 33 项满分 66 分、下肢 17 项满分 34 分, 总分 100 分。

(2) 对比观察两组患者平衡能力用 Berg 平衡量表 (BBS) 评估, 总分 56 分, 得分越高平衡越好,  $< 40$  分跌倒高风险。生活质量采用 QOLIBRI 量表, 满分 185 分, 分值越高代表颅脑损伤患者生活质量越好。

### 1.4 统计学方法

采用 SPSS25.0 软件分析, 计量资料比较用  $t$  检验, 以  $(\bar{x} \pm s)$  表示, 计数资料用  $\chi^2$  检验, 以  $n(\%)$  表示,  $P < 0.05$  为差异有统计学意义。

## 2 结果

### 2.1 两组患者肢体功能评分对比

观察组患者肢体功能评分更优 ( $P < 0.05$ ), 见表 1。

### 2.2 两组患者平衡能力及生活质量评估对比

观察组患者平衡能力及生活质量评分更优 ( $P < 0.05$ ), 见表 2。

表 1 两组患者肢体功能评分对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	上肢	下肢
对照组	35	$40.26 \pm 6.37$	$17.26 \pm 4.30$
观察组	35	$54.10 \pm 6.71$	$23.92 \pm 5.42$
$t$	-	9.2328	5.6950
$P$	-	0.001	0.001

表2 两组患者平衡能力及生活质量评估对比 ( $\bar{x} \pm s$ , 分)

组别	例数	平衡能力	生活质量
对照组	35	40.20±7.15	130.29±20.17
观察组	35	45.39±9.34	142.34±25.39
<i>t</i>	-	2.6104	2.1985
<i>P</i>	-	0.0111	0.0313

### 3 讨论

颅脑损伤可致患侧肢体运动功能障碍, 长期活动不足、肌肉缺乏有效刺激易引发失用性萎缩, 进而加重自理困难, 对患者生活质量造成严重负面影响, 故需及时开展康复指导以恢复其独立生活能力。肢体训练与平衡能力训练, 可帮助患者逐步适应身体重力, 提升平衡能力与躯体稳定性, 助力其恢复独立生活能力、改善生活质量。但受疾病影响, 患者活动能力明显受限, 除必要诊疗与护理外, 更需激发其自主锻炼的生存意志, 使其在自主锻炼中更好掌握肢体平衡<sup>[4]</sup>。奥瑞姆自护理论为临床护理提供科学指导, 核心是依据患者自理能力提供适宜护理支持, 兼顾人文关怀与避免过度干预<sup>[5-6]</sup>。

本次观察报道奥瑞姆自护理论指导的护理干预在颅脑损伤患者中的应用, 及其对患者肢体功能、平衡能力的影响, 结果显示: 护理干预 8 周后, 观察组患者肢体功能、平衡能力及生活质量均优于对照组, 差异有统计学意义 ( $P < 0.05$ )。分析原因, 观察组以奥瑞姆自护理论为核心指导, 先通过健康宣教提升患者对颅脑损伤后康复的认知水平, 纠正其认知误区, 再循序渐进给予正向心理干预, 缓解焦虑、自卑等负面情绪, 增强自主训练的信心与决心。同时精准评估患者肢体功能、平衡能力及自理现状等个体情况, 量身定制个性化康复训练计划, 全程科学指导患者自主开展训练, 逐步提升训练依从性, 有效促进肢体功能与平衡能力提升, 改善躯体活动能力, 减轻生活自理困难, 减少他人照护依赖, 进而全面提高患者生活质量<sup>[7-8]</sup>。

综上, 基于奥瑞姆自护理论的护理干预在颅脑损伤患者中的应用优势显著, 值得临床推广使用。

### 参考文献

[1] 樊晶晶, 卢鹏, 张俞, 等. 基于奥瑞姆自护理论的个体化护

理在肾纤维化终末期血液透析患者中的应用[J]. 护理实践与研究, 2024, 21(1): 92-97.

[2] 顾竹筠, 厉加珍, 高亚丽, 等. 基于奥瑞姆自理理论的医院-家庭延续性护理在变应性哮喘患儿中的应用效果[J]. 护理实践与研究, 2024, 21(11): 1588-1592.

[3] 汪珍妮. 基于奥瑞姆自护理论的针对性干预对精神分裂症合并高血压患者用药依从性的影响观察[J]. 基层医学论坛, 2023, 27(24): 29-31, 52.

[4] 马忠慧, 朱永慧, 张青波. 基于奥瑞姆理论的自护护理模式应用在冠心病 PCI 术后患者药物治疗期间的效果观察[J]. 中国药物滥用防治杂志, 2024, 30(12): 2367-2368, 2374.

[5] 马芳珍, 许国军. 基于奥瑞姆自理理论的健康教育在急性脑梗死卧床患者中的应用[J]. 中国基层医药, 2023, 30(1): 133-137.

[6] 陈瑞艳, 陈曦, 邹香妮. 奥瑞姆的护理系统理论结合养肾操在肾病综合征水肿患者中的效果观察[J]. 护理学, 2025, 14(7): 1212-1224.

[7] 宋文燕, 上官昊, 辛志玲, 等. 奥瑞姆自护理论指导的护理干预对颅脑损伤患者肢体运动功能及平衡能力的影响[J]. 黑龙江医药, 2025, 38(4): 973-976.

[8] 梁连锦, 潘卫萍, 梁爱秋. 量化评估早期康复对重型颅脑损伤患者肢体功能及预后的影响[J]. 右江医学, 2008, 36(1): 46-48.

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