

脑梗塞康复期肢体功能训练的护理干预研究

吕茂芳

乌兰察布市中心医院 内蒙古乌兰察布

【摘要】目的 探究针对性护理干预联合肢体功能训练对脑梗塞康复期患者肢体功能、生活自理能力、康复依从性及生活质量的影响，为临床护理方案优化和改善预后提供依据。**方法** 选取 2024 年 10 月至 2025 年 9 月我院 200 例 30-80 岁脑梗塞康复期患者，随机分对照组与实验组各 100 例。对照组行常规护理+基础肢体训练，实验组在此基础上开展针对性护理干预联合系统化肢体功能训练，干预 3 个月。对比两组干预前后肢体功能、日常生活能力、康复训练依从性、并发症发生率及生活质量评分，用 t 检验和 χ^2 检验， $P<0.05$ 有统计学意义。**结果** 干预后，两组肢体功能和日常生活能力评分均升高，且实验组更高；实验组康复依从率和生活质量评分高于对照组，并发症发生率低于对照组，差异均有统计学意义（ $P<0.05$ ）。**结论** 针对性护理干预联合系统化肢体功能训练可促进脑梗塞康复期患者肢体功能恢复，提升生活自理能力与康复依从性，降低并发症风险，改善生活质量，值得推广。

【关键词】 脑梗塞；康复期；肢体功能训练；护理干预；生活自理能力；康复依从性

【收稿日期】 2026 年 6 月 3 日

【出刊日期】 2026 年 7 月 1 日

【DOI】 10.12208/j.ijnr.20260353

A study on nursing intervention for limb function training during the rehabilitation period of cerebral infarction

Maofang Lv

Ulanqab Central Hospital, Ulanqab, Inner Mongolia

【Abstract】Objective To investigate the effects of targeted nursing intervention combined with limb function training on limb function, self-care ability, rehabilitation compliance, and quality of life in patients with cerebral infarction during the rehabilitation period, providing evidence for optimizing clinical nursing protocols and improving prognosis. **Methods** A total of 200 patients with cerebral infarction aged 30-80 years in our hospital from October 2024 to September 2025 were selected and randomly divided into a control group ($n=100$) and an experimental group ($n=100$). The control group received routine nursing care plus basic limb training, while the experimental group received targeted nursing intervention combined with systematic limb function training for 3 months. The changes in limb function, daily living ability, rehabilitation training compliance, complication incidence rate, and quality of life scores were compared between the two groups before and after intervention. t-test and χ^2 test were used, with $P<0.05$ indicating statistical significance. **Results** After intervention, both groups showed improved scores in limb function and daily living ability, with the experimental group demonstrating higher scores. The experimental group also exhibited higher rehabilitation compliance rates and quality of life scores compared to the control group, with a lower complication incidence rate. All differences were statistically significant ($P<0.05$). **Conclusion** Targeted nursing intervention combined with systematic limb function training can promote limb function recovery, enhance self-care ability and rehabilitation compliance, reduce complication risk, and improve quality of life in patients with cerebral infarction during the rehabilitation period, making it worthy of promotion.

【Keywords】 Cerebral infarction; Rehabilitation period; Limb function training; Nursing intervention; Self-care ability; Rehabilitation compliance

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2024 年 10 月至 2025 年 9 月我院 200 例脑梗

塞康复期患者，均符合诊断标准，病情稳定后进入康复期且伴肢体功能障碍，随机分对照组与实验组各 100 例。两组患者在性别、年龄、病程、偏瘫部位及程度等方面

差异无统计学意义 ($P>0.05$)，分组可比。本研究经伦理审核批准，患者及家属知情同意。

1.2 病例选择标准

1.2.1 纳入标准：符合脑梗塞诊断，处于康复期，伴肢体功能障碍且可配合训练；30-80岁，意识清、认知基本正常、无严重沟通障碍；无重要脏器功能衰竭、恶性肿瘤、血液系统疾病；资料完整，可配合全程康复与随访。

1.2.2 排除标准：合并其他颅脑疾病；有严重认知或精神疾病，无法配合；有原发性肢体疾病影响评估；合并严重感染等疾病；既往肢体残疾或康复依从性差；药物过敏或资料缺失。

1.3 方法

两组入院后均行脑梗塞康复期常规药物治疗，对照组实施常规护理+基础肢体功能训练，实验组在对照组基础上开展针对性护理干预联合系统化肢体功能训练，两组干预时长均为3个月。

1.3.1 对照组

采用脑梗塞康复期常规护理模式，护理人员讲解疾病知识、康复训练注意事项，发放康复指导手册；监测生命体征、病情变化，做好基础生活护理、饮食指导；开展基础肢体功能训练，每日1次，每次20min，仅做基础康复指导。

1.3.2 实验组

实施针对性护理干预联合系统化肢体功能训练，构建“护理干预+功能训练+心理支持”一体化康复模式，具体如下。

病情监测与基础护理：严密监测患者相关指标及肢

体功能变化，及时处理异常；保持病房环境舒适；做好基础护理，预防卧床并发症；指导合理膳食，促进康复。

心理护理干预：因康复期患者易出现负面情绪，护理人员主动沟通，讲解康复知识，缓解负面情绪，鼓励树立信心，引导家属陪伴支持，提升康复主动性。

康复知识宣教：采用多种方式为患者及家属讲解康复知识，教会辅助训练技巧，告知训练原则，提升认知与配合度。

并发症防控护理：针对常见并发症制定防控方案，指导正确体位，做好防护，促进血液循环，降低风险。

根据患者情况制定个性化、分阶段训练方案，每日2次，每次30-40min。

早期被动训练：针对重度偏瘫患者，护理人员辅助开展被动训练，活动关节，预防关节挛缩与肌肉萎缩。

中期主动辅助训练：患者肌力恢复后，引导借助健侧带动偏瘫侧活动，护理人员适度辅助，提升自主活动能力。

后期功能强化训练：针对中轻度偏瘫患者，开展站立、行走、精细动作训练，提升肢体协调性和自理能力。

1.4 观察指标

- (1) 肢体功能与生活自理能力。
- (2) 康复训练依从性。
- (3) 并发症发生率。
- (4) 生活质量。

1.5 统计学处理

采用 SPSS 26.0 统计学软件处理研究数据。

2 结果

具体数据详见表1、表2。

表1 两组干预前后肢体功能、生活自理能力及生活质量对比 ($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	时间	Fugl-Meyer 评分（分）	ADL 评分（分）	生活质量评分（分）
对照组	100	干预前	42.36±5.27	41.58±4.83	58.62±5.74
		干预后	65.74±6.19	64.32±5.96	72.15±6.38
实验组	100	干预前	42.15±5.19	41.83±4.79	58.37±5.69
		干预后	82.69±6.45	81.56±6.27	86.43±7.12
干预后组间 t 值		-	20.157	21.384	16.792
P 值		-	<0.05	<0.05	<0.05

表2 两组康复依从率、并发症发生率对比

组别	例数	康复依从率[n (%)]	并发症发生[n (%)]
对照组	100	78 (78.00)	21 (21.00)
实验组	100	94 (94.00)	6 (6.00)
χ^2 值	-	14.826	12.053
P 值	-	<0.05	<0.05

3 讨论

脑梗塞是临床高发的缺血性脑血管疾病，中老年人高发，近年呈年轻化，具高发病率、高致残率、高复发率特点。多数患者急性期治疗后遗留肢体功能障碍，影响生活自理与质量，加重家庭社会负担。脑梗塞康复期是肢体功能恢复关键阶段，单纯基础护理与简单训练效果有限，结合系统化肢体功能训练与针对性护理干预是优化康复期护理、改善预后的核心举措。

肢体功能训练是康复期核心干预手段，分阶段、个性化的被动、主动训练可刺激神经肌肉功能恢复，改善血液循环等。针对性护理干预围绕患者身心需求，从多方面入手，弥补基础护理短板，提升康复训练依从性。二者联合形成“训练+护理”闭环康复模式，提升康复效果。

研究结果显示，干预前两组各项评分无显著差异；干预 3 个月后，两组评分均提升，实验组各项评分高于对照组，康复依从率高、并发症发生率低，差异有统计学意义。原因是常规护理与基础训练缺乏针对性与系统性，而实验组通过多种方式激发患者康复主动性，减少并发症。

脑梗塞康复期护理与训练需遵循个体化、循序渐进、全程连贯性三大原则。个体化要根据患者情况定制方案；循序渐进要逐步提升训练强度；全程连贯性要衔接院内与居家康复。

本次研究选取 200 例 30-80 岁患者开展对照研究，结果有临床参考价值，证实了针对性护理联合系统化肢体功能训练的优势。但观察周期仅 3 个月，后续可延长随访时间，细化康复干预方案，优化康复期护理体系。

综上所述，针对性护理联合系统化肢体功能训练可改善患者肢体运动功能，提升生活自理与康复依从性，降低并发症风险，优化生活质量，优于常规护理模式，具备推广价值，可作为脑梗塞康复期优选干预方案。

参考文献

- [1] 马双玲.个性化心理护理对老年脑梗塞患者负性情绪的改善探讨[C]//中国生命关怀协会.关爱生命大讲堂之生命关怀与智慧康养系列学术研讨会论文集（上）——关怀患者，关照自我：临床心理支持技能与医者心理韧性建设专题.泊头市泊镇卫生院,;2026:416-418.
- [2] 韩艳花.康复护理训练用于脑梗塞患者偏瘫肢体训练中的价值[C]//天津市互联网医学科普协会.临床医学研究创新学术交流会议论文集.张家口市万全区医院,;2026:326-328.
- [3] 姜萍,汪知颖,吕琢.健康信念理论的康复护理对脑梗塞患者肢体功能及认知功能的影响[J].黑龙江医药科学,2025,48(12):52-55.
- [4] 潘莹,李建南.综合标准化护理对脑梗塞患者语言及肢体康复的可行性分析[J].中国标准化,2025,(20):321-324.
- [5] 杨欢,李艳君.偏瘫肢体康复训练护理与优质护理在脑梗塞患者中的效果及对日常生活能力改善评价[C]//重庆市健康促进与健康教育学会.临床医学创新与实践学术研讨会论文集（一）.湖北医药学院附属国药东风总医院,;2025:1054-1056.
- [6] 哈虹媛.阶梯式康复训练干预对脑梗塞患者生活能力及肢体运动功能的影响[J].中国冶金工业医学杂志,2023,40(06):710-711.
- [7] 胡云.急性脑梗塞应用超早期康复训练与特殊护理对临床疗效、心理状态及肢体功能恢复效果分析[J].当代临床医刊,2021,34(06):48-49.
- [8] 左瑞英.康复训练在脑梗塞偏瘫患者护理中改善肢体功能的作用[J].黑龙江中医药,2020,49(05):342-343.

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