

渐进抗阻吸气肌训练联合叙事护理对颈段脊髓损伤患者 依从性及呼吸功能的影响

陈 曦

盘锦市中心医院 辽宁盘锦

【摘要】目的 观察渐进抗阻吸气肌训练联合叙事护理对颈段脊髓损伤患者依从性及呼吸功能的影响。**方法** 回顾性分析我院 2024 年 8 月-2025 年 8 月收治的 62 例颈段脊髓损伤患者临床资料，62 例患者均通过双色球随机分组法均分为对照组（渐进抗阻吸气肌训练）与实验组（渐进抗阻吸气肌训练联合叙事护理），每一组有 31 例，比较两组患者护理效果。**结果** 实验组患者依从性（100.00%）及呼吸功能指标均高于对照组，数据差异明显（ $P<0.05$ ）。**结论** 渐进抗阻吸气肌训练联合叙事护理可显著提升颈段脊髓损伤患者依从性，有利于促进改善患者呼吸功能。

【关键词】 渐进抗阻吸气肌训练；叙事护理；颈段脊髓损伤；依从性；呼吸功能

【收稿日期】 2026 年 8 月 8 日

【出刊日期】 2026 年 9 月 5 日

【DOI】 10.12208/j.cn.20260502

Progressive resistive inspiratory muscle training combined with narrative nursing on compliance and respiratory function in patients with cervical spinal cord injury

Xi Chen

Panjin Central Hospital, Panjin, Liaoning

【Abstract】Objective To observe the effects of progressive resistive inspiratory muscle training combined with narrative nursing on the compliance and respiratory function of patients with cervical spinal cord injury. **Methods** We retrospectively analyzed the clinical data of 62 patients with cervical spinal cord injury admitted to our hospital from August 2024 to August 2025. The 62 patients were equally divided into a control group (progressive resistive inspiratory muscle training) and an experimental group (progressive resistive inspiratory muscle training combined with narrative nursing) using a double-color ball random grouping method, with 31 patients in each group, and compared the nursing effects between the two groups. **Results** The compliance (100.00%) and respiratory function indicators of patients in the experimental group were higher than those in the control group, with significant differences in the data ($P<0.05$). **Conclusion** Progressive resistive inspiratory muscle training combined with narrative nursing can significantly improve compliance in patients with cervical spinal cord injury and is beneficial for improving respiratory function.

【Keywords】 Progressive resistive inspiratory muscle training; Narrative nursing; Cervical spinal cord injury; Compliance; Respiratory function

渐进抗阻吸气肌训练为颈段脊髓损伤患者核心康复手段，旨在通过增强吸气肌肌力和耐力，以改善患者肺功能，但是该康复训练起效较慢，同时由于患者对自身疾病及康复训练重要性缺乏认知，依从性有待提升^[1]。因此，需探寻其他护理模式，叙事护理的核心在于倾听、理解并尊重患者，基于患者故事，帮助患者在叙事过程中重构故事，引导患者以更为积极、乐观的心态面对人生经历和挑战^[2]。目前，颈段脊髓损伤患者

渐进抗阻吸气肌训练联合叙事护理研究资料少，为弥补相关研究资料不足，设计对比研究，具体内容如下：

1 资料与方法

1.1 一般资料

实验组患者中男 16 例、女 15 例，年龄范围 34 岁～62 岁、均值（ 51.61 ± 1.44 ）岁。对照组患者中男 17 例、女 14 例，年龄范围 35 岁～64 岁、均值（ 51.64 ± 1.47 ）岁。两组采取不同干预措施。颈段脊髓损伤患者一般资

料,结果提示无显著差异(P值均大于0.05)。

1.2 纳入与排除标准

纳入标准:(1)患者均有外伤史,入院时神志清晰,颈段脊髓损伤平面在C₅~C₈,ASIA(ASIA Impairment Scale)分级在A级~D级。(2)患者均伴有通气障碍,给予呼吸支持,此外,不同干预措施实施前,患者及其家属均表示自愿参与,同时研究符合医院伦理会要求。

排除标准:(1)合并严重肺部感染及气胸、血胸患者。

(2)合并严重心功能不全、心律失常等心血管系统疾病患者。(3)合并认知功能障碍或精神疾病患者。(4)近六个月内有助骨骨折、胸骨骨折等胸部创伤史的患者。(5)气道梗阻患者。

1.3 方法

1.3.1 对照组行渐进抗阻吸气肌训练:(1)评估并确定初始最大吸气压:患者取坐位,使用专业阈值负荷吸气肌训练器(MIP)测定患者最大吸气压,对于呼吸肌肌力极差的患者,给予低强度MIP,即20-30%MIP开始。通常MIP在30%-50%开始。(2)具体训练方式:患者训练时首选半卧位或坐位,患者嘴唇紧密,通过鼻缓慢、均匀的吸气,同时腹部逐渐膨隆,至最大耐受范围后经鼻缓慢呼吸,每1-2周重新评估MIP,当患者能在当前阻力下完成上述腹式呼吸训练时,可将阻力增加5%-10%,目标是将MIP提升至50%-70%。每次训练10-15分钟,每天1-2次,每周5-7天。

1.3.2 实验组在对照组基础上每周开展一次叙事护理,持续30分钟,具体步骤如下:(1)引导叙事:护理人员倾听患者个人经历,并询问患者受伤到现在,个人感受以外化问题,将问题与患者本人分离。(2)解构:与患者分享既往接诊相同疾病案例,使患者意识到,其恐惧、沮丧等负面情绪并非个人专有的弱点,而

是对极端境遇的正常反应。(3)发现独特结果:护患沟通过程中,护理人员敏锐捕捉患者叙述的个人经历中,发现例外,例如患者自述症状缓解,在开展渐进阻力呼吸训练中家人陪伴发挥的积极作用。(4)重新建构叙事:向患者列举既往积极配合渐进抗阻呼吸训练预后良好案例,促使患者意识到积极配合相关干预,对其预后发挥的积极影响,帮助患者从被动接受各项干预措施的患者,转变为积极参与者。(5)建立新认同:将“患者”身份与其在家庭中承担角色进行连接,鼓励患者积极参与渐进抗阻呼吸训练,以尽快回归至正常生活中,并在每次重新评估MIP时,结合相关MIP数值的改变,肯定患者取得的成果。

两组患者均持续干预4周。

1.4 观察指标

比较两组患者干预依从性,完全依从患者积极配合、严格遵循各项干预措施。基本依从患者能完成大部分干预措施,偶尔未按要求执行,经他人提醒后能及时纠正。不依从指患者多次中断干预,需他人反复沟通、劝导。此外,比较两组患者干预前后呼吸功能指标。

1.5 统计学处理

应用SPSS22.0(Statistical Package for the Social Sciences22.0)数据处理软件,用($\bar{x} \pm s$)形式表示的计量数据用t检验;用(%)形式表示的计数数据用 χ^2 检验,P<0.05即表示组间数据差异明显。

2 结果

2.1 干预依从性

实验组干预依从性显著高于对照组,见表1。

2.2 呼吸功能

较之干预前,两组干预后呼吸功能指标均提高,实验组显著高于对照组,见表2。

表1 两组患者干预依从性对比(%)

组别	例数	完全依从	基本依从	不依从	依从性
实验组	31	17	14	0	31(100.00)
对照组	31	13	11	7	24(77.42)
χ^2 值					2.626
P值					<0.05

表2 两组患者呼吸功能指标对比($\bar{x} \pm s$)

例别	例数	用力肺活量(L)		最大通气量(L/min)	
		干预前	干预后	干预前	干预后
实验组	31	2.06±0.11	2.67±0.09*	66.41±3.47	85.18±3.63*
对照组	31	2.03±0.08	2.21±0.11*	66.39±3.45	73.08±3.59*
t值		1.781	19.231	1.546	14.953
P值		>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

注:“*”较之同组干预前,P<0.05。

3 讨论

颈段脊髓损伤可直接损害支配膈肌、肋间肌等主要吸气肌神经,导致患者出现呼吸肌无力、肺活量下降,若未及时行有效干预可危及患者生命^[3]。本次研究中实验组干预依从性及干预后呼吸功能指标均高于对照组,由此可见,将渐进抗阻吸气肌训练与叙事护理相结合,可对颈髓损伤患者身心发挥双重疗愈作用^[4-5]。渐进抗阻吸气肌训练基于患者最大吸气压,基于循序渐进的原则,指导患者行腹式呼吸训练以锻炼膈肌等呼吸肌,提升呼吸肌肌力以促进患者呼吸功能改善^[6]。叙事护理可帮助患者在创伤经历中,寻找积极参与相关干预措施的意义,帮助患者对个人生活重获掌控感,进而提高颈段脊髓损伤患者预后效果^[7-8]。

综上所述,渐进抗阻吸气肌训练、叙事护理可对于颈段脊髓损伤患者依从性及呼吸功能的改善发挥协同作用,相关联合干预措施效果显著,临床值得推广。本研究为单中心小样本回顾性分析,纳入病例范围有限,未对训练过程中出现的不耐受、中途脱落等不良事件进行系统记录,结果存在一定的理想化倾向。未来应扩大多中心样本覆盖,加入全维度的负面结局数据,完善论证严谨性。

参考文献

- [1] 游婷婷,陈美花,魏丹丹,等.叙事护理联合渐进式康复训练在脊髓损伤患者康复中的护理研究[J].基层医学论坛,2024,28(34):83-85+148.
- [2] 马静,马彩琴,王霞.叙事护理对脊柱骨折合并脊髓损伤高位截瘫患者心理状态的影响[J].贵州医药,2021,45(12):2004-2005.
- [3] 邱玉,孔亚丽,孙婷婷.渐进抗阻吸气肌训练联合叙事护理

在颈段脊髓损伤患者中的应用[J].齐鲁护理杂志,2023,29(14):36-39.

- [4] 陈凌云,陈锡栋,刘汉梅,等.叙事护理干预对康复期脊髓损伤患者焦虑、抑郁及创伤后成长的影响[J].中国医学创新,2024,21(2):93-96.
- [5] 周曼,王云杉.全程优质护理结合叙事护理在行脊柱骨折合并脊髓损伤手术患者中的应用效果[J].中西医结合护理(中英文),2024,10(6):60-62.
- [6] 梁毅,车小艳,关榴燕.叙事护理联合中医肺康复训练对改善脊髓损伤患者呼吸功能的效果[J].蛇志,2021,33(3):327-330.
- [7] 温艳,周艺光,左晓琳,等.叙事护理在颈脊髓损伤高位截瘫患者中的应用效果[J].河南医学研究,2021,30(24):4586-4588.
- [8] 路东云,朱小平,吴秋丽,等.叙事医学联合抗阻训练对慢性心力衰竭患者心理健康及心功能的影响[J].河北医药,2023,45(20):3115-3119.

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