

分阶段目标递进式护理对脑卒中偏瘫患者 ADL 失能项目训练改善率的影响

卢燕, 周燕

泰兴市人民医院康复医学科 江苏泰兴

【摘要】目的 探讨分阶段目标递进式护理对脑卒中偏瘫患者日常生活活动能力 (ADL) 失能项目训练改善率的影响。**方法** 选取 62 例 2025 年 1 月-2026 年 4 月在本院治疗的脑卒中偏瘫患者, 将数字随机表法作为分组方法分作两个组, 31 例常规组行常规护理, 31 例递进组实施分阶段目标递进式护理, 对比两组康复训练依从性、ADL 失能项目训练改善率。**结果** 递进组脑卒中患者功能锻炼依从性量表评分较常规组高 ($P<0.05$); 递进组护理后 ADL 分级优于常规组 ($P<0.05$)。**结论** 在脑卒中偏瘫患者中, 实施分阶段目标递进式护理可促进其康复训练依从性有效改善, 进一步提升 ADL 失能项目训练改善率。

【关键词】 分阶段目标递进式护理; 脑卒中; 偏瘫; 康复; 日常生活活动能力

【收稿日期】 2026 年 7 月 5 日

【出刊日期】 2026 年 8 月 2 日

【DOI】 10.12208/j.jacn.20260416

The impact of staged goal-progressive nursing on the improvement rate of ADL disability training in stroke patients with hemiplegia

Yan Lu, Yan Zhou

Department of Rehabilitation Medicine, Taixing People's Hospital, Taixing, Jiangsu

【Abstract】Objective To explore the impact of phased goal-progressive nursing on the improvement rate of activities of daily living (ADL) disability training in stroke patients with hemiplegia. **Methods** Sixty-two patients with stroke-induced hemiplegia treated in our hospital from January 2025 to April 2026 were selected and randomly divided into two groups using a digital random table method. The conventional group ($n=31$) received routine care, while the progressive group ($n=31$) underwent phased goal-progressive nursing. The rehabilitation training compliance and ADL disability training improvement rates were compared between the two groups. **Results** The progressive group scored higher on the functional exercise compliance scale than the conventional group ($P<0.05$). Post-intervention, the ADL classification in the progressive group was superior to that of the conventional group ($P<0.05$). **Conclusion** Implementing phased goal-progressive nursing in stroke patients with hemiplegia can effectively enhance their rehabilitation training compliance and further improve the ADL disability training improvement rate.

【Keywords】 Staged goal progressive nursing; Stroke; Hemiplegia; Rehabilitation; Activities of daily living ability

在脑血管意外中, 偏瘫较为常见, 致残、致死率均较高, 偏瘫是其常见后遗症, 发生率可达到 55.0%~75.0%^[1]。现阶段, 对于出现偏瘫的脑卒中患者, 临床上多会予以康复干预, 通过指导其参与规范性康复训练, 可促进相关功能恢复, 而康复效果在一定程度上受患者主体性影响, 因此需注重护理配合的实施^[2]。以往临床上对出现偏瘫的脑卒中患者实施康复干预时, 多配合以统一性指导与护理, 患者接受程度、耐受程度不够理想, 因此良好效果难以达到。分阶段目标递进式实施个体化目标设立, 引导患者循序渐进达成, 可使患者康复训练耐受性、依从性有效提升, 达到良好训练效果^[3]。

本次研究旨在进一步探讨对脑卒中偏瘫患者实施分阶段目标递进式护理的效果, 报道如下:

1 资料与方法

1.1 一般资料

此次选取 62 例患者, 均因脑卒中中出现偏瘫于 2025 年 1 月-2026 年 4 月在本院治疗, 纳入标准: (1) 《中国脑血管病防治指南》指导下确诊为脑卒中, 且存在单侧偏瘫; (2) 首次脑卒中; (3) 急救后病情进入稳定期; (4) 本人或家属签订自愿参与研究文书。排除标准: (1) 同时存在其他重大疾病; (2) 同时存在可能影响肢体功能的其他疾病; (3) 意识障碍; (4) 精神

异常; (5) 无法正常语言交流。将数字随机表法分 62 例患者为以下两组: 常规组 31 例, 男 16 例, 女 15 例; 56~78 岁, 平均 (67.02±4.39) 岁; 偏瘫侧: 左侧、右侧分别有 13 例、18 例。递进组 31 例, 男 17 例, 女 14 例; 57~76 岁, 平均 (66.97±4.41) 岁; 偏瘫侧: 左侧、右侧分别有 14 例、17 例。两组以上资料无差异 ($P>0.05$), 可比。

1.2 方法

常规组行常规护理: 以患者具体偏瘫情况为依据, 对相应的康复方案进行设计, 耐心解释康复训练意义、康复流程、配合要点等, 指导患者实施肌力训练、平衡训练、日常活动能力训练等, 20~30min/次, 2 次/d。

递进组实施分阶段目标递进式护理: (1) 日常生活活动能力 (ADL) 评估与分阶段目标设置。通过 Barthel 指数对患者实施 ADL 评估, 包含 10 个日常生活活动项目, 各项目均介于 0~10 分, 0~100 分的总分, 据此制定相应的康复目标。①近期目标, 发病后 4 周内恢复肢体生理功能; ②近期目标, 发病后 2~3 个月逐步站立、行走; ③远期目标, 发病后 4~6 个月逐步由自由行走向生活自理过渡。(2) 递进式康复指导。依据患者具体目标, 指导其循序渐进完成以下康复训练: ①良肢位摆放, 选择健侧卧位, 伸直患侧手臂, 下肢轻微屈膝。②关节活动, 主动活动上肢、下肢各个关节, 5~10 次/关节, 3 次/d。③Bobath 握手, 患侧手在上的姿势交叉双手, 健侧带动患侧进展摆动、上举活动, 每个动作进行 5~10 次, 3 次/d。④桥式运动, 指导患者双手置于身旁仰卧, 屈曲双腿支撑做抬臀、伸髋动作, 每个动作行 5s 维持, 3~5 组/次, 3 次/d; ⑤肌力训练, 拮抗肌收缩法, 收缩-放松-收缩, 10~20min/次, 3 次/d; 随后主动助力、抗阻运动循序渐进训练, 10~20min/次,

3 次/d。⑥体位转移, 逐步进行卧位-坐位、坐位-站位训练, 3~5 次/d。⑦步行, 逐步进行平地行走、上下台阶训练, 15~20min/次, 3 次/d; ⑧日常活动能力, 指导患者尽量主动进行进食、穿衣、如厕等活动, 并嘱咐家属在旁辅助与鼓励。

1.3 观察指标

(1) 康复训练依从性。完成 4 周康复干预后, 同一名护理人员 (不知情分组情况) 对两组实施康复训练依从性评估, 量表为“脑卒中患者功能锻炼依从性量表”, 坚持锻炼、锻炼时主动学习、保持患肢功能位三个维度, 分别有 7 个、5 个、2 个条目, 各条目均计 1~4 分, 总分 14~56 分, 得分高, 具备更高依从性。(2) ADL 失能项目训练改善率。护理前、后, 对两组实施 ADL 评分与分级, 0~100 分, ≤ 40 分、41~60 分、61~99 分、100 分分别为完全依赖、中度障碍、轻度障碍、完全自理。

1.4 统计学分析

此研究数据处理以 SPSS 26.0 进行, [n (%)] 表示 ADL 失能项目训练改善率之类计数资料, χ^2 检验, 等级资料比较采用非参数秩和检验; ($\bar{x} \pm s$) 表示康复训练依从性之类计量资料, t 检验。 $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组康复训练依从性比较

递进组脑卒中患者功能锻炼依从性量表评分较常规组高 ($P<0.05$), 见表 1。

2.2 两组 ADL 失能项目训练改善率比较

护理前, 两组 ADL 分级无差异 ($P>0.05$); 护理后, 两组 ADL 分级均提升, 且递进组更高 ($P<0.05$), 见表 2。

表 1 两组康复干预依从性比较 ($\bar{x} \pm s$, 分)

组别 (n)	坚持锻炼	锻炼时主动学习	保持患肢功能位	总分
常规组 (n=31)	20.58±2.36	13.62±2.31	3.54±0.62	37.74±3.23
递进组 (n=31)	24.41±2.29	16.91±2.12	5.95±0.56	47.23±3.34
t 值	6.485	5.842	16.061	11.372
P 值	<0.001	<0.001	<0.001	<0.001

表 2 两组 ADL 失能项目训练改善率比较 [n (%)]

组别	例数	护理前				护理后			
		完全依赖	中度障碍	轻度障碍	完全自理	完全依赖	中度障碍	轻度障碍	完全自理
常规组	31	2 (6.45)	25 (80.65)	4 (12.90)	0 (0.00)	0 (0.00)	20 (64.52)	10 (32.26)	1 (3.23)
递进组	31	3 (9.68)	23 (74.19)	5 (16.13)	0 (0.00)	0 (0.00)	8 (25.81)	19 (61.29)	4 (12.90)
z 值	-		0.394				9.736		
P 值	-		0.821				0.008		

3 讨论

脑卒中具有病情紧急、凶险等特点, 尽管近年来此病急救技术不断提升, 死亡率在很大程度上降低, 但存活患者仍有较高的功能障碍遗留率, 其中偏瘫极为常见^[4]。对于出现偏瘫的脑卒中患者而言, 肢体正常活动功能降低或丧失, 无法进行正常日常活动, 需积极予以康复干预以促进其功能恢复^[5]。而在实际康复干预中, 康复效果在很大程度上受患者依从性影响, 而患者依从性受康复方案合理性、适宜性影响。基于此, 临床上应积极构建并实施适合于脑卒中偏瘫患者身心需求与康复耐受性的康复护理方案, 以促进康复效果进一步提升。

本次研究对出现偏瘫的脑卒中患者实施分阶段目标递进式护理, 结果显示, 递进组脑卒中患者功能锻炼依从性量表评分较常规组高 ($P < 0.05$), 提示此护理在改善患者康复训练依从性方面有良好效果。分阶段目标递进式护理对患者 ADL 实施评估后, 针对不同患者设置阶段性康复目标, 制定相应的训练计划, 随后指导患者分阶段展开规范性康复训练, 训练强度、时间均由患者实际情况决定, 康复训练方案更具科学性、适宜性, 患者接受程度更高, 能够积极主动参与训练, 因此可达到提升训练依从性的效果^[6]。

本次研究还发现, 递进组护理后 ADL 分级优于常规组 ($P < 0.05$), 提示将分阶段目标递进式护理应用于出现偏瘫的脑卒中患者中有助于促进其 ADL 失能项目改善率进一步提升。脑卒中患者出现偏瘫后, 身体正常活动功能降低, 无法完成日常自我照护或活动, 因此需积极予以康复锻炼, 降低活动依赖程度, 使其 ADL 能够尽快恢复^[7]。分阶段目标递进式护理针对患者 ADL 实施个体化分阶段康复目标设置, 随后指导患者参与功能锻炼, 可使全身关节、肌肉、肢体功能等逐步得到锻炼, 并使脑组织血流灌注增加, 促进神经元修复、突出重塑, 有效恢复神经功能、肢体功能, 进而使 ADL 改善率进一步提升^[8]。

综上所述, 在脑卒中偏瘫患者中应用分阶段目标

递进式护理可促进康复训练依从性有效提升, 进一步提升 ADL 失能项目改善率。

参考文献

- [1] 胡永林, 马颖, 窦超, 等. 肩部控制训练联合神经松动术对脑卒中偏瘫患者肩痛及上肢功能的效果[J]. 中国康复理论与实践, 2024, 30(1): 81-86.
- [2] 屠俊芳, 李慧俐, 王娟. 团队自我肯定训练对缺血性脑卒中偏瘫患者希望水平及康复锻炼依从性的影响[J]. 医学临床研究, 2025, 42(7): 1281-1283.
- [3] 刘华. 阶段性目标性护理在老年脑卒中偏瘫患者中的应用效果[J]. 当代护士: 下旬刊, 2023, 30(4): 25-29.
- [4] 沈玮辰, 陈波, 宋娜. 立位下健肢抗阻迈步训练对脑卒中后偏瘫患者运动功能及平衡能力的恢复效果[J]. 中国医师杂志, 2026, 28(4): 613-616.
- [5] 陈晓艳, 王娅, 李静逸, 等. 目标化康复指导路径改善早期脑卒中偏瘫患者肌张力和日常生活能力的效果分析[J]. 现代临床护理, 2023, 22(1): 27-33.
- [6] 满慧静, 孙明君, 刘亚静, 等. 超早期康复训练联合穴位按摩后电针刺激对老年脑卒中偏瘫患者肢体功能及神经功能的影响[J]. 现代中西医结合杂志, 2024, 33(8): 1128-1132.
- [7] 赵敏, 杨娜娜, 沈筠筠, 等. 三维螺旋式振动疗法联合常规康复训练对脑卒中偏瘫患者上下肢痉挛状态、步行能力及生活质量的影响[J]. 现代生物医学进展, 2023, 23(20): 3960-3963.
- [8] 唐妍娜, 李玉群, 王琴, 等. 延续护理模式联合分级康复训练对脑卒中伴偏瘫患者肢体功能恢复、生活能力的影响[J]. 医学临床研究, 2025, 42(12): 2120-2123.

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