自我效能理论下超早期阶段性护理在脑卒中患者急性期的应用

王冬利

宿迁安颐老年病医院（泗洪安颐医院） 江苏宿迁

【摘要】目的 为更好的提升脑卒中患者的运动功能，改善平衡情况，促进患者预后，对自我效能理论下超早期阶段性护理的应用效果进行探究。**方法** 以 2023 年 4 月-2025 年 8 月为研究时间，择取期间内在本院治疗的脑卒中患者中的 100 例为研究对象，随机分组，对照组（50 例）采用常规护理，观察组（50 例）采用自我效能理论下超早期阶段性护理，从运动功能量表（FMA）评分、Berg 平衡量表（BBS）评分、日常生活能力（BI）评分展开数据研究。**结果** 采用自我效能理论下超早期阶段性护理的观察组患者 FMA 评分、BBS 评分、BI 评分明显优于对照组，组间数据差异明显，P＜0.05，具有统计学意义。**结论** 自我效能理论下超早期阶段性护理在脑卒中患者急性期的应用效果显著，有效提升患者的运动功能，改善平衡情况，促进患者预后，应用价值良好，建议推广应用。

【关键词】自我效能理论；超早期阶段性护理；脑卒中；急性期

【收稿日期】2026 年 10 月 6 日 **【出刊日期】**2026 年 11 月 8 日 **【DOI】**10.12208/j.jacn.20260614

Application of ultra-early staged nursing based on self-efficacy theory in the acute phase of stroke patients

Dongli Wang

Suqian Anyi Geriatric Hospital (Sihong Anyi Hospital), Suqian, Jiangsu

【Abstract】Objective To better enhance motor functions, improve balance, and promote prognosis in stroke patients, this study explores the application effect of ultra-early staged nursing based on self-efficacy theory. **Methods** Research period: April 2023 to August 2025, 100 stroke patients treated at our hospital during this period were selected as the study subjects. Random grouping, patients were divided into groups: the control group (50 cases) received conventional nursing, while the observation group (50 cases) received ultra-early staged nursing based on self-efficacy theory. Data were analyzed based on the Fugl-Meyer Assessment (FMA) scores for motor function, Berg Balance Scale (BBS) scores, and Barthel Index (BI) scores for activities of daily living. **Results** Patients in the observation group who received ultra-early staged nursing based on self-efficacy theory showed significantly higher FMA, BBS, and BI scores compared to the control group, with intergroup differences being statistically significant (P < 0.05). **Conclusion** The application of ultra-early staged nursing based on self-efficacy theory in the acute-phase of stroke patients has significant effectiveness, effectively enhancing motor function, improving balance, and promoting patient prognosis. It has good application value and is recommended for broader use.

【Keywords】Self-efficacy theory; Ultra-early stage-based nursing; Stroke; Acute-phase

脑卒中是患病率、致残率较高的一种脑血管类疾病，是由于脑部血管突然破裂或因血管堵塞导致血液不能流入大脑而引起的脑组织损伤，发病突然，进展快速。超早期阶段性护理是在发病后 24-72 小时内启动针对性康复训练，通过神经可塑性窗口期最大化功能重塑效果[1-2]。自我效能理论指出个体对自身行为能力的信念直接影响其行为选择，自我效能理论是行为改变的核心心理机制，可以增强患者对康复的信念[3-4]。本文通过对 100 例脑卒中患者康复期采用常规护理与自我效能理论下超早期阶段性护理对照研究，旨在分析自我效能理论下超早期阶段性护理在脑卒中患者急性期的应用效果，为建立标准化脑卒中康复方案提供循证依据。

1 资料与方法

1.1 一般资料

研究筛选 100 例于 2023 年 4 月-2025 年 8 月在本

院治疗的脑卒中患者为研究对象，随机分为对照组和观察组（每组各 50 例）。观察组患者男 29 例，女 21 例；患者年龄（47-75）岁，均值（65.78±4.33）岁；对照组患者男 28 例，女 22 例；患者年龄（49-76）岁，均值（66.52±4.42）岁；两组数据比较，P＞0.05，无显著性差异。

1.2 方法

1.2.1 对照组采用常规护理。

给予患者病情监控、健康宣教、用药、饮食、心理等常规护理。

1.2.2 观察组采用自我效能理论下超早期阶段性护理。

（1）病情稳定后 1-3 天。

1）认知重构。帮助患者进行认知重建，给予患者健康教育，提高患者对疾病的认知程度及康复治疗的重要性，强调主动配合是康复效果的关键，帮助患者理解康复治疗的紧迫性。合理应用情绪疗法，识别并纠正患者对脑卒中康复的消极认知，帮助患者建立积极的康复信念。指导患者闭目深呼吸训练，降低交感神经兴奋性，减轻躯体化症状。

2）制定康复目标。分享超早期阶段性护理干预后功能恢复的典型案例，帮助患者建立积极预后预期。鼓励患者主动参与康复训练，与患者共同设定可实现的康复目标，强化患者对身体的掌控感[5]。患者完成康复训练后立即给予肯定，通过实现目标体验提升患者的自我效能感[6-7]。

3）家庭支持。嘱患者家属用平静、肯定的语气与患者沟通交流，避免在患者面前表现慌乱或过度悲伤，防止照料者情绪崩溃影响患者心态[8]。

（2）发病后 3-7 天。

1）阶段性功能训练。初始开展被动运动，指导患者关节活动度训练，活动各个关节，并给予患者肌肉按摩，预防肌肉萎缩[9-10]。循序渐进开展主动训练，鼓励患者尝试床上翻身、坐位平衡等低强度活动，逐步过渡到站立训练。

2）并发症预防。及时清除患者口腔、鼻腔分泌与呕吐物，保持呼吸道通畅。协助患者翻身、拍背，促进排痰，预防肺部感染。取肢体功能位，若需要仰卧，可保持下肢处于伸直状态，将足背伸，让踝关节保持 90°，在外侧增垫软枕，避免髋外翻，抬高下肢，防止下肢深静脉血栓。可穿弹力袜、气压治疗预防深静脉血栓。在空隙处垫软枕，防止骨突部位受压过久，引发血液循环障碍。

1.3 观察指标

对两组患者的运动功能量表（FMA）评分、Berg 平衡量表（BBS）评分、日常生活能力（BI）评分进行对比，以此作为研究价值体现依据。

1.4 统计学方法

调研应用 SPSS23.0 系统分析，计量资料以（$\bar{x}\pm s$）表示，计数应用（n，%）代替，差别应用 t、χ^2 检测，P＜0.05，研究意义显现。

2 结果

2.1 两组患者护理前后的运动功能量表（FMA）评分比较

（1）观察组（n=50）

护理前 FMA 评分 68.67±5.22（分），护理后 FMA 评分 95.82±4.16（分）。

（2）对照组（n=50）

护理前 FMA 评分 68.42±6.25（分），护理后 FMA 评分 93.81±5.27（分）。

治疗前两组 FMA 评分比较，t=0.22，P=0.008，无显著性差异，治疗后观察组 FMA 评分更高，t=2.12，P=0.04，差异具有统计学意义。

2.2 两组患者护理前后的 Berg 平衡量表（BBS）评分比较

（1）观察组（n=50）

护理前 BBS 评分 22.69±3.28（分），护理后 BBS 评分 50.21±3.08（分）。

（2）对照组（n=50）

护理前 BBS 评分 22.06±3.04（分），护理后 BBS 评分 48.68±2.47（分）。

治疗前两组 BBS 评分比较，t=0.958，P=0.431，无显著性差异，治疗后观察组 BBS 评分更高，t=2.74，P=0.008，差异具有统计学意义。

3 讨论

脑卒中良好预后离不开科学有效的康复护理干预，需积极探寻有效的护理干预方案，以改善患者临床症状，降低并发症风险，改善功能障碍，促进预后。自我效能干预是通过目标设定、案例示范、正向激励及成功经验强化等措施，加强患者对康复训练的信心和依从性，克服康复过程中的心理障碍。超早期干预是在患者生命体征稳定后立即启动康复护理计划，最大限度利用脑神经可塑性，加速功能重建。阶段性康复护理是根据患者恢复进程动态调整康复护理方案，恢复初期被动关节活动，预防肌肉萎缩及关节挛缩，渐进式主动训练，床上坐位平衡、站立训练等，恢复中期开展日常生

活能力训练及行走功能强化训练，分阶段进行肌力、平衡及协调性训练。

综上所述，脑卒中患者急性期自我效能理论下超早期阶段性护理是一种综合干预模式，其核心是将自我效能理论与脑卒中发病后的超早期康复时间窗及分阶段康复护理目标相结合，以优化患者功能恢复，提升患者的运动功能，改善平衡情况，促进患者预后，应用价值良好，可行性较高，值得推广，建议提倡。

参考文献

[1] 郑宁. 超早期康复护理对老年缺血性脑卒中患者的效果观察及日常生活能力评分、睡眠质量影响分析[J]. 世界睡眠医学杂志,2023,10(5):1039-1041.

[2] 许琼,姜艳,高倩倩. 早期康复护理对脑卒中患者神经功能及肢体功能的影响分析[J]. 中外医疗,2024,43(34):164-167.

[3] 李玲玲,刘敏,章丽鹃,等. 基于计划行为理论的护理管理对脑卒中恢复期患者自我效能、健康态度及健康行为的影响[J]. 内科理论与实践,2024,19(6):399-404.

[4] 朱筱英,孙荣芝. 基于自我效能理论的康复护理在缺血性脑卒中偏瘫患者中的应用研究[J]. 中外医疗,2024,43(33):118-122.

[5] 章汝,章小华,傅国萍,等. 自我效能理论主导的靶向训练对脑卒中患者运动功能及日常生活能力的影响[J]. 中华全科医学,2024,22(5):805-808,832.

[6] 戴蒋亚,杨敏,顾琴红,等. 自我决定理论联合早期个体化吞咽功能训练对脑卒中后吞咽障碍的影响[J]. 国际护理学杂志,2022,41(17):3145-3150.

[7] 万羽洁,钟美容,黎景徽,等. 基于自我效能理论的双侧上肢功能训练在老年脑卒中偏瘫病人中的应用[J]. 护理研究,2023,37(8):1496-1499.

[8] 刘冬. 奥瑞姆自理模式在阶段性康复训练联合早期认知训练治疗急性缺血性脑卒中患者中的应用及对预后的影响[J]. 国际护理学杂志,2021,40(1):123-125.

[9] 林蓓蕾,靳雨佳,梅永霞,等. 脑卒中患者复发风险感知与行为决策情境理论模型的初步构建[J]. 军事护理,2024,41(6):1-5.

[10] 吴亚珍. 基于潮汐理论模型的干预对缺血性脑卒中患者焦虑抑郁、自我效能及生活质量的影响[J]. 中外医学研究,2024,22(10):85-89.

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