

中医护理适宜技术联合八段锦对老年脑卒中后痉挛性 偏瘫患者的干预效果探讨

曹 桦

十堰市太和医院中医康复科 湖北十堰

【摘要】目的 探究中医护理技术与八段锦干预对于老年脑卒中患者发生痉挛性偏瘫的护理效果。**方法** 将 2023 年 2 月-2025 年 2 月的 68 例老年脑卒中后痉挛性偏瘫的患者作为研究对象，将其分成两组，分别为观察组和对照组，各 34 例。两组分别实施常规护理与中医护理技术联合八段锦干预。**结果** 观察组护理满意度为 97.06%，明显高于对照组；观察组不良反应发生率为 2.94%，明显低于对照组，有统计学意义 ($P < 0.05$)。**结论** 对于老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者而言，实施中医护理适宜技术联合八段锦，能够显著改善患者对于护理工作的认可度，使得患者对于后续护理工作能够更加配合，从而保证护理质量，降低患者不良反应的发生几率，值得参考。

【关键词】 中医护理；适宜技术；八段锦；老年；脑卒中；痉挛性偏瘫

【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.20260420

Discussion on the intervention effect of traditional Chinese medicine nursing appropriate techniques combined with Baduanjin on elderly patients with spastic hemiplegia after stroke

Hua Cao

Department of Traditional Chinese Medicine Rehabilitation, Taihe Hospital of Shiyan, Shiyan, Hubei

【Abstract】Objective To explore the nursing effects of traditional Chinese medicine (TCM) nursing techniques combined with Baduanjin on elderly stroke patients with spastic hemiplegia. **Methods** A total of 68 elderly patients with spastic hemiplegia after stroke from February 2023 to February 2025 were selected as the study subjects and divided into two groups: the observation group and the control group, with 34 cases in each group. The observation group received TCM nursing techniques combined with Baduanjin intervention, while the control group received conventional nursing. **Results** The nursing satisfaction rate in the observation group was 97.06%, significantly higher than that in the control group. The incidence of adverse reactions in the observation group was 2.94%, significantly lower than that in the control group, with statistical significance ($P < 0.05$). **Conclusion** For elderly patients with spastic hemiplegia following stroke, the implementation of appropriate Traditional Chinese medicine (TCM) nursing techniques combined with Baduanjin exercise can significantly improve patients' recognition of nursing care, enhance their cooperation with subsequent nursing interventions, and thereby ensure the quality of care and reduce the incidence of adverse reactions. This approach is worthy of reference.

【Keywords】 Traditional Chinese medicine nursing; Appropriate techniques; Baduanjin; Elderly; Stroke; Spastic hemiplegia

老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者常面临运动功能障碍、生活质量低下等问题，寻找安全有效的干预手段一直是临床关注的重点^[1]。中医护理适宜技术历史悠久，在调理机体功能、改善症状方面具有独特优势，八段锦作为传统养生功法，通过特定动作调节气血、疏通经络，二者联合应用为患者康复提供了新思路^[2-3]。目前，关于

中医护理适宜技术与八段锦联合干预老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者的研究尚且不够完善，其在改善患者肢体痉挛、促进运动功能恢复及提高生活自理能力等方面的效果有待进一步探讨^[4]。为此，本研究主要以我院于 2023 年 2 月至 2025 年 2 月收治的 68 例老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者为研究对象，对患者实施中医护理适宜

技术联合八段锦,并得出最终满意结果,具体操作如下:

1 资料与方法

1.1 临床资料

将我院于2023年2月至2025年2月收治的68例

老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者,随机分为观察组、对照组,各34例。两组患者临床资料如表1所示。

对比两组临床资料,组间差异不显著,无统计学意义($P>0.05$)。

表1 两组患者的一般资料对比($\bar{x}\pm s$)

组别	性别(例)		年龄范围(岁)		平均年龄(岁)
	男	女	最小年龄	最大年龄	
观察组(n=34)	17	17	60	82	70.53±3.26
对照组(n=34)	18	16	60	83	70.33±3.66

1.2 方法

对照组实施常规护理。即:基础护理上,保持患者床铺清洁干燥,定期协助翻身拍背,预防压疮及肺部感染,同时做好口腔、皮肤清洁,指导患者正确咳嗽。饮食方面,给予高蛋白、高维生素、易消化的流质或半流质食物,昏迷或吞咽困难者采用鼻饲喂养,注意营养均衡。康复护理中,早期协助患者进行肢体被动运动,防止关节挛缩,待病情稳定后,指导主动运动,循序渐进增加训练强度。同时关注患者心理状态,通过沟通交流缓解焦虑抑郁情绪,鼓励家属参与护理,帮助患者树立康复信心,定期评估患者功能恢复情况,调整护理计划。

观察组实施中医护理适宜技术联合八段锦。即:(1)中医护理适宜技术:先依据患者病情选取合适的中医护理适宜技术,像针刺疗法,可选取曲池、合谷、足三里等穴位,通过针刺调节经气、缓解痉挛;艾灸疗法则在相关穴位施灸,以温通经络、活血化瘀。同时,配合推拿按摩,沿患肢经络进行轻柔推拿,放松肌肉、改善血液循环。另外,中药熏蒸也可应用,将具有活血通络功效的中药煎煮后熏蒸患肢,促进药物吸收,减轻痉挛状态。实施时要注意操作规范,根据患者耐受程度调整

强度,避免损伤。(2)八段锦:需结合患者身体状况制定个性化练习方案。先指导患者学习八段锦基础动作,从“两手托天理三焦”开始,动作缓慢柔和,幅度以患者能承受为宜,每个动作重复5-8次。练习过程中,注重呼吸与动作配合,采用腹式呼吸,吸气时动作舒展,呼气时放松肌肉。随着患者功能恢复,逐步增加练习强度和动作难度,如加入“摇头摆尾去心火”等动作。每次练习15-20分钟,每日1-2次,练习后让患者适当休息,观察有无不适反应,确保安全有效。

1.3 观察指标

比较两组患者的护理满意度以及不良反应发生率。

1.4 统计学分析

采用SPSS26.0分析,采用 t/χ^2 值检验, $P<0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者的护理满意度比较

观察组护理满意度为97.06%(33/34),明显高于对照组,有统计学意义, $P<0.05$;见表2。

2.2 两组患者的不良反应发生率比较

观察组不良反应发生率为2.94%(1/34),明显低于对照组,有统计学意义, $P<0.05$;见表3。

表2 两组患者的护理满意度对比(n, %)

组别	例数	非常满意	满意	不满意	满意度(%)
观察组	34	26(76.47)	7(20.59)	1(2.94)	33(97.06)
对照组	34	23(67.65)	4(11.76)	7(20.59)	27(79.41)
χ^2 值	/	/	/	/	5.100
P值	/	/	/	/	0.024

表3 两组患者的不良反应发生率对比(n, %)

组别	例数	疼痛	疲劳	焦虑、抑郁	不良反应发生率(%)
观察组	34	0(0)	1(2.94)	0(0)	1(2.94)
对照组	34	2(5.88)	4(11.76)	3(8.82)	9(26.47)
χ^2 值	/	/	/	/	7.503
P值	/	/	/	/	0.006

3 讨论

对老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者而言, 中医护理适宜技术如针刺、艾灸、推拿、中药熏蒸等, 能从整体调理入手, 通过刺激穴位、疏通经络、调和气血来改善患肢局部血液循环, 缓解肌肉痉挛状态, 其作用直接且针对性强, 可根据患者个体差异灵活调整方案, 满足不同病情需求^[5-6]。八段锦作为传统养生功法, 动作柔和缓慢, 注重呼吸与动作协调, 能帮助患者放松身心, 增强肢体协调性与控制力, 在改善运动功能的同时, 还可调节神经系统功能, 减轻焦虑抑郁情绪, 提升患者心理状态^[7]。两者联合应用, 可实现优势互补, 中医护理适宜技术的局部精准干预与八段锦的整体功能调节相结合, 既能快速缓解痉挛症状、促进肢体功能恢复, 又能从根本上改善机体气血运行与脏腑功能, 提高患者生活自理能力, 且这种联合干预方式安全性高、副作用少, 符合老年患者身体特点, 还能在一定程度上降低医疗成本, 对患者长期康复和生活质量提升效果显著^[8-9]。

本文研究结果显示: 观察组护理满意度明显高于对照组; 其主要得益于该项护理措施下, 可根据患者肢体功能恢复情况调整动作难度, 从基础到进阶, 逐步提升患者参与感。观察组不良反应发生率明显低于对照组; 其主要得益于该项护理措施下, 能够针对性的对患者可能出现的不良反应进行干预, 从而降低患者出现不良反应几率。因此, 我们认为, 在老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者中, 相较于实施常规护理而言, 实施中医护理适宜技术联合八段锦干预能有效规避因干预方式与体质不匹配导致的不良反应, 而且护理措施中, 家属的参与不仅能提高干预的持续性, 还能让患者感受到家庭支持, 增强康复信心。而且可以缓解焦虑情绪, 患者在身体症状改善的同时, 心理压力也得到疏解, 对护理的满意度自然提升。

综上所述, 实施中医护理适宜技术联合八段锦在老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者中, 能够显著改善患者的运动功能, 功能提升带来的生活自理能力改善, 会直接增强患者对护理的信心, 患者也能够更加积极主动的配合护理措施实施, 从而全方位的预防各种不良反应出现, 提升患者护理期间的生活质量, 值得参考。

参考文献

- [1] 彭均, 石英, 王任, 等. 中医护理适宜技术联合八段锦对老年脑卒中后痉挛性偏瘫患者的干预效果 [J]. 智慧健康, 2024, 10 (26): 164-167.
- [2] 骆婉霞. 心理护理联合中医护理对老年高血压脑卒中恢复期伴焦虑症状患者的影响 [J]. 心血管病防治知识, 2023, 13 (26): 29-32.
- [3] 张国英, 张世林, 马珂. 中医护理适宜技术对脑卒中痉挛性偏瘫肢体功能恢复及日常生活活动能力的影响 [J]. 实用中医内科杂志, 2023, 37 (05): 117-119.
- [4] 苏玉桃, 邵礼成, 左杏梅. 中医护理技术对老年脑卒中胃肠功能障碍的康复效果研究 [J]. 黑龙江医药, 2022, 35 (03): 712-715.
- [5] 蔡可萱. 针对脑卒中后便秘老年患者的中医护理技术及效果观察 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2022, 20 (09): 161-163.
- [6] 郎焕, 胡玉丽, 郭晶晶. 在脑卒中痉挛性偏瘫患者中实施中医护理适宜技术进行干预促进下肢功能康复的作用 [J]. 黑龙江中医药, 2021, 50 (05): 273-274.
- [7] 吴爵慧, 冯海燕, 田育苗, 等. 中医护理技术在脑卒中后痉挛性偏瘫病人护理中的效果观察 [J]. 黑龙江中医药, 2020, 49 (06): 347-348.
- [8] 张丽君, 孟丽琴, 梁伟燕, 等. 中医护理干预对老年急性缺血性脑卒中患者活动能力恢复的影响 [J]. 临床医学工程, 2020, 27 (09): 1255-1256.
- [9] 吴敏, 胡秀红, 丁敏. 中医护理方案在老年脑卒中患者急性期护理中的应用价值 [J]. 中国中医药现代远程教育, 2020, 18 (14): 142-143.

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