

中医康复护理对脑卒中后偏瘫患者肢体痉挛状况及运动功能的影响

向效麒, 熊玉巧, 李 艳*

云南省中医医院康复科 云南昆明

【摘要】目的 分析和研究为脑卒中后偏瘫患者实施中医康复护理对改善其肢体痉挛及运动功能起到的效果和作用。**方法** 本次实验时间为 2023 年 6 月至 2024 年 6 月, 随机选择该时间段在本科实施治疗的 60 例脑卒中后偏瘫患者为观察对象, 按照随机数字表方式进行分组, 奇数数字纳入对照组实施常规护理, 偶数数字纳入观察组实施中医康复护理, 护理后对两组患者多项指标进行比较。**结果** 分析研究结果显示, 观察组患者肢体痉挛程度低于对照组 ($P < 0.05$), 观察组患者运动功能得分高于对照组 ($P < 0.05$)。**结论** 为脑卒中后偏瘫患者实施中医康复护理能够有效改善其肢体痉挛状况以及肢体运动功能, 应用价值较高。

【关键词】 中医康复护理; 脑卒中后偏瘫; 肢体痉挛; 运动功能

【收稿日期】 2025 年 3 月 26 日

【出刊日期】 2025 年 4 月 22 日

【DOI】 10.12208/j.jnmn.20250192

Effects of Chinese medicine rehabilitation care on limb spasticity status and motor function in post-stroke hemiplegic patients

Xiaoqi Xiang, Yuqiao Xiong, Yan Li*

Rehabilitation Department, Yunnan Provincial Hospital of Traditional Chinese Medicine, Kunming, Yunnan

【Abstract】Objective To analyse and study the effects of Chinese medicine rehabilitation nursing on improving limb spasticity and motor function in post-stroke hemiplegic patients. **Methods** The experimental period was from June 2023 to June 2024, and 60 post-stroke hemiplegic patients who were treated in this hospital during this period were randomly selected as the observation subjects, and grouped according to the random number table, with the odd-numbered patients included in the control group for the implementation of conventional nursing care and the even-numbered patients included in the observation group for the implementation of traditional Chinese medicine rehabilitation nursing care, and a number of indexes of the patients in the two groups were compared after the nursing care. **Results** analysing the results of the study, it can be seen that the degree of limb spasticity of the patients in the observation group was lower than that of the control group ($P < 0.05$), and the motor function score of the patients in the observation group was higher than that of the control group ($P < 0.05$). **Conclusion** The implementation of Chinese medicine rehabilitation nursing for post-stroke hemiplegic patients can effectively improve their limb spasticity and limb function, with high application value.

【Keywords】 Chinese medicine rehabilitation nursing; Post-stroke hemiplegia; Limb spasticity; Motor function

前言

脑卒中是一种常见的脑血管疾病, 具有致死率和致死率高的特点。患者患病后即使能得到及时、有效的治疗, 出现偏瘫后遗症的概率依然较高, 生活质量受到严重影响, 容易产生肢体痉挛等并发症。该并发症会导致关节活动受限。进而影响其运动功能的恢复^[1]。基于此, 为了提高患者生活质量, 通过有效护理改善其肢体

痉挛, 提高运动功能。临床中实施的常规护理相对单一和固定, 应用后起到的效果不明显。中医康复护理内容多样且副作用小, 注重从整体观念出发调整患者身体状况, 因此应用中医康复护理, 能够改善肢体痉挛状况以及运动功能^[2]。

1 资料与方法

1.1 一般资料

*通讯作者: 李艳

研究时间及人物:随机选择2023年6月~2024年6月在本科实施治疗的60例脑卒中后偏瘫患者。分为对照组30人,男性16人,女性14人,年龄在45-72周岁,平均年龄 (58.12 ± 2.12) 岁。观察组30人,男性、女性各15人。年龄46-71周岁,平均年龄 (59.24 ± 2.29) 岁。经分析年龄、性别等基本资料并无差异($P > 0.05$)。

1.2 方法

对照组实施常规护理,内容包括病情观察、康复训练指导,指导内容为行关节活动度训练、肌力训练以及平衡训练。

观察组实施中医康复护理,内容有以下几点:

1.2.1 运动康复护理

患者卧床休息期间会落实良肢位摆放,指导患者保持仰卧位,患侧肩部稍垫高,上肢伸展,下肢髋关节、膝关节微屈,并每隔两小时为患者翻身一次,防止压疮、血栓等并发症出现。其次,会指导其进行运动康复,运动康复主要从太极拳、八段锦、五禽戏等方面落实。太极拳能够调节气血、疏通经络,每次练习20~30分钟,每周落实3~5次。八段锦能改善关节活动度,促进气血流通,每周练习1~2次,每次20~30分钟。五禽戏主要是患者模仿虎、鹿、熊、猿、鸟五种动物的动作,通过模仿这些动作能使全身关节肌肉得到锻炼,该运动每周进行3~5次,没去20~30分钟。

1.2.2 饮食指导

饮食选择上以谷类、蔬果类、蛋白质类、油脂类为主。谷类要选择糙米、燕麦、全麦、面包等,以此提高膳食纤维摄入,并预防患者出现便秘。蔬果类要选择西兰花、菠菜、苹果等富含丰富维生素C、维生素E以及胡萝卜素的水果,以此来增强抗氧化能力,并保护血管。蛋白质类要选择饱和和脂肪酸,这类食物能有效降低血脂,并保护患者心脑血管,也可以选择豆类、蛋类,这类食物能有效降低胆固醇。油脂类食物要以橄榄油、亚麻籽油等植物油为主,尽可能减少动物油的摄入。另外,饮食时要遵循少食多餐的原则,避免患者肠胃负担过重,且要合理对三餐进行分配。

不同患者身体状况不同,对于气虚血瘀型患者会让其多食用益气活血的食物,如用黄芪与粳米一起炖粥或用当归来炖汤,这些中药材具有活血通络止痛的效果,能够通过促进气血流通来改善患者偏瘫症状。对于肝肾阴虚型患者会让其多食用滋补肝肾的食物,如枸杞、黑芝麻等,通过补肝肾、益精血来改善患者身体状况。对于痰热腑食型患者会指导其多食用清热化痰、润肠通便的食物,如芹菜、冬瓜等,以此帮助患者将体

内痰湿排出^[3]。

1.2.3 情志护理

护理期间会定期对患者心理状况进行评估,如果患者存在焦虑、抑郁等不良情绪会对其实施心理护理。首先通过认知行为疗法帮助患者正确认识脑卒中及偏瘫的相关知识,如采用图片视频等方式详细介绍脑卒中及偏瘫疾病知识,讲解的同时会引导患者分析自身情绪产生原因,并鼓励其改变不合理的思维方式和行为习惯。此外,护理人员也会列举一些成功康复的案例来提高患者治疗信心。另外,会实施音乐疗法,根据患者喜好选择合适的音乐进行播放,通过舒缓的音乐帮助患者放松身心、缓解情绪。如果患者存在较为严重的焦虑、抑郁情绪,可以落实气功疗法,指导患者进行放松功、内养功等气功练习,通过这些练习调节呼吸以及身体状况,练习时每天1~2次,每次控制在30分钟左右^[2]。

1.3 观察指标

1.3.1 对两组患者肢体痉挛程度进行对比,采用MAS量表获得相应数据,共6个等级,对应0~6分,得分越低说明患者痉挛程度越轻。

1.3.2 对两组患者运动功能进行对比,采用运动功能FMA量表获得相应数据,总分100分,得分越高说明患者运动功能越好。

1.4 统计学处理

使用SPSS25.0统计软件包处理结果中的计数资料和计量资料,前者表示项为例数及百分比,组间采用 χ^2 进行检验。后者表示项为 $(\bar{x} \pm s)$ 标准差,组间采用独立样本t检验。如果最终得出的结果 $P < 0.05$ 表明研究有统计学意义。

2 结果

2.1 两组患者肢体痉挛状况对比

如表1所示,观察组患者肢体痉挛程度明显低于对照组($P < 0.05$)。

2.2 两组患者运动功能得分对比

如表2所示,观察组患者运动功能得分明显高于对照组患者($P < 0.05$)。

3 讨论

偏瘫是脑卒中患者的常见后遗症,会引发肢体痉挛并发症。这是由于脑卒中疾病发生后,局部脑组织会由于缺血、缺氧而发生坏死,进而引起大脑皮质运动区受损,这种情况就会导致肌肉过度收缩,进而引发肢体痉挛。

偏瘫会使患者长期卧床休息,当缺乏正常的神经支配以及运动刺激时肌肉张力会发生改变,因此会在

一定程度上加重肢体痉挛程度。该并发症会影响患者身体恢复,也会降低其生活质量。

表 1 两组患者肢体痉挛状况对比 ($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	护理前	护理后
对照组	30	3.01±0.25	2.01±0.01
观察组	30	3.12±0.19	1.12±0.02
t 值		0.569	9.006
P 值		>0.05	<0.05

表 2 两组患者运动功能得分对比 ($\bar{x}\pm s$)

组别	例数	护理前	护理后
对照组	30	56.25±2.15	65.15±2.72
观察组	30	56.26±2.11	78.86±2.88
t 值		10.069	10.216
P 值		<0.05	<0.05

中医上认为肢体痉挛属于“痉症”范畴,出现原因与气血亏虚、经脉失养有着密切联系,所以注重采用疏通经络、调和气血的方法缓解症状^[4]。

通过本次研究可以得知,落实中药康复护理的观察组患者肢体痉挛程度轻于对照组,运动功能得分高于对照组。中医运动康复护理中的太极拳、八段锦等传统运动能够根据患者个体情况全面锻炼其全身肌肉关节,这些运动强调动静结合、身心并调,因此能从整体上改善患者机体功能^[5]。其中的五禽戏能通过模仿动物动作使患者全身经络气血通畅,气血通畅时就能濡养肌肉经脉,进而缓解肌肉痉挛,肌肉痉挛痉挛得到改善时就能为肢体运动功能恢复提供更好基础。饮食指导依据患者中医辨证分型进行施食,且注重食物的味辛、归经和搭配,因此能从根本上调节患者身体内环境并有效改善因脏腑功能失调导致的肌肉痉挛。中医推荐的食物注重营养均衡以及对身体机能的调节,如合理选择谷物、蔬果、优质蛋白等,都能维持身体正常代谢,并提供身体所需要的能量^[6]。患者身体营养得到提高时,不仅能提高机体抵抗力,也能促进肢体运动功能恢复。落实的情志护理可以针对性的对患者进行情志调节,防止其情志过激影响脏腑功能。通过护理使患者身心放松,也能更好的发挥自身康复潜能,进而有利于肢体运动功能提升^[7]。

综上所述,在脑卒中后偏瘫患者护理中落实中医康复护理能够改善患者肢体痉挛以及运动功能,值得应用和推广。

参考文献

[1] 张宇瑾,刘晓萌. 个体化抗肢体痉挛三步康复护理对老年脑梗死偏瘫患者运动功能的影响 [J]. 西藏医药, 2024, 45 (02): 104-106.

[2] 路悦,王玉宇,陈罗西. 火针联合皮肤针针对脑卒中后痉挛性偏瘫患者肢体运动功能及日常生活活动能力的影响 [J]2023, 48 (12): 1579-1584.

[3] 江敏,钟欢,钟豪. 循经针灸对中风后痉挛性偏瘫患者肌张力及肢体运动功能的影响 [J]. 医疗装备, 2021, 34 (20): 119-121.

[4] 郑清香. 八段锦对脑梗死偏瘫患者肢体功能障碍的干预效果研究[D]. 福建中医药大学, 2019.

[5] 李蓓蓓.整体康复护理对脑卒中导致偏瘫肢体肌痉挛恢复程度的效果观察[J].中国伤残医学, 2024, 32(7):82-85.

[6] 刘春勤.抗肢体痉挛康复护理在脑卒中偏瘫患者肢体功能恢复中的应用[J].中文科技期刊数据库(引文版)医药卫生, 2022(12):4.

[7] 张星.研究医护康一体化康复护理方案在脑卒中后肌痉挛病人中的应用价值[C]//第七届全国康复与临床药学学术交流会议.贵州省铜仁市中医医院, 2024.

版权声明：©2025 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