

脑梗塞后遗症及其康复护理的研究新进展

姜慧莹

河南大学淮河医院 河南开封

【摘要】脑梗塞后遗症是导致患者长期残疾与生活质量下降的重要原因，其康复护理是神经康复领域的关键议题。近年来，随着康复医学与护理学发展，对脑梗塞后遗症的护理策略从传统的管理逐步转到系统、个体化的综合康复模式。本文综述了脑梗塞后遗症的相关情况，梳理了康复护理的研究现状与方法进展，总结了当前实践中的问题。现有的研究表明，康复护理在改善患者运动功能、神经功能缺损、心理状态及生活质量方面有显著效果，尤其是早期康复及综合干预模式有较好的临床价值。但在护理的标准化、长期效果评估及多学科协作等方面仍有提升空间。

【关键词】脑梗塞后遗症；康复护理；神经功能恢复；生活质量

【收稿日期】2026年3月6日

【出刊日期】2026年4月7日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20260201

New progress in research on post-stroke sequelae and rehabilitation nursing

Huiying Lou

Henan University Huaihe Hospital, Kaifeng, Henan

【Abstract】 Cerebral infarction sequelae are an important cause of long-term disability and decreased quality of life for patients, and their rehabilitation nursing is a key issue in the field of neurological rehabilitation. In recent years, with the development of rehabilitation medicine and nursing, the nursing strategies for post-stroke sequelae have gradually shifted from traditional management to a systematic and individualized comprehensive rehabilitation model. This article summarizes the relevant situation of post-stroke sequelae, sorts out the research status and methodological progress of rehabilitation nursing, and summarizes the problems in current practice. Existing research has shown that rehabilitation nursing has excellent effects in improving patients' motor function, neurological deficits, psychological status, and quality of life, especially early rehabilitation and comprehensive intervention models have good clinical value. However, there is still room for improvement in the standardization of nursing, long-term effectiveness evaluation, and interdisciplinary collaboration.

【Keywords】 Sequelae of cerebral infarction; Rehabilitation nursing; Recovery of neurological function; Quality of life

前言

脑梗塞是常见的脑血管疾病，其高发病、致残率给患者带来了沉重负担^[1]。当前急性期治疗水平不断提升，但仍有相当多的患者遗留不同程度的功能障碍。这些后遗症严重影响其日常生活。康复护理是衔接治疗与功能恢复的重要环节，旨在通过科学的护理干预，最大程度地促进患者重建功能并提高生活质量。近年来，康复理念与护理模式不断更新，脑梗塞后遗症的康复护理逐渐转变为重要的治疗组成部分，形成了一系列有循证支持的护理方法。本文旨在梳理近年研究进展的基础上，对脑梗塞后遗症康复护理的理论依据、实践模

式及发展方向进行探讨。

1 病因病机与康复护理的重要性

1.1 病因病机

脑梗塞后遗症与缺血性脑损伤的病理机制相关。局部脑组织缺血会让神经元坏死、轴突损伤并导致神经网络重构障碍，进而引发运动等多方面功能的问题。而在这一过程中，神经可塑性是功能恢复的理论基础，康复护理是通过外在干预促进神经重组的重要方法。

1.2 脑梗塞后遗症康复护理的重要性

康复护理的意义不仅在于能促进功能恢复，它还可以对患者的整体状态进行调控。朱刚琰的研究指出，

脑梗塞后患者常伴随焦虑、抑郁等心理问题,这些负性情绪会进一步抑制神经修复。康复护理通过科学的功能、心理训练与健康教育,改善生理功能的同时,也能利好患者的心理与社会适应,这体现了“生物-心理-社会”医学模式的价值。所以,康复护理不仅仅是延续治疗,还是贯穿疾病全程的重要策略。

2 脑梗塞后遗症康复护理的研究现状

近年来,针对脑梗塞后遗症的康复护理研究开始向实证分析转变,出现一批有对照设计的临床研究,为护理实践提供了依据。

2.1 常规护理与康复护理的效果比较

当前研究多采用常规护理作为对照,凸显康复护理的优势。常规护理侧重于生命体征监测、预防并发症等,而康复护理则会嵌入评估与针对性训练。多项研究结论一致表明,康复护理在关键功能指标上具有优势。邓婷^[2]的研究显示,实施康复护理的老年脑梗塞患者,其神经功能恢复程度更高,后遗症遗留率更低。这提示康复干预可通过促进神经可塑性,改善疾病的自然转归。孙卓^[3]的发现则进一步将效果具体化,早期康复护理组在 Fugl-Meyer 运动功能评分、Barthel 指数及吞咽功能评分的提升上均优于常规护理组,且在该研究中压疮发生率为零。这表明康复护理不是叠加服务项目,而是以基于功能评估的、主动的、程序化的干预体系,在多个维度上产生协同效果。

2.2 延续性护理模式的探索

随着对脑梗塞康复的认识加深,研究视野从住院期扩展到了出院后的场景,延续性护理也成了重要研究方向。这个模式旨在解决患者从医院到家庭的过渡阶段的护理问题。张志萍^[4]的研究证实,实施延续性康复护理的患者,自我管理能力和生活质量提升显著,且后遗症发生与再次就诊率减少。这表示延续性护理在维持康复效果和预防功能退化上有潜在价值。刘星星^[5]的研究从治疗依从性上提供了证据,接受延续性护理的患者依从率高达 96%,远高于对照组的 74%。高依从性是确保任何康复方案有效执行的根本,延续性护理用定期随访的指导与支持,构建了这种支持环境。使院内的专业指导能够延续到出院患者,巩固康复效果。

2.3 早期康复介入的时效性

康复介入的时机是影响预后的重要变量,早期康复理念已获得广泛研究支持。姚丽^[6]的研究指出,早期康复护理干预能有效地改善老年患者的运动、语言等能力,且护理总有效率更高。脑损伤后的早期阶段是神经可塑性变化最为活跃的时间窗口,这个时候做好科

学的功能刺激,可最大程度地促进突触重建并避免异常的运动模式,预防废用综合征。早期介入不是要盲目冒进,而是要充分评估患者的病情稳定情况再系统性介入。它强调康复护理与急性期医疗处理要紧密衔接,将康复理念前移,为长期的功能恢复奠定更优秀的基础。

2.4 综合康复护理策略

现代康复护理的研究趋势逐渐强调综合性,也就是要超过单一功能训练,整合生理、心理与社会功能等多个靶点。秦泽^[7]的研究提供了较全面的证据,该研究比较了康复护理与常规护理对症状评分、神经功能(NIHSS)、心理状态(自尊感量表 SES)、运动功能(FMA)、日常生活能力(BI)及总体生活质量(SF-36)的影响。结果显示康复护理组在所有维度上的结果都很优秀。该全方位改善结果提示,有效的康复护理策略可能为多维干预模式,需要同时处理患者的身体功能、神经问题,还有因疾病导致的焦虑及生活品质的下降情况。这种策略意味着护理实践需要更广泛的评估工具和跨学科手段,其效果最终体现为患者整体状态的改善,而不仅仅是单方面优化。

3 康复护理方法

3.1 运动功能康复

运动功能康复是整体康复的基础。现在康复方法从早期的维持关节活动度,逐渐转变为以任务导向和功能再学习为关键的主动训练。阳红梅^[8]的研究中应用的康复护理策略,就包含了针对性运动功能训练,其结果显示观察组在 Fugl-Meyer 运动功能评分和 Berg 平衡评分上明显比常规护理的对照组更好。这表明有效的运动康复需要涉及重复、与日常生活活动密切相关的任务练习,如坐站转移、步态训练及用上肢取物品等,以此来重建大脑对运动的控制模式。战爱芝^[9]的研究进一步揭示了康复依从性的作用。她实施的干预性护理采用系统的指导监督,提高了患者在肢体、语言等功能锻炼上的依从性,这直接促进了上下肢 Fugl-Meyer 评分改善。

3.2 神经功能康复与认知干预

神经功能康复着眼重塑受损神经环路的功能,一般用感官刺激、认知训练跟强制使用等方法来做。多项研究采用美国国立卫生研究院卒中量表(NIHSS)作为评价工具,一致报告表明康复护理能有效降低神经功能缺损评分(孙卓^[3];秦泽^[7])。这个机制可能源于康复活动丰富的外部刺激,这促进了大脑皮层的功能重组代偿,同时认知与心理干预的重要性也开始显现。有

研究专门评估了康复护理对患者焦虑和抑郁情绪的效果,发现观察组负性情绪改善显著好于对照组。这提示现代康复方法必须包含心理社会方面的内容,因为焦虑和抑郁情绪会降低患者的生活质量,也会削弱其参与康复训练的信心,形成恶性循环。所以说,认知干预和情绪支持已是神经功能整体康复的重要一环。

3.3 吞咽与言语功能训练

对于有吞咽障碍的患者,基于评估的针对性训练至关重要。孙卓^[3]的研究中,康复护理组在接受干预后,其吞咽造影检查评分得到显著提升。VFSS 是评估吞咽功能的“金标准”,基于其结果制定的康复方案有口腔感觉刺激、吞咽肌群力量训练、代偿性姿势调整及不同性状的食物进食策略训练。言语功能的康复同样需要制定个性化策略,针对构音障碍或失语症,方法可涵盖呼吸控制、发音器官运动协调、语义理解与表达训练等。这些训练要重建患者的交流通道,其效果直接影响患者的心理健康。

3.4 生活能力重建与生活质量提升

所有康复方法的最终目的都是提升患者的日常生活活动能力与整体生活质量。这个目标通常用 Barthel 指数和世界卫生组织生存质量测定量表或 SF-36 健康调查简表等工具评估实现。韩玉芝^[10]与丁玉荣^[11]的研究证实,实施康复护理的患者在这些量表上的评分更高。重建生活能力是一个系统工程,它是前述运动、认知、吞咽等单一功能改善的组合,还需使用环境改造、辅助器具使用训练、日常活动流程再学习以及社会角色适应指导等方法,帮助患者将已恢复的基础功能转化为实际的生活技能。同时,有研究指出,康复护理通过降低压疮等并发症发生率(孙卓^[3];韩玉芝^[10]),直接保障了患者的生理安全与舒适度,为高质量生活奠定了基础。所以,此阶段的护理方法更有整合与个体性,关注的是患者在真实生活环境中的整体功能表现与主观感受。

4 结语

康复护理在脑梗塞后遗症管理中有积极效果,但实践仍有若干挑战。护理方案的标准性与个体化间还需要做好平衡,不同研究里的干预内容、强度、持续时间都有差异,可能影响结果的推广性。长期的随访研究相对较少,多数研究观察期短,因此不好评估康复效果的持久性与稳定性。此外,康复护理的多学科协作在部

分医疗机构中并不完善,护理与康复治疗、心理支持、社区服务间的衔接要加强。

展望未来,脑梗塞后遗症的康复护理可在以下方向深化探索。要构建基于循证的个性化护理路径,结合患者的功能分期、合并症等因素制定干预方案。要加强护理技术的科技融合,运用好新兴技术,提升康复训练的及可性。开展周期长、样本大的多中心研究,关注康复护理对患者长期社会参与与生存质量的影响。

参考文献

- [1] 柴培培,翟铁民,万泉,等.我国心脑血管疾病治疗费用与基本医疗保险支出核算与分析[J].中国医疗保险,2021,(01):72-77.
- [2] 邓婷,朱凯凤,徐丹清,等.康复护理干预对老年脑梗塞患者康复效果的影响[J].中国冶金工业医学杂志,2025,42(04):404-405.
- [3] 孙卓.脑梗死后遗症患者的康复护理方法和效果分析[J].中国实用医药,2022,17(08):197-199.
- [4] 张志萍.延续性康复护理对脑梗死患者康复预后的影响探讨[J].医学食疗与健康,2022,20(13):110-113.
- [5] 刘星星.延续性护理措施对脑梗塞患者康复护理效果及生活质量的影响[J].实用妇科内分泌电子杂志,2020,7(32):95+97.
- [6] 姚丽.早期康复护理干预在老年脑梗塞患者护理中的应用分析[J].医学食疗与健康,2020,18(01):150+152.
- [7] 秦泽.针对脑梗塞后遗症的康复护理及要点分析[J].中西医结合心脑血管病电子杂志,2021,9(06):127-129.
- [8] 阳红梅.脑梗后遗症患者运动功能康复护理策略及作用评价[J].医学食疗与健康,2022,20(18):131-133+152.
- [9] 战爱芝.脑梗塞后遗症老年患者干预化护理的实施效果评析[J].中外医疗,2020,39(26):144-147.
- [10] 韩玉芝.脑梗塞后遗症期患者的临床康复护理研究[J].智慧健康,2019,5(17):100-101.
- [11] 丁玉荣.探究脑梗塞后遗症患者的康复护理效果[J].世界最新医学信息文摘,2018,18(79):219-220.

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