

## 基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式在脑出血术后康复期患者中的应用

王必玉

海军军医大学第二附属医院 上海

**【摘要】目的** 探讨基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式对脑出血术后康复期患者自我效能、神经功能恢复及生活质量的影响。**方法** 选取我院收治的脑出血术后康复期患者，对照组实施常规康复护理，观察组实施基于行动研究法与 PRECEDE 模式相结合的护理干预，比较两组干预效果。**结果** 干预后，观察组 NIHSS、SAS、SDS 评分显著低于对照组，FMA、ADL 评分及康复依从性优良率（91.11%）显著高于对照组（ $P < 0.05$ ）。**结论** 基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式能有效促进脑出血术后患者神经功能与运动功能恢复，改善心理状态，提升康复依从性与自理能力，是一种系统、动态且高效的康复护理策略。

**【关键词】** 行动研究法；PRECEDE 模式；脑出血；术后康复；应用效果

**【收稿日期】** 2026 年 4 月 11 日

**【出刊日期】** 2026 年 5 月 13 日

**【DOI】** 10.12208/j.jmmn.20260242

### Application of the PRECEDE nursing model based on action research method in patients during the rehabilitation period after intracerebral hemorrhage surgery

*Biyu Wang*

*The Second Affiliated Hospital of Naval Medical University, Shanghai*

**【Abstract】 Objective** To explore the effect of PRECEDE nursing model based on action research method on self-efficacy, neurological function recovery and quality of life in patients with cerebral hemorrhage during the postoperative rehabilitation period. **Methods** Patients with cerebral hemorrhage during the postoperative rehabilitation period admitted to our hospital were selected. The control group received routine rehabilitation nursing, while the observation group received nursing intervention combined with action research method and PRECEDE model. The intervention effects of the two groups were compared. **Results** After intervention, the scores of NIHSS, SAS and SDS in the observation group were significantly lower than those in the control group, and the scores of FMA, ADL and the excellent and good rate of rehabilitation compliance (91.11%) were significantly higher than those in the control group ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** The PRECEDE nursing model based on action research method can effectively promote the recovery of neurological function and motor function, improve the psychological state, and enhance the rehabilitation compliance and self-care ability of patients after cerebral hemorrhage surgery, which is a systematic, dynamic and efficient rehabilitation nursing strategy.

**【 Keywords 】** Action research method; PRECEDE model; Cerebral hemorrhage; Postoperative rehabilitation; Application effect

脑出血是常见急性脑血管疾病，手术为首选治疗方式，但术后康复期患者易出现认知、心理、功能等并发症，引发不良情绪、生活质量及自我效能下降，阻碍康复，故加强术后康复护理至关重要<sup>[1-2]</sup>。行动研究法以“诊断—计划—行动—评价—反思”螺旋循环为核心，具有实践性、合作性及动态性，适配临床护理优化需求<sup>[3]</sup>；PRECEDE 模式强调干预前系统诊断，为精准干预提供理论支撑<sup>[4]</sup>。本研究选取我院脑出血术后康复期患者，探讨基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式应用效果，

为临床康复护理提供参考。

#### 1 资料与方法

##### 1.1 一般资料

选取 2025 年 1 月—2026 年 1 月我院神经外科收治的 90 例脑出血术后康复期患者作为研究对象，根据护理措施差异将其平均分为对照组（ $n=45$ ，男性/女性为 25/20）与观察组（ $n=45$ ，男性/女性为 24/21），平均年龄（ $65.13 \pm 6.52$ ）岁，两组患者一般资料比较（ $P > 0.05$ ），具有可比性。

纳入标准：①患者均符合《中国脑出血诊治指南（2019）》，经颅脑 CT 确诊；②均行开颅血肿清除术或微创穿刺引流术；③术后病情稳定，生命体征平稳，能够配合完成各项评估；④所有患者/家属均签署了《知情同意书》。

排除标准：①既往有脑卒中病史且遗留严重神经功能障碍；②合并严重心、肝、肾、肺等脏器功能不全；③处于肿瘤终末期、患有其他严重消耗性疾病、预计生存时间 < 3 个月的患者；④存在认知功能障碍或精神疾病，无法配合研究。

1.2 方法

1.2.1 对照组（常规康复护理）：密切监测生命体征、意识、瞳孔及肢体、语言、排便情况，异常及时报告；保持病房整洁安静，定期翻身拍背防并发症，并简单疏导患者负面情绪；常规讲解康复知识、解答疑问，指导低盐低脂高蛋白易消化饮食，保持大便通畅；给予良肢位摆放、关节被动活动、床上坐起训练、站立训练及步行训练等，1 次/d，30-45min/次，告知注意事项，每周评估并调整强度。

1.2.2 观察组（基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式）：

（1）由神经外科护士长、主管护师、护师及康复治疗师组成行动研究小组，均具备 5 年以上临床护理经验，熟悉相关护理知识及模式应用，按照行动研究法螺旋循环流程，结合 PRECEDE 护理模式，分 3 轮（每轮 1 个月）实施。

（2）第一轮：诊断与计划。①诊断评估：通过访谈、问卷、临床观察，全面评估患者的倾向、强化、促成因素以及神经功能、肢体运动、自理能力、心理状态<sup>[5]</sup>，明确健康认知不足、康复依从性差等问题。②计划制定：结合评估结果，依据 PRECEDE 模式制定个性化护理计划，重点解决健康认知与康复意愿问题。

（3）第二轮：行动与初步评价。①行动实施：开展健康宣教（一对一讲解、讲座等）、心理干预（沟通疏导、引导家属支持）、康复训练（个性化方案，每日 2 次）以及家属护理技能培训。②初步评价：干预结束后评估相关指标，收集反馈，找出康复依从性不高、家庭配合不到位等问题<sup>[6]</sup>。

（4）第三轮：反思、改进与再评价。①反思总结：小组分析第二轮的问题及原因（如训练疼痛、家属技能不足等）。②方案改进：调整训练强度、增加家属实操培训、建立康复监督机制。③再实施与评价：按改进方案进行干预，全面评估指标，总结效果并形成护理体系。

1.3 观察指标

对比两组患者的神经功能（NIHSS）、肢体运动功能（FMA）以及日常生活自理能力（ADL）和心理状态（SAS 和 SDS）、康复治疗依从性。

1.4 统计学分析

采用 SPSS 25.0 统计学软件进行数据处理，计量资料以（ $\bar{x} \pm s$ ）表示，行 t 检验，计数资料以[n（%）]表示，比较采用  $\chi^2$  检验，以 P < 0.05 为差异有统计学意义。

2 结果

表 1 两组患者干预前后神经功能、肢体运动功能及日常生活自理能力对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	NIHSS 评分		FMA 评分		ADL 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	45	26.35 ± 3.21	20.76 ± 2.89	65.28 ± 4.35	77.89 ± 4.02	58.32 ± 4.67	69.12 ± 4.58
观察组	45	26.52 ± 3.18	15.28 ± 2.15	65.51 ± 4.28	84.52 ± 3.67	58.57 ± 4.59	78.35 ± 4.21
t 值	-	0.258	9.872	0.249	7.635	0.247	9.218
P 值	-	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 2 两组患者干预前后心理状态对比（ $\bar{x} \pm s$ ，分）

组别	例数	SAS 评分		SDS 评分	
		干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	45	62.35 ± 7.89	57.63 ± 7.52	63.12 ± 6.98	55.98 ± 6.17
观察组	45	62.58 ± 7.76	46.89 ± 4.03	63.35 ± 6.87	44.15 ± 4.26
t 值	-	0.135	8.964	0.152	10.327
P 值	-	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表 3 两组患者康复治疗依从性对比[n (%) ]

组别	例数	优良 (例)	一般 (例)	差 (例)	优良率 (%)
对照组	45	33	7	5	73.33
观察组	45	41	3	1	91.11
$\chi^2$ 值	-	-	-	-	5.412
P 值	-	-	-	-	<0.05

### 3 讨论

脑出血具备发病率高、病情进展迅速、致残致死率高的特征，属神经内科常见急症，约 80% 的存活患者会遗留不同程度的神经功能障碍，如语言障碍、认知异常、肢体瘫痪等，需积极开展有效治疗，同时配合优质、完善的护理干预策略，方可最大限度优化预后，保障患者生命健康<sup>[7]</sup>。

此次研究表明，基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式能显著改善脑出血术后康复期患者的神经功能、肢体运动功能及日常生活自理能力，并有效提高康复治疗依从性 ( $P < 0.05$ )，综合效果优于常规护理。其主要得益于行动研究法的护理措施能够根据患者每阶段的反馈进行实时调整，确保了干预的精准性与适应性；PRECEDE 模式通过对患者的倾向因素、促成因素及强化因素进行全面评估，为制定个性化计划奠定了科学基础。可有效改善患者负性情绪，提升其自护能力<sup>[8]</sup>。两者结合能有效改善脑出血患者的神经功能、运动能力并缓解负性情绪，从而显著提升了康复训练的主动性和依从性。

综上所述，基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式融合了系统性评估、动态改进和个性化干预的优点，为脑出血术后康复提供了一套科学、有效的护理框架。

### 参考文献

[1] 徐然.早期康复护理对脑出血术后患者神经功能恢复及生活质量的影响[J].基层医学论坛,2022,26(27):66-68.

[2] 杨敏,张艳.基于行为转变理论的护理干预结合 Anycheck 健康管理模式对高血压脑出血术后患者自我管理能力和应对方式、康复情况的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(10):122-124.

[3] 孔敏霞,陈晓瑜,黄丽萍.行动研究法的早期康复护理联合协同护理对微创介入治疗高血压脑出血患者的影响[J].心血管病防治知识(学术版),2025,15(16):125-128.

[4] 王秀丽,李伟玲,刘金厚,等.PRECEDE 模式康复干预对股骨粗隆间骨折患者术后心理状态、康复锻炼依从性与功能恢复的影响[J].中国健康心理学杂志,2022,30(3):382-386.

[5] 曹雅梦,赵一,马园军.基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式在脑出血术后康复期患者中的应用[J].海南医学,2026,37(1):111-117.

[6] 刘宁,杨岩,代英曼.基于 PRECEDE 模式的护理方案在结肠癌造口手术患者中的应用效果观察[J].智慧健康,2024,10(22):141-144.

[7] 赵茹,吕婷.叙事护理对脑出血康复期患者焦虑、抑郁状态的影响[J].临床医学研究与实践,2023,8(1):134-136.

[8] 汪湘云.基于行动研究法的 PRECEDE 护理模式在肺结核患者中的应用[J].临床护理研究,2024,33(22):68-70.

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