

目标为导向的康复锻炼在老年脑外伤患者术后护理中的观察

马晓璇, 邓莹芳, 李情情, 梁杰梅, 李莉

广东药科大学附属第一医院 广东广州

【摘要】目的 探讨在老年脑外伤患者术后护理中实施以目标为导向的康复锻炼的干预价值。**方法** 选取 2023 年 1 月-2024 年 1 月本院收治的 89 例老年脑外伤患者, 根据随机数字表法将其分为 2 组, 对照组 (44 例, 常规护理), 观察组 (45 例, 以目标为导向的康复锻炼)。对比两组护理前后的认知功能 (MoCA 量表)、肢体运动功能 (FMA 量表)、吞咽功能 (SSA 量表), 并对比两组患者的康复进程及护理依从性。**结果** 与对照组相比, 护理后观察组的 MoCA、FMA 评分更高, SSA 评分更低, 术后引流时长、抗生素药物使用时长、总住院时长更短, 护理依从性更高 ($P < 0.05$)。**结论** 对老年脑外伤患者术后护理中实施以目标为导向的康复锻炼干预能显著加快其康复进程, 改善其认知、吞咽及肢体活动功能, 有效提高其护理依从性, 值得临床推广。

【关键词】 脑外伤; 老年患者; 术后护理; 以目标为导向的康复锻炼; 护理依从性

【收稿日期】2025 年 7 月 25 日

【出刊日期】2025 年 8 月 24 日

【DOI】10.12208/j.ijnr.20250416

Observation of goal oriented rehabilitation exercise in postoperative nursing of elderly patients with brain trauma

Xiaoxuan Ma, Yingfang Deng, Qingqing Li, Jiemei Liang, Li Li

The First Affiliated Hospital of Guangdong Pharmaceutical University, Guangzhou, Guangdong

【Abstract】 Objective To explore the intervention value of goal oriented rehabilitation exercise in postoperative care of elderly patients with traumatic brain injury. **Methods** 89 elderly patients with traumatic brain injury admitted to our hospital from January 2023 to January 2024 were randomly divided into two groups using a random number table method: a control group (44 cases, receiving routine care) and an observation group (45 cases, receiving goal oriented rehabilitation exercise). Compare the cognitive function (MoCA scale), limb motor function (FMA scale), and swallowing function (SSA scale) of two groups before and after nursing, and compare the rehabilitation process and nursing compliance of the two groups of patients. **Results** Compared with the control group, the post nursing observation group had higher MoCA and FMA scores, lower SSA scores, shorter postoperative drainage time, antibiotic use time, total hospitalization time, and higher nursing compliance ($P < 0.05$). **Conclusion** Implementing goal oriented rehabilitation exercise intervention in postoperative care for elderly patients with traumatic brain injury can significantly accelerate their rehabilitation process, improve their cognitive, swallowing, and limb activity functions, effectively enhance their nursing compliance, and is worthy of clinical promotion.

【Keywords】 Brain trauma; Elderly patients; Postoperative care; Goal oriented rehabilitation exercises; Nursing compliance

老年人由于身体机能衰退, 骨骼、肌肉、神经系统等功能下降, 在遭遇脑外伤后, 不仅会导致患者肢体运动功能受损, 还常伴有认知功能障碍和吞咽功能异常等问题, 严重影响患者的生活质量和预后恢复。传统的术后常规护理模式, 多侧重于基础的生命体征监测和疾病护理, 缺乏针对性和系统性的康复指导。对此, 有

相关研究发现以目标为导向的康复锻炼, 强调根据患者个体情况制定明确、可量化的康复目标, 围绕目标开展一系列个性化的康复训练, 目前已在骨折术后康复护理中应用频繁^[1]。因此, 本研究将观察老年脑外伤患者术后康复护理过程, 分析以目标为导向的康复锻炼的应用效果。现报道如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2023 年 1 月-2024 年 1 月本院收治的老年脑外伤患者 89 例, 根据随机数字表法将其分为 2 组, 对照组 (44 例, 男 26 例, 女 18 例, 年龄 60-85 岁, 平均 72.13 ± 5.37 岁), 观察组 (45 例, 男 28 例, 女 17 例, 年龄 61-84 岁, 平均 71.89 ± 5.42 岁)。两组一般资料比较无统计学意义 ($P > 0.05$)。研究已获得医院伦理委员会批准。纳入标准: (1) 年龄 ≥ 60 岁, 经头颅 CT 或 MRI 等影像学检查确诊脑外伤; (2) 首次发生脑外伤且接受手术治疗; (3) 意识清醒, 能够配合完成相关康复评估及训练; (4) 患者及家属自愿参与本研究。排除标准: (1) 合并有其他严重神经系统疾病; (2) 存在严重精神障碍或意识障碍; (3) 预期生存期 < 3 个月。

1.2 方法

对照组: 常规护理, 包括密切监测患者生命体征, 保持伤口清洁干燥, 按时换药, 协助患者进行翻身、拍背等基础护理。

观察组: 以目标为导向的康复锻炼, 具体措施: (1) 在患者术后病情稳定后, 由康复医师、护士及家属共同参与, 对患者进行全面评估。根据评估结果, 结合患者个体情况和康复预期, 制定个性化的短期和长期康复目标。例如, 短期目标设定为在 1 周内患者能够在他人协助下完成翻身动作, 长期目标设定为在 3 个月内患者能够独立完成穿衣、洗漱等日常生活活动。(2) 在认知功能康复方面, 针对老年患者记忆力、注意力下降等问题, 开展记忆训练和注意力训练。采用数字记忆游戏、图片回忆等方式, 每天进行 2-3 次, 每次 15-20min, 帮助患者提高记忆力。通过让患者进行数字排序、找不同等游戏, 锻炼其注意力。同时, 鼓励患者阅读简单的报纸、书籍, 进行简单的计算, 促进认知功能恢复。(3) 肢体运动功能康复根据患者肢体损伤程度制定不同强度的训练计划。对于肢体肌力较弱的患者, 早期进行被动运动, 由护士或康复治疗师协助患者进行关节活动度训练, 每个关节活动 3-5 次, 每天 2-3 组, 防止关节挛缩。随着肌力的恢复, 逐渐增加主动运动训练, 如床上坐起训练、床边站立训练、步行训练等。在训练过程中, 使用助行器、拐杖等辅助器械, 确保患者安全。训练强度遵循循序渐进的原则, 根据患者的耐受程度进行调整。(4) 进行吞咽器官功能训练, 包括舌肌、咀嚼肌训练, 让患者进行伸舌、卷舌、鼓腮等动作, 每天 3-4 组, 每组 10-15 次。同时, 进行冰刺激训练,

用冰冻的棉棒刺激患者的软腭、舌根等部位, 提高吞咽反射的敏感性。在进食训练时, 根据患者吞咽能力调整食物的质地和进食方式, 从糊状食物开始, 逐渐过渡到固体食物。指导患者采用正确的进食体位 (如半卧位), 每次进食量不宜过多, 速度不宜过快, 防止呛咳和误吸。

(5) 术后持续实施心理康复护理, 护士通过与患者沟通交流, 了解其心理状态, 给予心理安慰和鼓励, 增强患者康复的信心。同时, 向患者及家属讲解康复锻炼的重要性、方法和注意事项, 鼓励家属参与到患者的康复训练中, 给予患者情感支持和生活照顾。

两组均持续护理 1 个月。

1.3 观察指标

(1) 对比两组护理前后的认知功能 (MoCA 量表, 总分 0-30 分, 分值 ≥ 26 分表示认知正常, 分数越高认知功能越好)、肢体运动功能 (FMA 量表, 下肢评分范围 0-34 分, 上肢评分范围 0-66 分, 总分 0-100 分, 分值越高肢体活动能力越强)、吞咽功能 (SSA 量表, 总分 18-46 分, 分数越高则吞咽能力越差)。(2) 统计且对比两组患者的康复进程, 包括术后引流时长、抗生素药物使用时长、总住院时长。(3) 使用自制依从性问卷调查两组患者的护理依从性, 分为完全依从、部分依从及不依从。

1.4 统计学方法

采用 SPSS25.0 软件分析, 计量资料用 t 检验, 以 $(\bar{x} \pm s)$ 表示, 计数资料用 χ^2 检验, 以率 (%) 表示, $P < 0.05$ 为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组认知、肢体运动及吞咽功能比较

护理前两组认知、肢体运动及吞咽功能评分比较无差异 ($P > 0.05$); 护理后观察组的 MoCA、FMA 评分比对照组更高, SSA 评分更低 ($P < 0.05$), 见表 1。

2.2 两组术后康复进程比较

观察组的术后引流时长 (1.59 ± 0.45) d、抗生素药物使用时长 (3.29 ± 0.74) d、总住院时长 (11.23 ± 2.14) d 分别短于对照组术后引流时长 (2.21 ± 0.63) d、抗生素药物使用时长 (5.38 ± 0.95) d、总住院时长 (18.95 ± 2.56) d, ($t=5.352, P=0.001$)、($t=11.593, P=0.001$)、($t=15.449, P=0.001$), 有统计学意义。

2.3 两组护理依从性比较

观察组的护理依从性 97.78% (44 例/45 例, 完全依从 28 例、部分依从 16 例、不依从 1 例) 高于对照组 84.09% (37 例/44 例, 完全依从 24 例、部分依从 13 例、不依从 7 例), ($\chi^2=5.094, P=0.024$) 有统计学意义。

表1 两组 MoCA、FMA、SSA 评分对比 (分, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	MoCA		FMA		SSA	
		护理前	护理后	护理前	护理后	护理前	护理后
观察组	45	17.85±1.03	27.95±1.34	68.58±6.37	88.54±7.12	25.43±2.15	36.52±3.64
对照组	44	18.01±1.04	25.69±1.18	68.89±6.29	78.95±7.03	25.84±2.19	31.05±3.22
<i>t</i>	-	0.729	8.437	0.231	6.393	0.891	7.503
<i>P</i>	-	0.468	0.001	0.818	0.001	0.375	0.001

3 讨论

本研究结果中观察组患者的认知、肢体活动、吞咽功能、康复进程及护理依从性均优于对照组。从认知功能方面来看,这是因为以目标为导向的康复锻炼针对老年患者认知特点,制定了系统的认知训练计划^[2]。记忆训练和注意力训练等活动,能够刺激大脑神经细胞,促进神经突触的形成和连接,改善大脑的认知功能,同时阅读、计算等活动可以激发患者的思维能力,延缓认知功能衰退^[3]。观察组患者肢体活动能力恢复更好的原因,可能是由于以目标为导向的康复锻炼根据患者肢体损伤程度和恢复阶段,制定个性化的训练计划,从被动运动到主动运动,循序渐进地进行训练^[4]。这种针对性的训练方式能够有效促进肌肉力量的恢复,提高关节活动度,增强肢体的协调性和灵活性,而且辅助器械的合理使用,为患者提供了安全的训练环境,使患者能够更积极地参与训练,从而加速肢体功能的康复^[5-6]。另外,观察组吞咽能力改善更明显,其原因可能是由于在以目标为导向的康复锻炼护理干预中,通过吞咽器官功能训练、冰刺激训练以及科学的进食训练,能够有效增强吞咽肌群的力量,提高吞咽反射的敏感性,改善患者的吞咽功能^[7]。根据患者吞咽能力调整食物质地和进食方式,避免了呛咳和误吸的发生,同时也让患者在安全的前提下逐步恢复正常的吞咽功能。观察组在康复进程方面优于对照组,这可能是由于以目标为导向的康复锻炼能够加快患者身体功能的恢复,提高机体的免疫力和抵抗力。患者身体功能的改善,使其伤口愈合更快,感染风险降低,从而减少了术后引流时间和抗生素的使用,而身体恢复良好也使得患者能够更早达到出院标准,缩短了总住院时长^[8]。此外,观察组护理依从性更高。这得益于以目标为导向的康复锻炼注重与患者的沟通和心理支持。通过制定明确的康复目标,让患者看到康复的希望,增强了康复的信心。同时,护士的心理安慰和鼓励,以及对患者和家属的健康教育,使患者和家属充分认识到康复锻炼的重要性,积极主动地配合护理工作,而家属的参与和支持也为患者提供了

情感上的保障,进一步提高了患者的护理依从性^[9]。

综上所述,以目标为导向的康复锻炼在老年脑外伤患者术后护理中能够有效改善患者的认知、肢体运动和吞咽功能,加快康复进程,提高护理依从性。

参考文献

- [1] 严思远,郑圣东. 以目标为导向的康复锻炼在踝关节骨折病人术后康复中的应用效果[J]. 循证护理,2025,11(6): 1220-1223.
- [2] 张慧. 以目标为导向的康复锻炼在老年脑外伤患者术后护理中的应用效果分析[J]. 当代护理,2024,5(5).
- [3] 冀健超,平春艳. 阶段性康复护理在脑外伤患者中的应用效果分析[J]. 中国城乡企业卫生,2024,39(12):123-125.
- [4] 李艳玲. 心理认知干预联合目标导向康复锻炼对高血压脑出血患者术后康复的效果[J]. 河南外科学杂志, 2022,28(1):157-159.
- [5] 王琅. 老年脑外伤手术患者护理需求以及实施早期康复护理的效果[J]. 中国伤残医学,2022,30(6):67-69.
- [6] 张小丽. 老年脑外伤后遗症患者采用综合康复护理的临床效果[J]. 临床医药文献电子杂志,2024,11(8):1-3,37.
- [7] 俞帆,陆银银,陈莉丽. 以目标为导向的康复锻炼在老年脑外伤患者术后护理中的应用研究[J]. 医药前沿,2023, 13(25):105-108.
- [8] 肖楠. 流程化护理干预应用于老年脑外伤硬膜外血肿患者围术期中对其生活质量的改善探讨[J]. 婚育与健康,2022,28(8):38-39.
- [9] 谭晓洁,陈利莉,刘雪. 阶段性康复训练在脑外伤血肿清除术后偏瘫患者中的应用[J]. 齐鲁护理杂志,2022, 28(18): 68-70.

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