

# 评价高血压脑出血偏瘫患者护理及早期肢体康复训练的效果

徐媛

宁夏医科大学总医院心脑血管病医院 宁夏银川

**【摘要】目的** 探究高血压脑出血偏瘫的有效护理措施与早期肢体康复训练的临床意义。**方法** 随机均分 2023 年 5 月-2025 年 4 月本院接诊高血压脑出血偏瘫病人 (N=78)。试验组采取综合护理与早期肢体康复训练, 对照组行常规护理。对比 FMA 评分等指标。**结果** 关于 FMA 评分: 干预后, 试验组 (87.02±4.17) 分, 对照组 (72.37±5.08) 分, 差异显著 ( $P<0.05$ )。总有效率: 试验组 97.44%, 对照组 82.05%,  $P<0.05$ 。Barthel 指数: 干预后, 试验组 (88.53±3.71) 分, 对照组 (74.06±5.45) 分, 差异显著 ( $P<0.05$ )。**结论** 高血压脑出血偏瘫病人用综合护理和早期肢体康复训练, 肢体功能和日常生活能力均显著提升, 护理效果也更高。

**【关键词】** 早期肢体康复训练; 高血压脑出血; 日常生活能力; 偏瘫

**【收稿日期】** 2025 年 10 月 27 日    **【出刊日期】** 2025 年 11 月 29 日    **【DOI】** 10.12208/j.jmnm.20250598

## To evaluate the effect of nursing and early limb rehabilitation training in patients with cerebral hemorrhage with hemiplegia

Yuan Xu

Ningxia General Hospital of Medical University, Cardiovascular and cerebrovascular Hospital, Yinchuan, Ningxia

**【Abstract】** **Objective** To investigate the clinical significance of effective nursing measures and early limb rehabilitation training for patients with hemiplegia due to hypertensive cerebral hemorrhage. **Methods** A total of 78 patients were randomly assigned to the experimental group ( $n = 78$ ) and the control group ( $n = 78$ ) from May 2023 to April 2025 at our hospital. The experimental group received comprehensive nursing care and early limb rehabilitation training, while the control group received routine nursing care. The FMA scores and other indicators were compared. **Results** Regarding the FMA scores, after the intervention, the experimental group scored  $87.02 \pm 4.17$ , and the control group scored  $72.37 \pm 5.08$ , with a significant difference ( $P < 0.05$ ). The overall effectiveness rate was 97.44% in the experimental group and 82.05% in the control group, both  $P < 0.05$ . Regarding the Barthel Index, after the intervention, the experimental group scored  $88.53 \pm 3.71$ , and the control group scored  $74.06 \pm 5.45$ , with a significant difference ( $P < 0.05$ ). **Conclusion** For patients with hemiplegia due to hypertensive cerebral hemorrhage, comprehensive nursing care and early limb rehabilitation training significantly improved limb function and daily living abilities, and the nursing outcomes were more favorable.

**【Keywords】** Early limb rehabilitation training; Hypertensive cerebral hemorrhage; Daily living ability; Hemiplegia

临幊上, 高血压脑出血十分常见, 通常是由长期高血压所致, 并以脑实质出血为主要病理特征, 且其出血部位也通常发生在脑干、基底节区与丘脑等, 病人发病后会出现意识障碍、头痛与偏瘫等症状, 情况严重时, 亦可导致病人的死亡<sup>[1,2]</sup>。正确的救治虽能挽救高血压脑出血偏瘫病人的生命, 但医院依旧要予以病人悉心的护理<sup>[3]</sup>。早期肢体康复训练的目的是通过让病人循序渐进的进行训练, 促进肢体功能的恢复, 以缓解病人的

偏瘫症状, 让病人能尽快回归正常生活。本文以 78 名高血压脑出血偏瘫病人为例, 将重点剖析高血压脑出血偏瘫的有效护理措施与早期肢体康复训练的应用价值。

### 1 资料与方法

#### 1.1 一般资料

经影像学等检查明确诊断且资料完整的高血压脑出血偏瘫病人, 共计 78 人, 选取的起始时间是 2023 年 5 月, 截止时间是 2025 年 4 月。研究获得相关部门的

同意。排除标准<sup>[4]</sup>：癌症；心理疾病；意识不清；传染病；自身免疫缺陷；精神病；重要脏器功能衰竭。分组选用随机双盲法，各组人数39。试验组（女16人、男23人）年龄下限43、上限82，平均（57.49±5.04）岁。对照组（女15人、男24人）年龄下限44、上限84，平均（58.06±5.73）岁。上述各组一般资料存在的差异不显著， $P>0.05$ ，具有可比性。

## 1.2 方法

对照组常规护理：持续监测病人体征；调整病人液体滴速；向病人普及高血压脑出血偏瘫的知识；处置病人异常状况；落实出院指导工作。

试验组增加使用综合护理与早期肢体康复训练：

（1）卧床期间，让病人保持偏瘫肢体功能位。检查病人下肢皮温与皮肤颜色，积极预防血栓形成，如有必要，可向病人提供弹力袜等物品。将2-4h当作是一个周期，协助病人对体位进行一次变换，在此期间，护士要避免拖拽病人，并尽量保持轻柔的动作。按摩病人肢体，于病人受压部位下方使用软垫或保护垫。（2）膳食要富含营养且清淡，要尽量避免吃加工类与腌制类的食品，并减少调味品的使用，严格限制钠盐与脂肪的摄入。要求病人多吃粗粮、坚果、低脂乳制品与果蔬，多饮水，促进排便。（3）观察病人情绪变化，引导病人说出心中的想法，若病人有心理障碍，需找到原因，并帮助病人克服心理障碍。通过拍背、拥抱与点头等方式安抚病人，并向病人介绍预后较好的高血压脑出血偏瘫案例。

（4）强化体征监测力度，注意观察血压变化，若血压升高，需积极降压。强化用药监管力度，避免病人出现错服药物等问题。观察病人用药后的反应，并做好记录。

（5）病人体征平稳，身体无异常之后，即可指导其做肢体康复训练。具体如下：①评估病人耐受度，然后再指导病人做肢体被动运动，主要有肩部、髋关节、手腕、脚趾、肘部、髋关节、手指与踝关节的伸展与屈曲等运动，每次10min左右，每日2-3次。②待病人的机体功能有所恢复之后，可适当延长训练时间，增加训练强度，并从被动运动逐渐转变成为主动运动，如：各关节的主动伸展与屈曲运动，及自主翻身训练等，此后，可指导病人做体位训练，如：从仰卧位变成坐位等，并让病人

做抬腿训练。③指导病人做日常生活训练，主要有刷牙、如厕、洗脸、进食与穿脱衣等。若病情允许，可让病人尝试下床活动，在病房内进行步行与站立等训练。④待病人能顺利下床活动之后，再增大其运动量，让病人做下肢负重与上下楼梯等训练，此后，再利用牵拉设备，指导病人做抗痉挛与平衡能力等训练。

## 1.3 评价指标<sup>[5]</sup>

1.3.1 本研究对肢体功能的评价使用的工具是FMA量表，分值范围0-100。得分和肢体功能表现出来的关系是正相关。

1.3.2 护理效果评估。（1）无效，症状未缓解，肢体功能未改善。（2）好转，症状有所缓解，肢体功能显著改善。（3）显效，症状消失，肢体功能基本复常。结果计算：（好转+显效）/n\*100%。

1.3.3 本研究对日常生活能力的评价使用的工具是Barthel指数，涉及穿脱衣、上下楼梯与进食等，分值范围0-100。得分和日常生活能力展现出来的关系是正相关。

## 1.4 统计学分析

文章中所列出的数据，均用SPSS 24.0完成相关的分析与处理工作。对于统计学分析中 $\chi^2$ 与t各自的作用，前者用于检验计数资料，后者用于检验计量资料，且上述两种资料的展现方式也依次是（%）、（ $\bar{x}\pm s$ ）。若分析结果为差异符合统计学标准，即可写作 $P<0.05$ 。

## 2 结果

### 2.1 肢体功能分析

对比评估获取的FMA数据：未干预，试验组（43.67±7.39）分，对照组（43.02±7.15）分，差异不显著（ $t=0.0911, P>0.05$ ）；干预后：试验组（87.02±4.17）分，对照组（72.37±5.08）分，差异显著（ $t=9.0315, P<0.05$ ）。

### 2.2 护理效果分析

表1内的总有效率：试验组97.44%，对照组82.05%， $P<0.05$ 。

### 2.3 日常生活能力分析

表2内的Barthel指数：未干预，差异不显著（ $P>0.05$ ）；干预后：试验组日常生活能力更高（ $P<0.05$ ）。

表1 护理效果显示表[n, (%) ]

组别	例数	无效	好转	显效	总有效率
试验组	39	1 (2.56)	13 (33.33)	25 (64.1)	97.44
对照组	39	7 (17.95)	17 (43.59)	15 (38.46)	82.05
$\chi^2$					6.7036
P					0.0359

表2 Barthel 指数显示表 (分,  $\bar{x}\pm s$ )

组别	例数	干预前	干预后
试验组	39	46.02±6.41	88.53±3.71
对照组	39	46.48±6.72	74.06±5.45
t		0.1904	9.7185
P		0.7653	0.0000

### 3 讨论

作为高血压比较常见的一种并发症，高血压脑出血具备病情变化快、易致残与病死率高等特点，若不加以干预，将会导致严重后果<sup>[6,7]</sup>。目前，医生可采取手术与药物等疗法来对高血压脑出血偏瘫病人进行干预，但为能提升病人康复效果，改善病人预后，医院还应重视病人的护理工作<sup>[8]</sup>。综合护理涵盖以人为本理念，护士需要根据病人的护理需求，从心理、体位、血压、饮食及用药等多个层面入手，向病人提供全方位且优质性的护理措施，以减轻病人心理压力，提高病人依从性，让病人能更加主动的配合治疗，从而有助于确保病人疗效<sup>[9]</sup>。早期肢体康复训练乃专科护理技术之一，需要在病人的体征平稳且没有异常之后，开始指导其完成相应的康复训练，以促进病人肢体功能的恢复，提高病人日常生活能力<sup>[10]</sup>。

本研究，对比评估获取的 FMA 和 Barthel 指数的数据：干预后，试验组均高于对照组 ( $P<0.05$ )；对比护理效果的数据：试验组更高 ( $P<0.05$ )。综合护理能让病人在治疗的整个过程当中都能得到护士持续性的干预及指导，以帮助病人改正不良的行为习惯，同时也能改善病人心态，避免病人出现压疮等问题<sup>[11]</sup>。早期肢体康复训练是将病人放在主导地位，让病人能根据其自身的情况，循序渐进的完成一系列康复训练，以改善其肢体功能，同时也能有效预防肌肉萎缩等问题发生的几率。肢体康复训练能充分利用生物反馈作用，促进病人大脑的恢复，让病人受损的脑组织能够迅速修复及重组<sup>[12]</sup>。另外，肢体康复训练也能加快病人神经反馈通路重建的速度，利于病人大脑皮质功能的改善，而这些对于提升病人康复效果来说则起着显著作用。通过对高血压脑出血偏瘫病人辅以综合护理与早期肢体康复训练，既能取得显著成效，又利于病人肢体功能与日常生活能力的改善。

综上，高血压脑出血偏瘫病人用综合护理与早期肢体康复训练，肢体功能及日常生活能力均显著改善，护理效果也更高，值得推广。

### 参考文献

- [1] 徐璐,陈逸群,蒋红丽. 远程护理应用于高血压脑出血偏瘫患者院外早期肢体康复训练的实践探索[J]. 中国老年保健医学,2023,21(6):152-154.
- [2] 寇晓莉,王会英. 早期肢体康复训练在高血压脑出血偏瘫患者护理中的应用价值分析[J]. 长寿,2024,17(3):3-5.
- [3] 张瑜. 早期肢体康复训练应用在高血压脑出血偏瘫患者康复中的价值探讨[J]. 妇幼护理,2025,5(4):842-844.
- [4] AKIHIDE OHKUCHI, HIROTADA SUZUKI, ASAKO KANAI, et al. Early-onset preeclampsia/gestational hypertension may be associated with a low incidence of cerebral palsy at 3 years old in singleton very low-birth-weight infants born at 28–31 weeks of gestation (EOPE-DQ study): a multi-center retrospective cohort study in 2013–2016[J]. Hypertension Research,2025,48(1):88-101.
- [5] 蔡畅,王梦露,肖中兴. 早期肢体康复训练应用于高血压脑出血偏瘫患者康复中的价值分析[J]. 黑龙江医学,2024, 48(14):1748-1750.
- [6] 蔡畅,王梦露,肖中兴. 早期肢体康复训练应用在高血压脑出血偏瘫患者康复中的价值分析[J]. 黑龙江医学,2024, 48(6):701-703.
- [7] 冯琳,杨丽媛,陈楚寒,等. 探讨高血压脑出血偏瘫患者实施早期护理及早期肢体康复训练的效果[J]. 养生大世界,2024(6):200-201.
- [8] 孟亚茹. 高血压脑出血偏瘫患者在常规护理基础上进行早期肢体康复训练的效果[J]. 健康之友,2024(9):230-231,234.
- [9] 王莎莎,姜燕,胡玉兰,等. 评估高血压性脑出血后偏瘫患者护理措施与早期肢体康复效果[J]. 现代护理医学杂志,2025,4(1):67-69.
- [10] 李莹. 评价高血压脑出血偏瘫患者护理及早期肢体康复训练的效果[J]. 现代护理医学杂志,2025,4(1):123-124.

[11] 黄秋婉. 高血压脑出血偏瘫患者在常规护理基础上进行早期肢体康复训练的效果[J]. 中国医药指南, 2023, 21(5):149-152.

[12] 朱美姬. 高血压脑出血偏瘫患者进行早期肢体康复训练护理对神经功能缺损程度肢体功能和生活质量评分

的影响[J]. 基层医学论坛, 2024, 28(36):128-130, 144.

**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