

康复训练结合运动想象在脑梗死偏瘫患者 康复护理中的应用

林 玲, 厉美云, 胡军言, 马卫芳

(复旦大学附属上海市第五人民医院 康复科, 上海, 200240)

摘要: **目的** 探讨脑梗死偏瘫患者康复护理中应用运动想象结合常规康复训练的效果。**方法** 80 例脑梗死偏瘫患者随机分为对照组和观察组, 各 40 例。在常规治疗和护理的基础上, 对照组给予常规康复训练, 观察组给予康复训练结合运动想象。观察 2 组患者运动功能、生活能力、生活质量变化及并发症发生情况。**结果** 护理后 1、3 个月观察组 Fugl-Meyer 运动功能评分、Barthel 指数评定量表、脑卒中专用生活质量量表(SS-QOL)评分均高于对照组($P < 0.05$); 观察组并发症发生率为 5.00%, 低于对照组的 20.00% ($P < 0.05$)。**结论** 在脑梗死偏瘫患者康复护理中, 应用运动想象结合常规康复训练, 可显著改善患者运动功能, 提高生活能力, 减少并发症, 改善生活质量。

关键词: 脑梗死; 偏瘫; 康复护理; 运动想象; 康复训练

中图分类号: R 473.74 文献标志码: A 文章编号: 2096-0867(2017)10-0039-03

Application value of motor imagery combined with routine rehabilitation training in rehabilitation nursing of patients with hemiplegia caused by cerebral infarction

LIN Ling, LI Meiyun, HU Jun, MA Weifang

(Department of Rehabilitation, Shanghai Fifth People's
Hospital Affiliated with Fudan University, Shanghai, 200240)

ABSTRACT: Objective To explore the clinical value of motor imagery combined with routine rehabilitation training in rehabilitation nursing care of patients with hemiplegia caused by cerebral infarction. **Methods** Totally 80 patients with hemiplegia caused by cerebral infarction were selected as the subjects and randomly divided into the observation group and the control group, with 40 cases in each group. The patients in the two groups were treated with general nursing. The patients in the control group were given routine rehabilitation training while patients in the observation group were given motor imagery based on the treatment in the control group. The changes of motor function, life ability, quality of life and complications of the two groups were observed. **Results** One month and three months after nursing, the scores of Fugl-Meyer assessment, Barthel index and Stroke Specific Quality of Life Scale (SS-QOL) in the observation group were significantly higher than those in the control group ($P < 0.05$). The incidence of complications was 5.00% in observation group and was 20.00% in the control group, with a significant difference ($P < 0.05$). **Conclusion** In rehabilitation nursing of patients with hemiplegia caused by cerebral infarction, the application of motor imagery combined with routine rehabilitation training can significantly improve the patients' motor function and their living ability and also can reduce complications and improve the quality of life.

KEY WORDS: cerebral infarction; hemiplegia; rehabilitation nursing; motor imagery; rehabilitation training

脑梗死是临床危险性极高脑血管疾病,存活患者由于神经功能受损,多数会出现不同程度偏瘫,

不仅严重影响生存质量,还会给家庭造成巨大负担。脑梗死偏瘫患者康复护理是近年来研究热点,科学护理方案对改善患者肢体功能及生活活动能力至关重要。本研究应用运动想象结合常规康复训练,取得效果显著,现报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取2016年6月—2017年5月收治的脑梗死偏瘫患者80例作为研究对象。纳入标准:年龄47~75岁;首次发病;符合脑卒中偏瘫诊断标准^[1];意识清晰,无沟通障碍;患者对本研究知情且同意。排除标准:精神疾病患者;昏迷或意识不清患者;合并其他神经系统疾病;重要脏器严重功能不全;存在肢体功能障碍者;病历资料不全。采用随机数字表法分为观察组和对照组,各40例。观察组男23例,女17例;年龄46~75岁,平均 (59.62 ± 3.01) 岁;学历:8例为小学及以下,13例为初中,19例为高中及以上。对照组男24例,女16例;年龄47~73岁,平均 (59.85 ± 3.07) 岁;学历:6例为小学及以下,12例为初中,22例为高中及以上。2组患者性别、年龄等一般资料比较差异无统计学意义($P > 0.05$)。

1.2 方法

2组患者均给予健康宣教、心理干预、营养支持、用药指导及并发症预防等护理措施,对照组行常规康复训练,具体方法为:①训练正确卧姿及体位摆放,并行翻身训练;②对患者患侧各关节进行被动活动,如肩关节屈曲活动,肘关节屈伸活动,腕及手指伸展活动,膝关节伸展活动及髋关节屈曲活动等;③指导患者进行主动运动,如桥式运动、双手交叉运动及抱膝运动等;④对患者进行坐位及站位平衡训练,并开展下肢负重训练;⑤指导患者进行步行训练,以健手扶栏杆,行走时尽量抬腿,并逐步进行上下楼梯、斜坡上行等运动。⑥日常生活活动训练,包括穿衣、梳洗、进食、如厕等。根据患者康复情况选择具体训练方式,以患者耐受为度,遵循循序渐进原则。

观察组在对照组的基础上结合运动想象干预,具体方法为:第一部分(2~3 min),指导患者平躺于床上,放松全身,按照脚部、腿部、上肢、手掌顺序,两侧肌肉交替放松、收缩。第二部分(10~15 min),指导患者想象自己在坐位时将上肢举过头并保持伸直,之后缓慢恢复原位;想象自己用手握水杯,并完成喝水动作;想象自己握铅笔在纸上快速、连续点击,并行手腕旋转;想象自己五指用力握紧然后张开;想象自己进行穿衣及脱衣动作;想象自己两腿交替步行。第三部分(1~2 min),指导患者将注意力集中在身体上,缓慢睁开双眼,并放松身体,至此完成1次运动想象。

1.3 观察指标

分别于护理前及护理后1、3个月,采用Fugl-Meyer量表对患者运动能力进行评价,量表包括下肢功能7个项目、上肢功能10个项目,总分100分,分值同运动能力呈正相关性^[2];采用Barthel指数量表对患者生活活动能力进行评价,量表包括进食、轮椅转移、大便控制、上下楼、洗澡、穿衣、小便控制、修饰、步行、如厕10个项目,总分100分,分值同生活能力呈正相关性^[3];采用脑卒中专用生活质量量表(SS-QOL)量表对患者生活质量进行评价,量表共包含12个维度,共49个项目,满分245分,分值越高,生活质量越好^[4]。观察2组患者护理期间并发症发生情况。

1.4 统计学分析

采用SPSS 19.0软件,计量资料以均数 \pm 标准差($\bar{x} \pm s$)表示,采用 t 检验,计数资料以百分率(%)表示,采用 χ^2 检验,以 $P < 0.05$ 表示差异有统计学意义。

2 结果

2.1 2组运动及生活能力对比

护理前2组患者运动与生活能力比较差异无统计学意义($P > 0.05$),护理后1、3个月运动与生活能力均有改善,观察组Fugl-Meyer、Barthel评分高于对照组,差异有统计学意义($P < 0.05$),见表1。

表1 2组患者Fugl-Meyer和Barthel评分对比($\bar{x} \pm s$)

组别	n	Fugl-Meyer 评分			Barthel 指数评分		
		护理前	护理后1个月	护理后3个月	护理前	护理后1个月	护理后3个月
观察组	40	49.24 \pm 4.79	54.85 \pm 5.10*	59.31 \pm 5.65*	52.50 \pm 6.21	59.42 \pm 6.19*	63.56 \pm 6.32*
对照组	40	49.32 \pm 4.81	52.13 \pm 5.04	55.74 \pm 5.34	52.63 \pm 6.17	55.71 \pm 6.24	59.17 \pm 6.17

与对照组比较,* $P < 0.05$ 。

2.2 2组生活质量对比

护理前,2组患者生活质量比较差异无统计学意义($P>0.05$),护理后1、3个月均有改善,观察组SS-QOL评分高于对照组,差异有统计学意义($P<0.05$),见表2。

表2 2组患者SS-QOL评分对比($\bar{x}\pm s$) 分

组别	n	护理前	护理后1个月	护理后3个月
观察组	40	125.71 \pm 8.45	133.89 \pm 9.53*	141.58 \pm 9.81*
对照组	40	126.26 \pm 8.50	129.37 \pm 9.62	134.29 \pm 9.92

与对照组比较,* $P<0.05$ 。

2.3 并发症发生情况

观察组患者并发症发生率为5.00%(2/40),低于对照组20.00%(8/40),差异有统计学意义($P<0.05$),见表3。

表3 2组患者并发症发生率对比[n(%)]

组别	n	压疮	下肢深静脉血栓	关节挛缩	肩手综合征
观察组	40	0	0	1(2.50)	1(2.50)
对照组	40	1(2.50)	2(5.00)	3(7.50)	2(5.00)

与对照组比较,* $P<0.05$ 。

3 讨论

脑梗死是临床常见急性脑血管事件,脑梗死致残率极高,中枢神经系统具有可塑性是脑梗死偏瘫患者康复护理的重要理论基础。神经元在受损后,可通过生成新的突触,产生新的神经传递功能,使结构发生改变;另一方面,突触传递效率会对外界变化进行适应,从而使神经功能得以改善。在健康宣教、心理干预、营养支持、用药指导及并发症预防等常规护理干预基础上实施康复训练,可一定程度改善患者运动能力及生活质量,但患者恢复较缓慢,效果不甚理想,因此需予以改进。

运动想象疗法作为一种新型康复手段,在临床中应用较广,患者通过内心反复排练、模拟运动功能活动,在运动记忆作用下,使大脑中某一活动的特定区域被激活,从而提高运动能力^[5]。国外有研究^[6]证实,运动想象在急性期及恢复期脑梗死偏瘫患者中均有应用价值。本研究为提高脑梗死偏瘫患者康复效果,在对照组常规康复训练基础上,对观察组患者实施运动想象,并于护理前后采用Fugl-Meyer及Barthel量表对患者运动能力及生活能力进行评价,结果显示,观察组护理后1、3个月Fugl-Meyer、Barthel评分均显著较对照组高($P<0.05$),其原因为运动想象与常规康复训练可发挥不同作用机制,从而产生良好协同效应,

加快患者运动功能恢复及日常生活能力改善。观察组护理后1、3个月SS-QOL评分较对照组高($P<0.05$),可能与患者运动功能及生活能力改善有关,同时运动想象疗法具有正性暗示作用,对改善患者生活质量具有积极作用。有报道^[7]指出,脑梗死偏瘫患者由于功能障碍,易发生下肢深静脉血栓、关节挛缩、压疮等并发症,而科学康复护理方法对并发症预防有积极作用。本研究中,观察组患者仅出现1例关节挛缩,1例肩手综合征,未出现压疮及下肢深静脉血栓,并发症发生率为5.00%,明显较对照组20.00%低($P<0.05$),其原因可能为运动想象结合常规康复训练能改善患者肌力,促进血液循环及运动功能恢复,预防末梢神经血管异常等有关。

综上所述,运动想象结合常规康复训练能显著改善脑梗死偏瘫患者运动功能及生活能力,并能有效预防并发症,提高患者生活质量,在康复护理中具有较高应用价值。

参考文献

- [1] 张通. 中国脑卒中康复治疗指南(2011 完全版)中华医学会神经病学分会神经康复学组, 中华医学会神经病学分会脑血管病学组, 卫生部脑卒中筛查与防治工程委员会办公室[J]. 中国康复理论与实践, 2012, 18(4): 301-318.
- [2] 陈瑞全, 吴建贤, 沈显山. 中文版Fugl-Meyer运动功能评定量表的最小临床意义变化值的研究[J]. 安徽医科大学学报, 2015, 50(4): 519-522.
- [3] 李小峰, 陈敏. 改良Barthel指数评定量表的设计与应用[J]. 护理研究, 2015, 29(13): 1657-1658.
- [4] 程若莺, 周郁秋, 孟丽娜, 等. 脑卒中患者生活质量量表研究进展[J]. 护理学杂志, 2010, 25(11): 91-94.
- [5] 许明珠, 王曙辉, 崔韶阳, 等. 运动想象和常规康复训练结合早期并穴麦粒灸对脑梗死患者下肢功能的影响[J]. 中华物理医学与康复杂志, 2013, 35(10): 831-832.
- [6] Molina M, Kudlinski C, Guilbert J, et al. Motor imagery for walking: a comparison between cerebral palsy adolescents with hemiplegia and diplegia[J]. Res Dev Disabil, 2015, 37: 95-101.
- [7] 章惠英, 陈蓄, 章雅青, 等. 运动想象指导语的制订及用于脑卒中偏瘫患者上肢运动功能康复研究[J]. 护理学杂志, 2016, 31(19): 80-83.

(本文编辑:张燕)