

卒中偏瘫患者护理行有氧运动联合常规护理效果探讨

朱 莉

四川省科学城医院神经内科 四川绵阳 621900

【摘要】目的 对卒中偏瘫患者护理行有氧运动联合常规护理的效果进行探讨。**方法** 研究对象 80 例，均为我院 2019 年 1 月到 2020 年 1 月之间收治的脑卒中患者，按照随机数字法分为对照组和观察组各 40 例，对照组接受常规护理，观察组接受常规护理联合有氧运动，比较护理效果。**结果** 观察组患者的心肺功能各项指标显著高于对照组，Fugl-Meyer 评分显著低于观察组 ($P<0.05$)。**结论** 卒中偏瘫采用常规护理联合有氧运动效果理想。对于卒中偏瘫患者，采用常规康复治疗联合有氧运动，对改善患者的心肺功能和活动能力效果显著，适合临床应用。

【关键词】 卒中偏瘫；有氧运动；常规护理；效果观察

【中图分类号】 R473.74

【文献标识码】 A

【文章编号】 1005-4596 (2021) 02-010-02

Discussion on the effect of aerobic exercise combined with routine nursing in the nursing of stroke patients with hemiplegia

【Abstract】Objective To discuss the effect of aerobic exercise combined with routine nursing in the nursing of stroke patients with hemiplegia. **Methods** 80 study subjects, all of whom were stroke patients admitted in our hospital between January 2019 and January 2020, were divided into a control group and an observation group with 40 cases each according to the random number method. The control group received routine care and observation. The group received routine nursing combined with aerobic exercise to compare the nursing effect. **Results** The indicators of cardiopulmonary function of the observation group were significantly higher than those of the control group, and the Fugl-Meyer score was significantly lower than that of the observation group ($P<0.05$). **Conclusion** The effect of conventional nursing combined with aerobic exercise for stroke hemiplegia is ideal. For stroke patients with hemiplegia, the use of conventional rehabilitation therapy combined with aerobic exercise has a significant effect on improving the cardiopulmonary function and activity ability of the patients, which is suitable for clinical application.

【Key words】 stroke hemiplegia; aerobic exercise; routine nursing; effect observation

脑卒中偏瘫患者由于各项机能下降，所以对氧气的代谢能力不足，影响糖分和脂肪的代谢，导致呼吸功能下降，形成不良循环，且大部分患者长时间卧床，运动量和运动耐力较差，使得心血管调节异常，容易发生各种心血管疾病，使肺功能受到不良影响，心肺功能的下降对患者的影响甚至超过疾病本身。有研究表明有氧运动联合常规康复护理有助于改善脑卒中偏瘫患者的心肺功能^[1]，因此为探究其具体效果，选取我院 2019 年 1 月到 2020 年 1 月之间收治的脑卒中患者 80 例进行了下述研究：

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取在 2019 年 1 月到 2020 年 1 月之间来我院就诊的偏瘫患者共 80 例进行研究，按照电脑随机分组法分为两组，例数均为 40。对照组中男 19 例，女性 21 例，年龄 65-88 岁，均值 (73.9 ± 5.5) 岁；观察组中男 20 例，女性 20 例，年龄 64-87 岁，均值 (74.2 ± 4.9) 岁。两组一般资料可比。

1.2 方法

采用常规护理用于对照组患者，采用常规护理联合有氧运动用于观察组患者，具体包括：采用全身功能康复系统对患

者实施有氧训练，通过该系统使患者上肢带动下肢，带动患肢进行被动训练，在训练过程中要保持速度一致，对运动阻力负荷进行调整从而调节心率水平，在整个训练过程中由专业的治疗师进行指导和协助，在患者实施有氧训练之前要进行热身，时间为 5 分钟左右，之后再行 20 分钟的心肺活动训练，最后进行恢复训练 5 分钟，每周 5 天，连续训练 4 周。

1.3 观察指标

对患者的峰值摄氧量、峰值分钟通气量及无氧阈变化情况进行观察，使用 Fugl-Meyer 评分量表^[2] 评估患者上下肢运动功能进行测定，上肢功能满分 66 分，下肢功能满分 34 分，分数和功能成正比。

1.4 统计学方法

统计学处理软件使用 SPSS22.0，用均数标准差和百分比表示计量资料和计数资料，检验采用 t 和 χ^2 ，当 $P<0.05$ 时视为差异有统计学意义。

2 结果

2.1 两组的心肺功能指标比较

观察组患者的心肺功能各项指标显著高于对照组 ($P<0.05$)。见表 1。

表 1：两组的心肺功能指标比较

组别	例数	峰值摄氧量 (ml/kg.min)		峰值分钟通气量 (L/min)		无氧阈 (mL/kg.min)	
		干预前	干预后	干预前	干预后	干预前	干预后
对照组	40	13.20±2.78	14.18±2.65	34.52±6.58	35.12±8.59	10.19±2.17	10.35±2.34
观察组	40	12.95±2.88	17.55±2.49	34.25±8.24	39.25±7.33	10.19±2.18	12.32±2.32
t		0.324	4.265	0.252	3.321	0.231	5.214
P		1.143	0.000	1.133	0.003	1.151	0.000

2.2 两组的 Fugl-Meyer 评分比较

对照组的 Fugl-Meyer 评分为 (45.66 ± 3.71) 分，观察组为 (52.62 ± 3.26) 分，对照组显著低于观察组 ($P<0.05$)。

3 讨论

常规康复训练对卒中偏瘫患者虽然具有一定的效果，但对

(下转第 13 页)

表 2: 两组 6 个月内复发累计情况对比

组别	例数	第 1 个月	第 2 个月	第 3 个月	第 4 个月	第 5 个月	第 6 个月	复发率 (%)
研究组	60	0	0	0	1 (1.67%)	2 (3.33%)	5 (8.33%)	8.33%
常规组	60	0	2	4 (6.67%)	6 (10.00%)	8 (13.33%)	16 (26.67%)	26.67%
t								6.499
p								< 0.05

3 讨论

口腔溃疡反复发作的原因有很多, 主要是因为患病人员的口腔卫生引起的, 但患病人员的情绪、心里情况也会有辅助效果, 如果患病人员一直处于精神紧绷的状态, 并且经常熬夜、暴饮暴食, 那么口腔溃疡不会轻易痊愈^[3]。并且口腔溃疡跟每个人的免疫力也有关系, 免疫力底下的人比免疫力强的人更易患有口腔溃疡, 家族里有经常患有口腔溃疡并且不易痊愈的患病人员, 那么这个家族的人患有反复性口腔溃疡的几率更高。但是口腔溃疡一般恢复时间较短, 正常 11 天左右就可以恢复如常, 但如果口腔溃疡反复发作, 那么会对患病人员的身体与心理造成一定的损伤, 口腔溃疡的创口会带来疼痛感, 让患病人员无法正常饮食, 影响患病人员的生活质量^[4]。随着各种因素的交替影响, 使机体的免疫力不断下降, 导致复发性口腔溃疡反复发作, 所以虽然此病因其自限性, 10 天左右就能自愈, 但是反复性的发作会给患者造成极大的痛苦^[5]。本次研究结果显示, 经两组患者的临床疗效对比, 研究组患者的治疗总有效率 96.67% 显著高于常规组的治疗总有效率 81.67%, 差异有统计学意义; 经两组 6 个月内复发累计情况对比, 研究组患者的复发率 8.33% 明显低于常规组的复发率 26.67%, 差异有统计学意义 ($P < 0.05$)。

总而言之, 经过对比能够发现通过中药漱口液的治疗能够有效治疗患者的复发性口腔溃疡, 并且让口腔溃疡不在反复, 帮助患病人员提高生活质量, 减少带来的痛苦, 值得各大医院积极探究, 值得广泛推广。

参考文献

[1] 梁润, 刘莉, 桂壮. 中药漱口液治疗复发性口腔溃疡临床疗效观察 [J]. 湖北中医药大学学报, 2018, v.20;No.97(02):63-65.
[2] 王丹霞. 中医药内服外贴治疗复发性口腔溃疡及护理临床效果分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2020, v.5(07):102-103.

(上接第 10 页)

于心肺功能无法进行有效锻炼和改善。心肺功能降低就会导致人体对摄取和转化能力不足, 导致氧气无法转化为能量, 而在整个心肺气体交换的过程中和全身多个部位的效率息息相关, 包括心脏造血功能、肺部摄取氧气的能力、肺部气体交换能力和肌肉对氧气的使用能力等等, 所以良好的心肺功能需要依赖身体各个部分的健康运行, 良好的心肺功能也有助于改善患者的预后^[3]。

有氧运动是指在在氧气供应足够的情况下进行的运动和锻炼, 在运动的过程中, 患者吸入的氧气符合身体所需, 能够达到生理平衡的状态, 有氧运动的强度较低, 运动维持的时间较长, 具有一定的节奏感, 例如慢跑, 但考虑跑步机强度较大, 不适合偏瘫患者, 所以采用全身功能康复训练其进行四肢联合训练, 便于锻炼患者的心肺功能, 使得体内的糖分被充分发酵, 促进脂肪的溶解和消耗, 进而促进心肺储备功能的提高, 加快身体的血液循环, 提高组织供氧能力。功率自行车属于一种被动训练的方法, 能够通过自行车等速旋转, 带动四肢进行训练, 增加患者的有氧运动耐力, 对下肢功能恢复和提升患者自理水平意义显著。在本研究中通过常规康

复治疗联合有氧运动用于卒中偏瘫患者, 结果显示, 观察组患者的心肺功能各项指标显著高于对照组, 体现了卒中偏瘫患者采用有氧训练对心肺功能的改善作用较明显, 同时 ugi-Meyer 上下肢功能评分对比, 观察组高于对照组, 说明在采用有氧运动训练之后, 患者的活动能力得到了明显的恢复, 有助于日常生活能力和预后效果的改善。

综上所述, 对于卒中偏瘫患者, 采用常规康复治疗联合有氧运动, 对改善患者的心肺功能和活动能力效果显著, 适合临床推广应用。

参考文献

[1] 谷磊, 武亮, 孙兴国. 定量评估有氧训练对老年脑卒中偏瘫病人心肺功能的影响 [J]. 实用老年医学, 2019, 033(002):149-152.
[2] 郭凯锋, 黄臻, 闵瑜, 等. 等速肌力训练联合有氧运动对脑卒中患者肺功能的影响 [J]. 神经损伤与功能重建, 2018, 13(11):45-47.
[3] 胡安龙, 顾旭东, 吴华, 等. 下肢康复机器人训练对脑卒中患者心肺功能的影响 [J]. 中华物理医学与康复杂志, 2018, 40(003):179-182.

(上接第 11 页)

生诊断提供有力依据, 使患者的身体健康得到有效保障^[3]。因此在血液检验中, 实行全面质量控制可以将血液检验误差发生率降到最低。本次研究结果显示, 两组的标本检验误差发生率分别为 26.60%、6.00%, 差异显著 ($P < 0.05$)。这证实了在临床血液检验中, 全面质量控制对于降低血液检验误差发生率有着非常重要的作用, 具有应用价值。

综上所述, 全面质量控制临床血液检验中的有效应用, 其效果明显, 可以有效减少血液检验误差的产生, 临床中有

着较高的应用价值和意义。

参考文献

[1] 徐惠静. 临床血液检验减少误差的有效措施 [J]. 中国医药指南, 2019, 17(10):100-101.
[2] 孙志豪, 梁建新. 六西格玛质量管理方法在临床血液学常规项目检测性能评价和质量控制中的应用 [J]. 江西医药, 2019, 54(6):697-699+707.
[3] 谷迪西. 分析临床血检中的误差表现及误差诱发因素及干预措施 [J]. 中国实用医药, 2020, v.15(26):171-173.