

运动想象训练法联合康复护理对脑卒中患者神经源性膀胱功能的影响

胡雪华

(永嘉县人民医院)

【摘要】目的：探究运动想象训练法联合康复护理对脑卒中患者神经源性膀胱功能的影响。方法：选取2023年1月-2023年12月我院收治的72例脑卒中神经源性膀胱患者，随机分成两组，对照组接受康复护理干预，研究组接受运动想象训练法联合康复护理干预。结果：研究组的膀胱功能恢复效果更优 ($P < 0.05$)；两组患者2周后(2周内)的自主排尿、尿路感染率无明显变化 ($P > 0.05$)，研究组4周后的自主排尿率更高 ($P < 0.05$)，研究组4周内的尿路感染率更低 ($P < 0.05$)；研究组的生活质量评分更高 ($P < 0.05$)。结论：脑卒中患者神经源性膀胱功能改善过程中，运动想象训练法联合康复护理干预可以有效降低尿路感染率，加快患者早日恢复膀胱功能而自主排尿，进而提升生活质量评分。

【关键词】运动想象训练法；康复护理；脑卒中；神经源性膀胱功能；自主排尿；尿路感染

Effect of motor imagination training combined with rehabilitation care on neurogenic bladder function in stroke patients

Xue-hua hu

Yongjia County People's Hospital

[Abstract] Objective: To explore the effect of combined rehabilitation nursing on neurogenic bladder function in stroke patients. Methods: 72 patients with stroke neurogenic bladder admitted to our hospital from January 2023 to December 2023 were selected and randomly divided into two groups. The control group received rehabilitation nursing intervention, and the research group received combined rehabilitation nursing intervention. Results: bladder function recovery in the study group was better ($P < 0.05$); voluntary urination and urinary tract infection had not changed significantly after 2 weeks (within 2 weeks) ($P > 0.05$), after 4 weeks ($P < 0.05$), and urinary tract infection was lower within 4 weeks ($P < 0.05$); Quality of life score in the study group was higher ($P < 0.05$). Conclusion: During the improvement of neurogenic bladder function in stroke patients, exercise imagination training combined with rehabilitation nursing intervention can effectively reduce the urinary tract infection rate, accelerate the early recovery of bladder function and independent urination, and then improve the quality of life score.

[Key words] exercise imagination training method; rehabilitation care; stroke; neurogenic bladder function; autonomous urination; urinary tract infection

脑卒中作为多发于中老年群体的脑血管疾病，其主要是由脑血液循环障碍所形成的，如果未得到有效改善会对患者的脑组织、各项功能产生不利影响^[1]。特别是以减弱膀胱反射抑制作用为典型症状，普遍表现为尿失禁、尿急等多种典型症状^[2]。脑卒中后神经源性膀胱患者一般需要选择科学的训练与护理干预方法。运动想象作为由患者自身想象做出某个动作且身体并未产生明显动作所形成的特殊运动功能状态，另外康复护理干预通过盆底肌训练等方面的恢复训练^[3]。两种干预方式的联合应用改善膀胱功能的效果明显。本文研究了运动想象训练法联合康复护理对脑卒中患者神经源性膀胱功能的影响，其报告如下。

1 资料与方法

1.1 一般资料

选取 2023 年 1 月-2023 年 12 月我院收治的 72 例脑卒

中神经源性膀胱患者，随机分成两组，对照组 36 例，男 22 例，女 14 例，年龄为：43-75 岁，平均年龄为： (59.0 ± 1.6) 岁。研究组 36 例，男 23 例，女 13 例，年龄为：44-75 岁，平均年龄为： (59.5 ± 1.8) 岁。全部患者的基础资料具有可比性 ($P > 0.05$)。

1.2 方法

1.2.1 对照组：康复护理干预。其干预内容为：①排尿意识训练：等到患者需排尿时，护理人员应该依据患者具体情况引导患者进行有意识的排尿动作，对于卧床患者来说，护理人员应帮助患者翻身并开放导尿管；对于可下床患者来说，护理人员应该引导患者排尿姿势为站立，有利于膀胱内沉淀物的排出。②制定饮水计划：对于无静脉补液的患者来说，以 2100ml 作为每日饮水量，每次饮水后间隔 2h 再次饮水。护理人员应该指导患者在排尿时有意识的中断或放慢尿流或尿速，并在排尿后将会阴及腹肌肌肉的收缩与放松次数控制在 20-30 次，每天 2 次。③盆底肌训练：护理人员应正

确指导患者在合理体位下进行盆底肌收缩训练，每次收缩15s，两次间隔15s，总共训练10次。在盆底肌收缩期间引导患者进行直立、屏气等动作。④膈肌及呼吸肌训练：引导患者取仰卧位、半坐卧位和坐位，护理人员在患者处于松弛状态时，左手、右手分别放置在腹部、胸部，充分感知呼吸时的腹胸运动。也可以在腹部放置一个小重物，每天开展2-3次的抗阻呼吸训练。缩唇呼吸训练：护理人员引导患者用鼻子吸气并缓慢吹出气体。

1.2.2 研究组：运动想象训练法联合康复护理干预。其中康复护理干预同对照组。(1)选用抒情、优美的音乐作为运动想象训练的背景音乐，并结合指导语做成10分钟的运动想象音频，由患者或家属保存并使用。(2)运动想象训练法：①全身放松：患者呈仰卧位并轻闭双目，全身心处于放松状态，将自己想象在宽敞干净、安静且熟悉的卫生间里，倾听流水声。②对于尿意越强烈的患者来说，需要深吸一口气后缓慢吐气，放松尿道口并准备排尿，有意识的排尿，多次联系后缓慢放尿。想象完成后逐渐恢复意识。在想象训练过程中，患者需要专注于想象活动中，最初由专业康复护士对患者康复进行训练，由家属配合患者掌握方法后每天锻炼4-6次。责任护士需观察患者的训练情况，及时处理相关问题。

1.3 观察指标

1.3.1 对比膀胱功能恢复效果。其主要按照B超检查的膀胱残余尿量、是否能够自控排尿，尿失禁情况是否出现或是否严重分为痊愈、显效、有效和无效等标准。总有效率=痊愈率+显效率+有效率^[4]。

1.3.2 对比2周后、4周后的自主排尿和尿路感染情况。

1.3.3 对比生活质量评分。

1.4 统计学方法

数据用SPSS22.0分析，其中计数时用 χ^2 (%)检验，计量时用t检测($\bar{x} \pm s$)检验， $P < 0.05$ 时，差异显著。

2 结果

研究组的膀胱功能恢复效果更优($P < 0.05$)，见表1。

两组患者2周后(2周内)的自主排尿、尿路感染率无明显变化($P > 0.05$)，研究组4周后的自主排尿率更高($P < 0.05$)，研究组4周内的尿路感染率更低($P < 0.05$)，见表2。

研究组的生活质量评分更高($P < 0.05$)，见表3。

表1 膀胱功能恢复效果(例, %)

组别	例数	痊愈	显效	有效	无效	总有效率
对照组	36	10	11	5	10	72.2%
研究组	36	14	14	7	1	97.2%
χ^2	/	4.584	4.302	4.200	5.022	4.698
P	/	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

表2 自主排尿、尿路感染情况(例, %)

组别	例数	自主排尿		尿路感染	
		2周后	4周后	2周内	4周内
对照组	36	5 (13.9)	18 (50.0)	6 (16.7)	20 (55.6)
研究组	36	6 (16.7)	28 (77.8)	5 (13.9)	13 (36.1)
χ^2	/	1.169	5.024	1.369	4.789
P	/	>0.05	<0.05	>0.05	<0.05

表3 生活质量评分(分, $\bar{x} \pm s$)

组别	例数	生理方面	躯体疼痛	社会方面	情感职能	精神康健
对照组	36	60.3 ± 2.2	70.5 ± 4.6	74.6 ± 8.9	74.4 ± 3.2	73.3 ± 3.4
研究组	36	71.2 ± 3.0	76.2 ± 3.3	86.5 ± 7.6	83.7 ± 4.0	81.6 ± 5.0
T	/	11.198	10.635	11.258	10.985	10.851
P	/	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05	<0.05

3 讨论

脑卒中后神经源性膀胱功能障碍作为一种常见的脑卒中疾病后遗症，膀胱功能的持续丧失，会引发继发泌尿系统

感染等严重后果，导致患者无法实现生活自理^[5]。大量资料研究表明，选择科学合理化的康复训练与护理干预可以有效改善脑卒中后神经源性膀胱患者的膀胱功能，促进早日自主排尿^[6]。

研究结果显示,研究组的膀胱功能恢复效果更优($P < 0.05$);研究组4周后的自主排尿率更高($P < 0.05$),研究组4周内的尿路感染率更低($P < 0.05$),说明应用运动想象训练法联合康复护理干预可以降低尿路感染率和提高自主排尿率,膀胱功能恢复效果显著。主要是因为:(1)康复护理干预作为一种应用于脑卒中后神经源性膀胱患者康复过程中的新型干预模式,护理人员依据患者个体情况改善其膀胱功能,大幅度提高患者的生活质量水平^[7]。从排尿意识训练、制定饮水计划、盆底肌训练、膈肌及呼吸肌训练方面逐渐改善患者的膀胱功能,以此满足患者的个体需求^[8-9]。康复护理干预的应用能够帮助患者重新完成排尿反射,促使膀胱功能的早日恢复^[10-11]。(2)运动想象是指患者在内心多次反复模

拟与训练关于自身的具体动作,实际的身体运动并不明显。运动想象训练法是以心理神经肌肉理论为基础所开展的,通过对所参与运动的想象练习可以有效激活相关肌肉活动,清楚的动作想象也能够与实际身体动作具有相同的激活作用^[12-13]。所产生的轻微神经肌肉冲动明显弱于人体真实做动作时的冲动,通过想象能够强化肌肉记忆,进而完成与动作相关的肌肉神经通路^[14-15]。基于上述分析可知,研究组的生活质量评分更高($P < 0.05$)。

综上所述,脑卒中患者神经源性膀胱功能改善过程中,运动想象训练法联合康复护理干预可以有效降低尿路感染率,加快患者早日恢复膀胱功能而自主排尿,进而提升生活质量评分。

参考文献:

- [1]张琳,胡祎,宋媛,等.运动想象训练法联合康复护理对脑卒中患者神经源性膀胱功能的影响[J].国际护理学杂志,2023,42(6):1054-1057.
- [2]孔倩,毛永浩,王志伟,等.运动想象疗法联合常规康复训练对脑卒中后肢体运动功能障碍的影响[J].康颐,2022,88(2):19-21.
- [3]Yang Z Q, Wei M F, Chen L, et al. Research progress in the application of motor-cognitive dual-task training in rehabilitation of walking function in stroke patients[J]. Journal of Neurorestoration, 2023, 11(1): 100028-100028.
- [4]黄硕,陈慧芳.改良分级运动想象训练对脑卒中病人上肢功能康复的影响[J].安徽医药,2023,27(11):2212-2215.
- [5]赵敏,杨娜娜,李婉莺,等.三维螺旋式振动疗法联合运动想象训练对脑卒中偏瘫患者上肢功能、平衡能力及日常生活活动能力的影响[J].现代生物医学进展,2023,23(19):3695-3698.
- [6]Congbai R. Effect of Rehabilitation Therapy Equipment Combined with Rehabilitation Training in Stroke Patients with Limb Dysfunction[J]. Chinese and Foreign Medical Research, 2023, 21(16): 145-148.
- [7]崔乔义,邵丽丽,迟冰梅,等.基于运动想象的脑机接口技术在脑卒中偏瘫患者上肢康复中应用的研究进展[J].反射疗法与康复医学,2023,4(13):194-198.
- [8]黄坤,陈真,杨莉,等.运动想象疗法在脑卒中上肢功能障碍患者康复中的应用及对手脑运动的影响研究[J].山西医药杂志,2022,51(12):1361-1364.
- [9]Jiang L H, Zhao L J, Liu Y, et al. Effectiveness of Tai Chi Yunshou motor imagery training for hemiplegic upper extremity motor function in poststroke patients: study protocol for a randomized clinical trial[J]. Trials, 2022, 23(1): 1-9.
- [10]付晨,李薇,刘晓莹.运动想象疗法联合视觉反馈训练在脑卒中偏瘫病人早期康复中的应用[J].护理研究,2022,36(1):143-149.
- [11]林容杏,翁宝莹.心理护理联合康复训练改善老年脑卒中患者的效果[J].心理月刊,2022,17(7):133-135.
- [12]Chen Y W, Chiang W C, Chang C L, et al. Comparative effects of EMG-driven robot-assisted therapy versus task-oriented training on motor and daily function in patients with stroke: a randomized cross-over trial[J]. Journal of neuroengineering and rehabilitation, 2022, 19(1): 6.
- [13]骆丽,黄宋余,邹晶晶,等.运动想象疗法联合任务导向性训练对脑卒中偏瘫患者上肢运动功能的影响[J].按摩与康复医学,2022,13(9):14-17.
- [14]张超,许乃上,苏宁.运动想象疗法联合视觉反馈训练对脑卒中偏瘫患者早期肢体功能锻炼康复效果的影响[J].反射疗法与康复医学,2022,3(6):34-36,82.
- [15]Hui J. Effect of Somatosensory Games Combined with Wuqinxi Training on the Psychological State, Limb Motor Function, and Quality of Life of Patients with Cerebral Infarction[J]. Chinese and Foreign Medical Research, 2023, 21(14): 123-127.