

# 中青年脑卒中患者重返工作准备的认知与体验：一项描述性质性研究

朱文杰<sup>1</sup> 丁书青<sup>3</sup> 徐浩铭<sup>2</sup> (通讯作者)

- 1.扬州大学医学部护理学院
- 2.苏州大学附属第一医院呼吸与危重症医学科
- 3.苏州大学附属第四医院(苏州市独墅湖医院)

DOI:10.12238/bmtr.v7i6.17064

**[摘要]** 目的：随着中青年脑卒中发病率逐年攀升，患者重返工作岗位的迫切需求与社会经济角色之间的矛盾日益凸显。本研究聚焦于这一群体在重返工作准备过程中面临的真实体验，以期制定针对性干预策略提供实证依据，助力患者实现职业与社会功能的可持续恢复。方法：采用目的抽样与滚雪球抽样法，于2024年9月至11月对江苏省两所三级甲等医院的13例脑卒中患者进行半结构式访谈，运用Colaizzi七步法分析数据并提炼主题。结果：患者重返工作的体验可归纳为三大主题：①优化基层康复服务，弥补专业支持不足与资源短板；②加强心理调适与情感支持，促进患者心理稳定与角色重建；③多方协同支持，助力患者实现健康与职场平衡。结论：中青年脑卒中患者重返工作的促进与阻碍因素具有多维度特征，需通过优化基层康复服务、强化心理支持及多方协作机制，帮助患者克服障碍，顺利回归社会与职场。未来研究可进一步结合多中心、大样本数据，探索不同地域与文化背景下干预策略的普适性与差异性，为构建全周期、多维度的重返工作支持体系奠定基础。

**[关键词]** 脑卒中；中青年患者；重返工作准备度；质性研究；社会支持  
中图分类号：R743.3 文献标识码：A

## Perceptions and Experiences of Young and Middle-Aged Stroke Patients in Readiness to Return to Work: A Descriptive Qualitative Study

Wenjie Zhu<sup>1</sup>, Shuqing Ding<sup>3</sup>, Haoming Xu<sup>2</sup> (Corresponding Author)

1 School of Nursing, Medical Department, Yangzhou University

2 Respiratory and Critical Care Medicine Department, The First Affiliated Hospital of Soochow University

3 The Fourth Affiliated Hospital of Soochow University (Dushuhu Hospital, Suzhou)

**[Abstract]** Objective: With the rising incidence of stroke among young and middle-aged populations, the conflict between patients' urgent need to return to work and their socioeconomic roles has become increasingly prominent. This study focuses on the lived experiences of this population during their preparation for workplace re-entry, aiming to provide empirical evidence for developing targeted interventions to facilitate sustainable restoration of occupational and social functioning. Methods: Using purposive and snowball sampling techniques, semi-structured interviews were conducted with 13 stroke patients from two tertiary hospitals in Jiangsu Province, China, between September and November 2024. Data were analyzed via Colaizzi's seven-step method to identify key themes. Results: Participants' experiences were categorized into three major themes: (1) Optimizing primary rehabilitation services to address insufficient professional support and resource gaps; (2) Strengthening psychological adjustment and emotional support to enhance psychological stability and role reconstruction; (3) Multi-party collaborative support to facilitate health-work balance. Conclusions: The facilitators and barriers to returning to work among young and middle-aged stroke patients are multidimensional. Effective strategies require optimizing primary rehabilitation services, reinforcing psychological support, and establishing multi-party collaboration mechanisms (e.g., flexible workplace adjustments and policy

safeguards). Future research should incorporate multi-center and large-sample data to explore the generalizability and cultural adaptability of interventions, thereby laying the groundwork for a comprehensive, lifecycle-oriented support system for workplace reintegration.

[Key words] stroke; young and middle-aged patients; readiness to return to work; qualitative research; social support

## 引言

近年来，脑卒中已从传统“老年病”演变为全球范围内日益严重的公共健康问题，尤其是在中青年人群中，其发病率显著上升。最新全球疾病负担研究（GBD）显示，40~64岁人群标化后占总患病人群比值为71.80%，同比2019年高出5.2%<sup>[1]</sup>，并且增幅明显，这表明脑卒中已经影响到越来越多处于工作年龄的个体。这一趋势意味着脑卒中正在侵蚀着社会劳动主力军的健康——他们不仅是家庭经济支柱，更是社会发展的中坚力量<sup>[2]</sup>。脑卒中作为一种突发性疾病，其突发性和致残性不仅导致患者出现肢体功能障碍，更引发心理创伤与社会角色剥离，迫使患者陷入“失能”与“失业”的双重困境<sup>[3]</sup>。

中青年群体面临这一危机的主要原因在于，脑卒中发病与生活方式、遗传和环境因素有关。他们的生活习惯变化，尤其是心理压力大和情绪调节问题，可能是发病率上升的主要原因<sup>[4]</sup>。随着生活节奏的加快和心理压力的增加，中青年群体面临着更大的健康风险，这使得脑卒中的发生率不断上升<sup>[5]</sup>。此外，尽管医疗技术的进步极大地改善了急性脑卒中患者的生存率，但许多患者在康复后仍面临诸多困境<sup>[6]</sup>，包括身体功能的恢复、社会支持的缺乏以及职业环境的重返等问题<sup>[7]</sup>。Lanyon 等研究表明<sup>[8]</sup>，重返工作不仅对患者的经济状况具有直接影响，而且与其心理健康状态密切相关。

## 1 对象与方法

### 1.1 研究对象

在本研究中，选取2024年9月至12月期间，来自扬州市两所三级甲等医院神经内科就诊的脑卒中患者，以扩大样本的异质性，增加人口学等方面的多样性，从而丰富访谈资料。纳入标准包括（1）需经磁共振成像（MRI）或颅脑CT确诊为脑卒中的患者；（2）年龄范围为男性18~59岁，女性18~54岁；（3）患者在发病前曾参与工作；排除标准则包括：（1）患有精神疾病或严重认知障碍的患者；（2）患有严重躯体疾病（如残疾、恶性肿瘤等）或其他脑血管疾病（如帕金森病、癫痫等）的患者；（3）视力或听力受损的患者。经过筛选，本研究最终纳入了13例脑卒中患者，并根据访谈顺序将其编号为N1~N13，其他一般资料详见表1。

表1 中青年脑卒中患者人口学及临床资料

编号	性别	年龄	文化程度	卒中性质	职业	家庭人均月收入
N1	女	53	大专及以上学历	脑出血	行政机关、企事业单位	> 8000
N2	男	59	大专及以上学历	脑出血	行政机关、企事业单位	> 8000
N3	男	52	高中或中专	脑梗死	个体户	3000-8000
N4	男	54	高中或中专	脑出血	服务行业人员	3000-8000
N5	男	58	初中及以下	脑梗死	个体商户	> 8000
N6	女	54	初中及以下	脑梗死	个体商户	3000-8000
N7	男	51	初中及以下	脑梗死	个体	3000-8000
N8	男	48	高中或中专	脑梗死	服务行业人员	3000-8000
N9	男	47	初中及以下	脑梗死	务农业生产人员	3000
N10	男	52	大专及以上学历	脑梗死	行政事业单位	> 8000
N11	女	49	初中及以下	脑梗死	服务行业人员	3000-8000
N12	女	50	初中及以下	脑梗死	个体商户	> 8000
N13	男	28	本科	脑出血	企事业单位	> 8000

### 1.2 方法

#### 1.2.1 资料收集

本研究采取半结构化深度访谈作为资料收集的方法。访谈在由受访者指定的安静私密场所进行，每次访谈大约持续30分钟，以确保受访者在轻松、舒适的环境中分享他们的经历和感受。访谈提纲主要围绕以下几个问题展开：（1）你是否想要重返工作，如果想是什么促使您想要重返工作？（2）在您看来，重返工作准备过程中的最大障碍是什么？（3）一旦您重返工作，您认为需要哪些支持来维持工作状态？

#### 1.2.2 资料分析

每次访谈结束后，研究者及时将录音逐字转录成文本。在转录过程中，研究者结合访谈笔记，对被访者肢体动作、神

情、语气等非言语信号进行标注,以辅助后续的分析 and 解读。

## 2 结果

### 2.1 主题 1: 患者视角医疗与康复支持获得感缺失

#### 2.1.1 专业知识缺乏及医疗团队支持不足

在调查过程中发现,中青年脑卒中患者在从入院到康复的整个过程中,与医生的实际接触频率相对有限。这种现象的形成既有患者自身不主动与医生沟通的原因,也有部分医生未能充分关注患者重返社会,尤其是重返工作意愿的因素<sup>[9]</sup>。这种医患沟通的不足直接或间接地影响了患者对康复目标的设定及重返工作的信心和决策。患者叙述进一步揭示了这一问题的具体表现。N2 表示:“我以为医生会更关心我,以为他会给我一些心理支持,但好像他们只关注这个病本身,其他方面就不管了。”这一观点反映了患者对医生在心理支持和全面关怀层面期望的落空。

#### 2.1.2 对基层康复服务的担忧

很多患者在康复后期会回到所在地的基层医疗机构,而对于出院后的康复,不少患者及其家属对基层康复服务的可及性和专业性表示担忧。这种担忧主要源于基层医疗机构在康复资源配置及专业人员配备方面的不足,同时也反映了患者对基层康复服务信任度的缺乏<sup>[10]</sup>。N3 提到:“我们社区医院的康复设备很少,医生也不像大医院那么专业,我总觉得在那里康复效果不会很好,宁愿多跑几次市里的大医院。”N7 则表示:“我试过去社区的康复中心,但医生只是说让我做一些简单的运动,没有更具体的指导,我感觉这样的康复对我帮助不大。”这一观点反映了患者对基层康复服务缺乏个性化和系统化的担忧。

### 2.2 主题 2: 心理调适与情感支持的价值

#### 2.2.1 自我疏导对情绪调适的促进作用

通过与患者的交流发现,中青年脑卒中患者在康复阶段普遍具备一定的自我疏导能力,但这一能力的挖掘与应用程度存在显著差异。一部分患者能够主动调节情绪,通过积极的心理调整应对康复过程中遇到的困难与挑战,从而有效缓解心理压力。然而,亦有部分患者在情绪疏导方面未能充分发挥自身潜能,导致负面情绪在特定情况下对康复过程产生一定干扰<sup>[11]</sup>。这种差异性可能与患者对情绪管理的认知深度、外部支持系统的有效性以及康复目标的确切性等因素密切相关。

#### 2.2.2 家庭支持能促进患者心理稳定

中青年脑卒中患者的康复过程既是身体机能的恢复过程,也是心理重建的重要阶段<sup>[12]</sup>。在这个过程中,家庭支持不仅是患者情感上的依靠,更是帮助他们缓解焦虑、增强康复信心、重返工作岗位的重要支柱。N11 提到:“刚发病时,我对未来充满了恐惧,觉得自己可能再也无法工作了。是妻

子每天鼓励我,说公司那边她会帮我沟通,让我只管安心康复。她还给我讲孩子在学校的一些趣事,让我重新感受到生活的希望。”

## 3 讨论

### 3.1 优化基层康复服务,弥补专业支持不足与资源短板

本研究发现,中青年脑卒中患者在重返工作岗位过程中,因脑卒中导致的肢体功能障碍、认知能力下降和心理压力增大,工作能力明显受限,与以往研究结果一致<sup>[13]</sup>。患者容易出现疲劳、效率低下、缺勤增多的状况,并可能因为康复计划难以坚持、心理状态不佳而进一步降低职业适应能力<sup>[14]</sup>。此外,基层康复服务的覆盖不足与资源分布不均也影响了中青年脑卒中患者的康复效果,与以往研究结果<sup>[15]</sup>一致。我们需要综合考虑患者的职业环境、个体差异及基层康复服务的支持现状,优化健康教育策略等多种措施,为患者顺利回归社会和工作岗位提供有力支持<sup>[16]</sup>。

### 3.2 加强患者心理调适,促进患者心理稳定与角色重建

研究表明,中青年脑卒中患者在康复和重返工作岗位过程中,常因身体功能障碍、社会角色变化和职场压力,面临较大的心理负担和情感困扰,这与 Coenen 等研究结果一致<sup>[17]</sup>。此外,家庭支持是患者心理稳定和康复的关键因素之一。研究表明,家属积极的情感陪伴和沟通可以有效缓解患者的心理焦虑及抑郁情绪<sup>[18]</sup>。因此,建议家属多与患者讨论康复计划、工作目标和社会角色重建的可能性,增强自信心。

## 4 结论

本研究通过深度访谈中青年脑卒中患者重返工作岗位准备度的心理体验,发现他们面临诸多问题,表现出较强的重返工作意愿,同时也渴望得到各方面的支持。在对重返岗位的患者中,要加强沟通和疏导,使其正确对待重返工作岗位可能面临的问题和困难,重视患者心理感受,帮助其重塑对生活的信心,缓解其经济压力。本研究对象仅来源于两所地市级三级甲等综合医院,研究结果可能会受地域及人群的限制,若纳入来自我国其他地域的更多幸存者健康状况不佳者或更多长期幸存者,可能产生不同结果。

### [参考文献]

- [1]GBD 2019 Stroke Collaborators (2021). Global, regional, and national burden of stroke and its risk factors, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet. Neurology*, 20(10): 795–820.
- [2]Tu, W. J., Zhao, Z., Yin, P., et al. (2023). Estimated Burden of Stroke in China in 2020. *JAMA network open*, 6(3), e231455.
- [3]Wen, L., Gao, Z., Zhong, X., et al. (2024). Readines

## Basic Medical Theory Research

s for return to work and its influencing factors among head and neck cancer patients: a cross-sectional study. *Supportive care in cancer : official journal of the Multinational Association of Supportive Care in Cancer*, 32(7), 420.

[4]Palstam, A., Westerlind, E., Persson, H. C., et al. (2019). Work-related predictors for return to work after stroke. *Acta neurologica Scandinavica*, 139(4), 382 - 388.

[5]Lin, S., Wang, C., Wang, Q., et al. (2022). The experience of stroke survivors and caregivers during hospital-to-home transitional care: A qualitative longitudinal study. *International journal of nursing studies*, 130, 104213.

[6]温丽莹, 柏兴华. 癌症患者重返工作准备度现状及影响因素研究进展[J]. *中华现代护理杂志*, 2022, 28(25):3513-3516.

[7]Lindgren, I., Brogårdh, C., Pessah-Rasmussen, H., Jonasson, S. B., & Gard, G. (2022). Work conditions, support, and changing personal priorities are perceived important for return to work and for stay at work after stroke - a qualitative study. *Disability and rehabilitation*, 44(11):2500-2506.

[8]Lanyon, L., Shiggins, C., Baker, C., Stein, S. A., O'Keefe, S., Schneider, E. J., Godecke, E., Radford, K., & Lannin, N. A. (2024). 'Until you're in the chair and executing your role, you don't know': A qualitative study of the needs and perspectives of people with stroke-related communication disabilities when returning to vocational activity. *International journal of language & communication disorders*, 59(6):2655-2670.

[9]Kapoor, A., Lanctôt, K. L., Bayley, M., Kiss, A., Herrmann, N., Murray, B. J., & Swartz, R. H. (2017). "Good Outcome" Isn't Good Enough: Cognitive Impairment, Depressive Symptoms, and Social Restrictions in Physically Recovered Stroke Patients. *Stroke*, 48(6):1688-1690.

[10]Volz, M., Ladwig, S., & Werheid, K. (2023). Return to work and depressive symptoms in young stroke survivors after six and twelve months: cross-sectional and longitudinal analyses. *Topics in stroke rehabilitation*, 3

0(3):263-271.

[11]赵梦璐. 中青年脑卒中患者重返工作准备度和维持度调查及预测模型的构建[D]. [硕士学位论文] 青岛大学, 2021.

[12]陈秋蕾. 中青年脑卒中患者重返工作准备度现状及影响因素研究[D]. [硕士学位论文] 湖南师范大学, 2021.

[13]Zhao, M., & Wang, A. (2021). Study on the factors affecting the readiness to return to work in middle-aged and young adults with stroke who have not returned to work. *Journal of Chinese and Foreign Medical Research*.

[14]Glover, M. A., & Waterman, B. R. (2024). Editorial Commentary: The Shoulder Instability-Return to Sports After Injury Scale Is More Than Just a Psychological Readiness Tool-It Is a Potential Predictive Model for Outcomes and Recurrence. *Arthroscopy : the journal of arthroscopic & related surgery : official publication of the Arthroscopy Association of North America and the International Arthroscopy Association*, 40(12):2825-2827.

[15]Park, S. Y., & Lee, M. K. (2024). Effects of a self-managed return to work intervention for colorectal cancer survivors: A prospective randomized controlled trial. *European journal of oncology nursing : the official journal of European Oncology Nursing Society*, 70, 102593.

[16]杨丽君, 林贞贞, 王元斌, 等. 乳腺癌患者重返工作准备度与家庭弹性的关系[J]. *中华现代护理杂志*, 2020, 26(15):2055-2060.

[17]Coenen, P., Zegers, A. D., Stapelfeldt, C. M., et al. (2021). Cross-cultural translation and adaptation of the Readiness for Return To Work questionnaire for Dutch cancer survivors. *European journal of cancer care*, 30(2), e13383.

[18]Zambrano, S. C., Kollár, A., & Bernhard, J. (2020). Experiences of return to work after treatment for extremity soft tissue or bone sarcoma: Between distraction and leaving the disease behind. *Psycho-oncology*, 29(4):781-787.

#### 作者简介:

朱文杰 (1999-), 男, 汉族, 江苏苏州人, 硕士研究生在读, 扬州大学医学部护理学院, 研究方向为脑卒中护理。