

# 中医护理技术在中风恢复期肢体功能障碍中的应用进展

张发家

成都中医药大学附属医院

DOI:10.32629/ffcr.v4i1.19906

**[摘要]** 中风是一种常见的心脑血管疾病，是中老年人常见的疾病之一，当患者发生中风后，容易出现偏瘫、语言功能障碍、肢体功能障碍等后遗症，尤其是在恢复期肢体功能障碍严重影响患者生活，增加家庭压力。为改善患者中风恢复期肢体功能障碍等问题，在恢复过程中引入中医护理技术，从中医学角度对患者肢体功能障碍问题进行干预，比如借助针灸、推拿、中医熏洗、艾灸等多元化的干预手段，使中风恢复期肢体功能障碍症状得到有效改善。因此，为进一步了解中医护理技术对中风恢复期肢体功能障碍患者的疗效，文章以综述的形式从中医学角度了解中风病因，根据中风恢复期肢体功能障碍表现分析常见中医护理技术在中风恢复期肢体功能障碍中应用和临床策略，旨在帮助中风患者在恢复期得到全面的、有效的、科学的护理，使患者的临床症状得到明显改善，提高患者生活质量，以期为今后中风患者护理提供更多的临床护理思路和方法。

**[关键词]** 中医护理技术；中风；恢复期；肢体功能障碍；应用进展

中图分类号：R248.9 文献标识码：A

## Advances in the Application of Traditional Chinese Medicine Nursing Techniques for Limb Functional Disorders During Stroke Recovery

Fajia Zhang

Affiliated Hospital of Chengdu University of Traditional Chinese Medicine

**Abstract:** Stroke is a common cardiovascular disease and one of the common diseases among middle-aged and elderly people. When patients suffer from stroke, they are prone to sequelae such as hemiplegia, language dysfunction, and limb dysfunction, especially during the recovery period. Limb dysfunction seriously affects the patient's life and increases family pressure. In order to improve patients' limb dysfunction in the recovery period of stroke, TCM nursing technology was introduced in the recovery process, and patients' limb dysfunction problems were intervened from the perspective of traditional Chinese medicine, such as rhythmic acupuncture and moxibustion, massage, traditional Chinese fumigation, moxibustion and other diversified interventions, so that the symptoms of limb dysfunction in the recovery period of stroke were effectively improved. Therefore, in order to further understand the therapeutic effect of traditional Chinese medicine nursing techniques on patients with limb dysfunction during the recovery period of stroke, this article reviews the causes of stroke from the perspective of traditional Chinese medicine. Based on the analysis of the manifestations of limb dysfunction during the recovery period of stroke, common traditional Chinese medicine nursing techniques are applied and clinical strategies are developed to help stroke patients receive comprehensive, effective, and scientific nursing care during the recovery period, significantly improve their clinical symptoms, and enhance their quality of life. The aim is to provide more clinical nursing ideas and methods for stroke patient care in the future.

**Keywords:** Traditional Chinese Medicine Nursing Technology; Stroke; convalescence; Limb dysfunction; application progress

### 引言

中风是心脑血管疾病中较为常见的一种具有突发性、严重性的疾病，其发病率、致残率较高，发生中风后容易导致患者出现肢体功能障碍等症状，不利于患者恢复。中风恢复

期肢体功能障碍常表现为肌力退化、运动受阻、行动不便等，这些问题直接影响患者正常生活，使患者生活能力下降，增加家庭护理负担和压力。针对此临床问题，对中风后恢复期间的患者行中医护理技术，起到良好的护理意义，中医护理

技术在中医学相关理论指导下，结合多种护理手段对中风恢复期患者进行护理，能有效促进患者康复。研究表明，中医护理技术主要利用针灸的方式刺激患者经络循行路径，采用推拿的形式改善患者肢体气血运行，配合中药熏洗等方式能使药物直接渗透到患者肢体病灶区域，通过利用多种中医护理技术能有效改善患者神经和肌肉功能，提高患者肢体运动能力，尤其是对于中老年人患者而言，中医护理技术能温和、全面地积极干预患者肢体功能障碍等问题，使患者得到有效康复。

## 1 中医学角度中关于中风病因研究

### 1.1 中医对中风病因解释

在中医学中认为中风与“风、火、痰、瘀”四种致病因素及病理机制有密切关系，中医学理论中提出“内虚邪中”，认为中风与患者正气亏虚有关，当外风邪气乘患者内在虚弱时侵袭患者，就容易引发中风等疾病。许敬玲<sup>[1]</sup>提出在“内风”理论中认为中风患者与肝阳化风、热极生风等致病机制有关，在中医学理论中“内虚邪中”强调外部对中风患者的影响，“内风”强调内外因素对患者的综合影响。无论哪种观点都强调“风、火、痰、瘀”四种致病因素对中风造成的影响，风邪致病会导致患者气血运行发生障碍，造成经络受阻，引发肢体功能障碍等后遗症。火邪则表现出内盛现象，使患者体内的痰火互结，长期处于痰浊情况时，会造成患者经络阻滞，导致患者肢体活动不利。

### 1.2 中风恢复期肢体功能障碍表现

中风患者在恢复期出现肢体功能障碍等症状是临床上较为常见的后遗症之一，在中医学中认为中风恢复期肢体功能障碍与患者气血失衡、经络阻滞有密切联系，在临床上主要表现为上肢屈肌痉挛、下肢伸肌痉挛、肌肉力量减弱以及关节活动时角度受到限制，部分患者在恢复期间肢体还会存在麻木等情况。结合中医辨证论治理论，中风恢复期肢体功能障碍患者主要分为气虚血瘀型、肝肾阴虚型以及痰湿阻络型三种类型，气虚血瘀型患者主要与气机不畅以及血行瘀滞等因素有关，在临床上表现出四肢无力、活动受限、面色不佳等；肝肾阴虚型患者主要与肝肾精血亏虚、筋骨失养等因素有关，在临床上表现出肢体麻木、肌肉酸胀以及头晕头疼等症状；痰湿阻络型患者与脾失健运、痰湿内生等因素有关，在临床上表现肢体在运动时较为沉重、活动受到限制、痰多黏稠等。针对中风恢复期肢体功能障碍表现引入中医护理技术加以干预，能有效改善中风恢复期肢体功能障碍问题。

## 2 常见中医护理技术在中风恢复期肢体功能障碍中应用

### 2.1 针灸疗法

在中医护理技术中针灸疗法具有重要的应用价值，针灸疗法实际是利用中针刺的方式根据辨证论治结论刺激患者特定穴位，使患者气血运行得到有效调节，改善患者临床症

状，有效干预病情。王美兰<sup>[2]</sup>提出针对中风恢复期患者引入中医护理技术时，利用针灸疗法能有效刺激患者的中枢神经系统，改善患者受损的神经元，帮助神经元功能重建。利用针灸刺激的方式，能释放出一种叫β-内啡肽的神经递质，该神经递质能有效调节患者脑血流动力学，使中风患者的缺血区域微循环得到改善，为肢体康复提供有效的治疗。

### 2.2 推拿按摩

推拿按摩是中医护理技术中常见的方法之一，采用手法按摩的方式按压患者体表的特定经络，通过调节患者气血、疏通经络，起到平衡阴阳，改善患者机体功能的作用。对于中风恢复期肢体功能障碍患者，采用推拿按摩的方式，将力量作用在患者肌肉、关节、穴位等部位，能有效缓解软组织痉挛现象，促进患者肢体血液循环，提高患者身体代谢能力，同时在推拿按摩过程中加强神经反射能力，使中枢神经系统得到调节。在对患者行推拿按摩护理时，同样应遵循辨证论治的原则，结合患者的病情对患者采取针对性护理。比如当患者中风后出现上肢痉挛性瘫痪症状时，可以采用推拿按摩法中的滚法、揉法等，通过舒缓患者肩关节周围及上肢肌群，改善患者肌肉痉挛现象。

### 2.3 中医熏洗

中医护理技术中中医熏洗是较为常见的一种中医临床护理干预手段，对中风恢复期肢体功能障碍患者起到有效的护理效果。中医熏洗疗法中，根据患者中风后肢体功能障碍情况，采用辨证论治的方式，根据患者个体情况配制针对性的药物，将中药通过加热的方式，让中药成分中的热蒸气直接和患者皮肤接触，利用药物蒸汽的温热效应，使药物直接渗透到患者体内，促进局部血液循环。研究表明，利用中药熏洗的方式，中药通过蒸汽挥发的方式，可以直接从患者皮肤进入血液循环中，改善患者局部的循环系统，缓解因肢体功能障碍引发的水肿或者炎症反应。宋王丽<sup>[3]</sup>指出在具体护理中，将红花、川芎等具有活血化瘀作用的中药通过煎煮的方式将中药蒸汽直接作用于患者功能障碍的肢体上，能改善因缺血性神经损伤造成的肌张力异常以及运动功能衰减等现象。通过持续性的中药熏洗护理2周以上，患者的下肢运动功能得到明显改善。

### 2.4 火罐疗法

火罐疗法是中医护理技术中的一项重要干预措施，该方法主要利用负压吸附的方式使患者皮肤形成局部充血反应，刺激神经元系统。在具体治疗中，利用罐体吸附的方式，使其产生一定的负压，在火罐的作用下能使患者皮下毛细血管快速扩张，使代谢产物能快速排除，在火罐治疗中能局部刺激患者的神经纤维，使其释放出一定的内啡肽，起到镇痛的作用。对于下肢功能障碍患者或者下肢肌肉痉挛、瘫痪患者，利用火罐疗法中的走罐疗法，能利用持续牵拉的方式改善患者僵硬的痉挛肌群。临床研究数据显示，利用火罐治疗和护

理的方式能提高整体的护理效率。同时随着现代中医护理技术不断发展和改善,在传统火罐治疗基础上能利用智能控温系统调节火罐的负压,使火罐治疗的强度和力度得到精准控制,进一步提高护理和治疗的安全性以及标准程度。

### 2.5 艾灸疗法

艾灸疗法是传统中医护理技术中的核心护理方法之一,该方法主要通过燃烧艾绒的方式,利用艾草的温热感作用在患者特定的穴位上,改善患者中风恢复期肢体功能障碍等问题。研究表明,艾灸疗法实际参考中医经络理论,采用温通经络、调和气血的方式起到驱散寒湿作用,使患者受损的神经系统、肌肉组织得到有效修复。在具体实施中,针对中风后肢体功能障碍患者,在实施艾灸疗法时选取的穴位是足三里、关元等穴位,对此类穴位进行艾灸治疗,将艾灸作用于特定穴位上,艾灸的温热能直接作用在关节穴位上,药物通过热效应传播后能显著改善患者的下肢肌力和关节活动度。在艾灸护理和治疗中,常见的穴位包括足三里、关元穴等,将艾灸作用在足三里穴位上能起到补元气的效果,提高患者的气血运行能力,为改善肢体功能提供能量支持。关元穴属于任脉要穴,具有温补元气的作用,能改善患者局部血液循环,帮助患者肢体神经功能重建。

### 2.6 中医电疗

中医电疗技术是在传统针灸理论基础上结合现代电刺激理论形成的一种高效的中医护理技术,在中医电疗中利用低频脉冲电流或生物电刺激的方式,将电刺激直接作用于患者特定穴位患者肌肉组织上,能进一步调节患者神经肌肉功能。中医电疗技术的作用原理主要是利用电流刺激的方式刺激患者神经纤维,加强肌肉收缩能力以及调节中枢神经。衡思巧<sup>[4]</sup>提出在具体实施中,利用电针疗法固定频率。使其作用于患者阳陵泉、合谷等穴位,能降低下肢偏瘫患者的肌张力,提高患者运动能力。对于下肢瘫痪患者或者下肢功能障碍患者利用电刺激的方式,能有效干预患者神经系统,提高患者步态控制能力。研究表明将中医电疗作用于中风患者恢复期肢体功能障碍调节中具有重要作用,能显著提高患者肢体功能评分,改善患者运动能力。

### 2.7 情志护理

对中风后肢体功能障碍患者进行护理时,除了引入针灸疗法、推拿按摩、中医熏洗、火罐疗法、艾灸疗法等物理护理方法之外,还需要关注患者的心理状态,通过中医情志护理的方式,能改善患者的情绪,提高患者在护理和治疗中的配合度,有利于患者在恢复期改善肢体运动功能。在实际护理中,中医情志护理以整体观为指导,结合五行相生理论,积极改善患者心理情绪。在具体实施中,采用辩证施护的方式,结合患者具体分型采取适度的情志护理手段。比如肝阳上亢型患者在日常护理和恢复期容易表现出烦躁易怒、肢体

拘挛等状态,利用音乐疗法和指导患者深呼吸,改善患者的情志;心脾两虚型患者在日常生活中表现为抑郁寡言以及肢体乏力等症状,在情志护理中需要积极引导患者,告知患者近年来各种成功康复的案例,提高患者对治疗的信心。对于痰湿内阻型患者而言,在日常生活中表现出反应迟钝,肢体运动困难等,在护理中加强对患者的关心和引导,能提高患者治疗信心,提高患者自我效能感,帮助患者各方面受损功能可以迅速得到改善,促使患者可以迅速恢复正常生活。

## 3 总结

综上所述,针对中风恢复期肢体功能障碍患者实施中医护理技术具有良好的应用价值。研究表明,对患者开展针灸疗法、推拿按摩、中医熏洗、火罐疗法、艾灸疗法、中医电疗以及情志护理等多种以中医为基础的护理方法,能有效调节患者气血,疏通经络,促进患者局肢体部血液循环,改善神经肌肉功能,进一步促进患者肢体运动功能康复。在具体护理中,利用针灸刺激肢体功能特定的穴位能改善患者上肢屈肌能力,缓解下肢痉挛状态,采用推拿技术能利用手法推拿的方式提高患者关节活动能力以及肌肉力量,配合中医熏洗、艾灸等方式,能利用温热效应使药材渗透到患者病灶位置提高患者身体代谢能力,引入火罐、电疗等方式能改善患者运动控制能力,提高患者在恢复期的活动能力,改善患者生活质量。研究指出将多种技术相互融合,能系统干预患者中风后的各项后遗症,使患者的病情得到明显控制和改善。但是当前在研究中医护理技术对中风患者护理时,由于技术操作标准化程度不明确,导致临床效果评估难度大,今后在研究中需要进一步完善中医护理效果标准化评估方法,建立标准的操作规范,深入探究中医学理论对中医护理技术的指导作用,推动中医护理技术在中风等复杂疾病康复期间的规范化应用。

### [参考文献]

- [1]许敬玲,许秀影,应亚云.中医护理技术干预中风恢复期肢体功能障碍的研究进展[J].中国卫生标准管理,2025,16(10):190-193.
- [2]王美兰.早期护理干预联合中医护理技术在中风后偏瘫患者护理中的效果研究[J].中外医疗,2024,43(12):149-152.
- [3]宋王丽.中医护理技术在中风恢复期患者中的应用效果[J].名医,2023(9):120-122.
- [4]衡思巧,李媛媛,张艳,等.早期护理干预联合中医护理技术在中风后偏瘫患者护理中的效果观察[J].中医临床研究,2022,14(33):67-69.

### 作者简介:

张发家(1996.04-),男,汉族,四川成都人,本科,护师,研究方向为中医护理(慢阻肺,中风,急性胰腺炎)。