

• 脑卒中与偏瘫康复 •

平衡板训练对偏瘫患者立位平衡的影响

宋志香

[摘要] 目的 研究脑卒中偏瘫患者使用平衡板康复训练对其立位平衡的影响。方法 26 例脑卒中偏瘫患者作为受试者,分别对其使用平衡板训练前后进行平衡能力定量评定。结果 患者使用平衡板训练后,平衡障碍明显好转($P < 0.01$)。结论 使用平衡板训练能改善偏瘫患者的立位平衡。

[关键词] 平衡板;偏瘫;立位平衡

中图分类号:R743.3,R493 文献标识码:B 文章编号:1006-9771(2002)10-0586-01

脑卒中偏瘫患者的平衡能力多有下降,表现为偏瘫侧肌张力下降、平衡能力降低、运动感觉减退、髋部肌群随时间变化离心性收缩减弱,常常容易摔倒。采用踏摇平衡板训练可提高骨盆躯干的控制能力及患侧下肢的支撑能力,在运动中加强重心的稳定性,调整姿势。本研究的目的在于分析偏瘫患者使用平衡板训练对其立位平衡的影响。

1 资料和方法

1.1 临床资料 26 例脑卒中偏瘫患者作为研究对象,其中男性 20 例,女性 6 例,年龄 42—74 岁,平均(59.46 ± 6.75)岁;出血性脑卒中 3 例,缺血性脑卒中 23 例;左侧偏瘫 14 例,右侧偏瘫 12 例;患病时间 1—13 个月,平均(4.96 ± 3.50)个月。

1.2 评定方法 运动功能评定采用 Brunnstrom 法:上肢 4 级,下肢 5 级。日常生活能力评定采用 Barthel 指数,平均积分: 87.89 ± 15.24 。

1.3 评定标准 立位平衡能力评定采用以下基本项目标准(见表 1)。

统计学分析采用 t 检验。

1.4 训练方法 所有受试者均使用本康复科准备的平衡板,型号 KF43-44。受试者双脚左右或前后分开同肩宽立于平衡板上,治疗师位于患者患侧缓慢踩动平衡板,同时保证患者安全。随着平衡板左右或前后摇动,患者自动调整姿势,控制立位平衡。每天训练 2 次,每次 20 遍,2 周为 1 个疗程。

2 结果和讨论

受试者使用平衡板训练后,平衡能力明显提高($P < 0.01$,见表 2)。

本研究表明,偏瘫患者使用平衡板训练后能进一步改善立位平衡。反复左右、前后摇动平衡板,可促使患者随时调整姿势,充分体验每个动作的感觉和所需力度,提高运动控制能力,促进肌群协调运动,进一步促进运动平稳,从而改善立位时左右、前后的平衡能力。因此,对脑卒中患者,医生应根据其平衡功能受损程度,进行平衡板康复训练以改善其立位平衡功能。

表 1 立位平衡能力评定项目及评分

分数项目	1 分	不判分
由椅坐位起立	能	不能或抓住固定物能起立
取跪立位	能	不能或抓住固定物能跪立
保持跪立位	稳定	不能或一推即不稳
膝行	能	不能或抓住固定物能膝行 或一推即不稳
跪立位一侧	健脚能	不能或抓住某固定物能立起
膝立起	患脚能	
保持一侧跪位	健脚稳定	不能或一推即不稳
	患脚稳定	
由一侧跪位起立	健脚能	不能
	患脚能	
保持立位	能	不能
单腿站立	健侧可	不能
	患侧可	
单腿跳	健侧可	不能
	患侧可	
共计	10 分	

表 2 偏瘫患者使用平衡板前后
立位平衡评定参数: $\bar{x} \pm s$ (分), $n = 26$

项目	平衡评定	P 值
使用平衡板前	4 ± 0.5	< 0.01
使用平衡板后	9 ± 0.5	

作者单位:100038 北京市,北京铁道部总医院综合康复科。作者简

介:宋志香(1966-),女,主治医师,主要研究方向:综合康复治疗。

(收稿日期:2002-05-16)