

老年脑卒中患者家庭康复护理

王芳 何月红

(江苏省盐城市第一人民医院 盐城 224001)

关键词:老年人;脑卒中;康复护理

中图分类号:R 473.74

文献标识码:B

文献编号: 1671-4040(2007)01-0068-01

脑卒中患者大多仅经过 1 月住院抢救治疗后病情稳定、好转,回家休养,回家后难以得到系统和正规的康复治疗,从而错过最佳康复期,留下失语、偏瘫、自理缺陷等后遗症,给患者造成痛苦,给家庭造成负担,尤其是老年脑卒中患者由于年龄大、功能恢复差,更易造成残疾,因而对脑卒中患者进行家庭康复护理对促进康复、减轻家庭负担具有长远意义。自 2001 年 2 月~2005 年 6 月我们对 16 例脑卒中患者进行了家庭康复护理,收到满意效果。现报告如下:

1 临床资料

1.1 一般资料 16 例中,男 11 例,女 5 例;年龄 55~78 岁,平均 72 岁;其中脑出血 9 例,脑梗死 7 例;家庭护理持续时间 1~6 月,恢复情况见表 1。

表 1 16 例病人恢复情况

疾病	出院时症状	n	恢复情况	恢复时间
脑出血	偏瘫	6	生活自理	1~2 月
脑梗死	偏瘫	4	行动自如	1~5 月
脑出血	失语	2	能简单叙述需要	3 月
脑梗死	失语	1	能读报	3 月
脑梗死	偏瘫	2	借助拐杖,行走步态不稳	3 月
脑出血	偏瘫	1	仍不能下地活动	6 月

1.2 护理方法 病人出院前,我们通过观察、交谈等途径了解每位病人生理、心理及社会状况,查阅病历及各种护理记录,评估生理状况,包括疾病的程度,认知、语言、肢体功能,营养状态、睡眠、排泄等。制订个体化的康复训练计划,进行肢体语言康复训练、心理护理、健康教育及医疗指导(包括血压监测、用药指导等)。

1.3 服务方式 采用规律与随机性相结合,我们定期去家访及护理,开始每周 1 次,病人掌握康复训练方法后,改每 2 周 1 次,当病人恢复有护理效果时改每月 1 次,如有特殊病情变化,由家庭电话联系。

2 护理内容

2.1 指导功能锻炼 语言康复训练,采用渐进教学法,以发音器官训练开始,发音、音节、单字、单词、认人、计算,反复读,巩固效果,同时利用各种刺激法,强化病人的应答能力,并根

据失语类型,给予针对性指导,并提供录音磁带等,嘱家属耐心协助,不宜过急,对病人每一进步都表示肯定。

肢体功能锻炼: 偏瘫肢体功能恢复过程中除药物治疗外, 指导患者及家属定时进行肢体训练, 预防肢体挛缩、畸形,保持肢体功能位,防患肢受压。(1)按摩:能促进肢体血液、淋巴循环,改善皮肤营养,减轻肌肉萎缩。手法:用手掌顺神经、淋巴、血流方向,由末梢轻轻向心方向按摩,用力均匀。(2)被动运动:伸展处于缩短状态瘫痪肌肉,降低肌张力及兴奋性,进行指、肘、肩、膝等关节伸、屈、旋、收的运动,先小关节再大关节,运动幅度由小变大,训练次数、时间随病人身体情况而定,逐渐增加活动量,先床上翻身、移动,再坐起来逐渐站立行走。(3)日常技能锻炼:如穿脱衣服、进食、变动体位,指导病人从事适当的手工制作或写字,鼓励做一些力所能及的事情。

2.2 饮食护理 指导病人及家属掌握饮食营养知识,以清淡易消化、低热量、低盐(8g/d)为宜,少吃动物内脏及胆固醇高的食物,多食新鲜蔬菜、水果等含维生素 C、纤维素的食物,防止肠道对胆固醇的吸收,促进肠蠕动,防便秘。

2.3 心理护理 脑卒中患者由于长时间卧床,失去自理能力,易产生悲观失望情绪,拒绝功能锻炼,甚至产生轻生等不良情绪,影响康复效果,对此应详细交待家属防意外,并对病人耐心开导,指出脑子功能用则进、不用则退的基本道理,强调早期锻炼的好处和不肯锻炼的严重后果,只有坚持不懈的锻炼,才有光明前途,列举以前锻炼成功的病例,使病人树立信心并积极配合。

3 小结

随着社会发展,护理工作日益扩大,护理将逐渐走向家庭,走向社会。通过对 16 例脑卒中患者家庭康复护理,做好生理、心理、社会全方位护理,着重肢体、语言功能恢复及生活自理能力提高的护理收到较好的效果,从中体会到开展家庭护理,不仅有益于促进健康,提高生活质量,而且也有利于护士自身素质全面提高,加速护理事业发展。

(收稿日期: 2006-05-23)

(上接第 60 页)工作,水痘病例则屡见不鲜。中医学认为水痘是因外感时行邪毒,由口鼻而入,蕴结肺脾,脾主肌肉,邪毒与内湿相搏,外发肌表,故引起水痘疹。治疗以疏风清热、解毒凉血为主,笔者用自拟的凉血清痘汤为基础方进行加减内服,并配以祛风解表、清热透疹的中药外洗,获得较满意疗效。内服方中生地、天花粉、红紫草具有清热凉血、生津止渴、解毒透疹功效,连翘、淡竹叶、灯心草清热解毒、泻心火,桔梗清热宣肺,配以甘草利咽,防风、蝉蜕祛风止痒。外洗方中地肤子、苦参、白鲜皮、荆芥、蝉蜕解毒止痒,野菊花、金银花清

热解毒,赤芍清热凉血、活血透疹。中药内服清热凉血、疏风透疹,外洗祛风止痒、清热透疹。中药内服、外洗合用,疾病内外同治,共奏清热凉血、祛风止痒、解毒透疹之功效。风热祛,邪毒清,痘自消。

参考文献

[1]戴慎,薛建国,岳沛平,等.中医病证诊疗标准与方剂选用[M].北京:人民卫生出版社,2003.508~509
[2]齐家仪.儿科手册[M].上海:上海科学技术出版社,1991.187~188

(收稿日期: 2006-04-24)