

脑卒中患者的社区康复护理

Community Rehabilitation Nursing of Stroke Patients

周爽瑛

Shuangying Zhou

马陆镇社区卫生服务中心

中国·上海 201801

Malu Town Community Health Service Center,
Shanghai, 201801, China

【摘要】脑卒中是一种急性脑血管疾病,它对人类的健康有着巨大的威胁,很多脑卒中患者遭受着疾病的折磨,对其采取一定的康复护理能够有效减轻患者的病情。论文主要针对脑卒中疾病的危害、社区康复护理的意义以及相应的护理方法做了具体分析,以供参考。

【Abstract】Stroke is an acute cerebrovascular disease, which poses a great threat to human health. Many stroke patients suffer from the disease. Rehabilitation nursing can effectively alleviate the patient's condition. This paper mainly analyzes the harm of stroke, the significance of community rehabilitation nursing and the corresponding nursing methods for reference.

【关键词】脑卒中;社区护理;康复护理

【Keywords】stroke; community care; rehabilitation nursing

【DOI】10.36012/pmr.v1i1.108

1 引言

脑卒中具有极高的致死率和致残率,是世界上最严重的致死性疾病之一,并且在近几年脑卒中患者的人数呈上升趋势。加强护理对改善患者病情有很大的帮助,有助于其康复。

2 脑卒中疾病的危害性

脑卒中俗称“脑中风”,是神经系统的常见病和多发病,中国每年新发病人高达 25 万,每年因为卒中而死亡的人数可以达到 1500 万,大约每分钟就有 3 人死于卒中中。在脑卒中患者中,约有四分之三的患者会遗留轻重不同的残疾,四分之一遗留严重残疾,导致患者的自理能力、劳动能力受到影响,甚至完全丧失自理能力,不仅降低了患者的生活质量,还给患者家人带来了很大的负担与影响。近几年,随着医疗行业的不断发展和科学技术的不断进步,脑卒中抢救成功率有了明显提高,但是仍旧会有很大一部分患者出现脑卒中后遗症,例如,肢体麻木、反应迟钝、嘴歪眼斜、偏瘫、失语等。对于这些后遗症,目前还没有药物和医疗技术可以治愈,但是可以通过进行相应的康复训练来取得一定的成效。另外,脑卒中疾病的复发率也非常高,在一年内约有 20% 的患者可能会出现疾病复发。

脑卒中并不是中老年人的专属疾病,脑卒中可以由先天性因素和后天性因素引起^[1]。其中,后天性因素是主要因素,例

如,患者同时患有高血压、高血脂等慢性疾病,或者生活习惯不规律,吸烟、酗酒、饮食不健康等。脑卒中在各个年龄阶段都可能发病。

对于脑卒中患者来说,康复是一件长期的事情。因此,脑卒中患者长期待在医院是不太可能的,很多病人需要回家进行康复,而部分患者由于家人较忙或对康复知识了解较少,康复计划不能得到延续,从而耽误患者病情恢复,此时选择社区卫生服务站进行康复是一个很好的选择。良好的康复训练不仅可以减轻患者的痛苦,还可以使大部分患者实现独立行走,约有 60%~70% 的患者可以实现生活自理。

3 社区康复护理的意义

脑卒中患者在住院期间主要接受临床护理,由临床护士和临床医师对其康复进行指导。当其出院后,部分患者会选择由家属对其进行护理,但是由于家属对护理知识了解不够,护理效果往往不好。并且随着医学技术的不断进步,护理技术也在不断进步,家属不能及时获取先进的护理方法,使得患者康复成果不明显。而如果患者接受社区康复护理,社区护士通过使用科学的训练方法,能够有效提高患者的生活自理能力,同时可以在很大程度上改善患者的心情,有利于提高患者的生活质量。

4 康复护理在患者肢体功能康复上的应用

4.1 脑卒中患者偏瘫急性期的护理

护士在积极配合医生抢救、密切观察病情的同时,让患者以卧床休息为主,动静相结合;定时给患者更换体位,做好患者口腔、皮肤护理,预防压疮;同时定时活动患者的四肢,保证患者关节的灵活性,防止肌肉出现萎缩,在对患者按摩时要注意手法与力度,按摩要有一定的节奏,幅度要循序渐进,以保证患者身体的经络通畅。需要注意的是,在护理时要将患者的脚踝适当抬高,防止脚下垂;在将患者扶起站立时,应托起患者的肩胛部位,并且力度要轻柔,防止用力过猛使患者产生疼痛;对便秘患者可给予缓泻剂,避免强烈刺激,以免加重病情。

4.2 脑卒中患者偏瘫恢复期的护理

患者病情稳定后,可加强肢体功能锻炼,指导患者患肢做主动运动,以提高中枢神经系统紧张度,活跃循环、呼吸等系统的功能^[1]。如果患者主动运动困难,则可以给予适当的辅助,主要由患者肢体发力来抬起瘫痪肢体;为了防止患者出现褥疮,社区护士还应当鼓励患者练习翻身,刚开始锻炼时可以让患者用手抓住病床的栏杆,同时要求患者家属予以配合,协助患者翻身。当患者逐渐适应康复训练,并且肌肉力量有所恢复后,可以适当延长训练时间,做好坐起训练、站立训练、徒手训练等;在进行锻炼时应注意防止患者跌倒导致病情加重。

4.3 脑卒中患者偏瘫后遗症期的护理

如果脑卒中患者已经出现了后遗症,社区护士应当加强对患者残余功能的训练,保证患者的残余功能得以继续发挥作用。虽然此类患者大部分在生活上不能完全自理,但是护士要尽可能指导其完成部分自理。在日常护理中,可以对患者进行健康教育,引导患者养成良好的生活习惯,同时指导患者正确对待疾病及其后遗症。对长期卧床不起的患者,要指导家属采用正确的护理方法,预防压疮、感染等并发症。

5 脑卒中患者心理康复护理

5.1 脑卒中急性期心理护理

患者因突然患病,心理问题较多,常表现为焦虑、易伤感、易激惹等。护士要利用鼓励、暗示、支持、疏导等方式对其进行心理调节^[2]。由于患者对病情并不了解,因此,很容易产生畏惧心理,此时护士需要耐心给患者讲解病情,减轻患者的心理压力;积极与患者进行沟通和交流,了解患者可以接受的护理方式,以制定合适的康复护理计划,促进患者康复。

5.2 脑卒中恢复期心理护理

心理护理是脑血管病患者进行其他康复治疗的条件。患

者家属的心理以及护理方式也会对患者的心理产生一定的影响。因此,社区护士在此期间需要积极和患者家属进行沟通,指导患者家属如何对病人进行辅助训练和护理,例如,帮助患者擦澡、洗脚等;另外,社区护士还应当适当给予患者一定的心理安慰,使患者信任护士,增强恢复信心。如果患者在康复期间有疑问,护士应耐心解答。有的患者会出现失语后遗症,面对该类患者,护士应当学会理解患者的手势,要通过患者的面部表情,举止行为了解患者内心活动,采取相应的护理措施。护士在与患者接触时,必须注意自己的面部表情、语气、语调,积极主动地为患者提供服务,避免不当的言行对患者心理造成负面影响。还有的患者会出现失眠症状,这也是脑卒中患者常见的症状,如果长时间睡眠不好,患者还有可能出现抑郁等问题,对此,护士可以为患者营造轻松、舒适的睡眠环境,指导患者正确服用安眠药。

6 脑卒中患者语言康复的护理

语言功能丧失是脑卒中患者常见症状,护理过程中要加强患者日常用语的训练,对患者开口讲话加以鼓励,稍有进步就予以赞扬,以增强患者信心。在与失语患者进行交流时语速要慢,同时语言表达要通俗易懂,如果患者在理解上有困难,护士应配以适当的肢体语言。如果患者只接受药物治疗,不接受康复护理,其肢体肌肉和脑部组织还有可能出现萎缩,引发更严重的残疾,因此,必须对脑卒中患者进行康复护理。早期介入康复护理,能够为患者各种功能恢复打下良好的基础,有效降低神经功能残疾程度,提高其生活质量,使之回归家庭或重返社会。

7 结语

综上所述,脑卒中的危害极大,会对患者及其家属的生活带来极大的影响,实施社区康复护理能够有效促进患者的康复,防止患者的病情进一步恶化和复发,既可以减轻患者病痛折磨,又可以减轻患者家属压力,有利于提高患者的生活质量,值得推荐。

参考文献

[1]高白洁,崔施,张雪萍,等.社区养老机构脑卒中患者康复期护理现状[J].齐鲁护理杂志,2017,23(20):69-71.

[2]金奕,徐旭东.脑卒中患者康复护理现状与展望[J].中国护理管理,2018,18(6):726-729.

[3]李娟.如何做好脑卒中社区护理[J].中华全科医学,2016,14(3):478-481.