

· 中医护理 ·

浅谈中风后遗症的康复护理

王淑芬 邓振云

(天津中医学院第一附属医院 300193)

中图分类号: R248.1 文献标识码: B

文章编号: 1005-1180(2001)02-0045-01

中风后遗症病程长, 肢体运动功能恢复慢, 给患者、家庭及社会均带来一定的负担, 因此对中风后遗症的护理研究应为康复医学的首要任务。必须结合临床症状, 针对不同病情, 采用心理、饮食、运动及药物等方法实施有计划的护理。

1 心理护理

中风后遗症的病程长, 病人易产生悲观情绪, 加上脑组织损伤后产生的精神障碍, 使很多患者长期处于抑郁状态, 因此心理护理应放在首位。首先做好耐心细致的解释工作, 指导病人调整生活节奏和习惯, 树立治愈疾病的信心。其次, 制造一个良好的治疗和生活环境, 适当参加一些轻松的社交活动, 从客观上改善病人的心理状态。

2 运动护理

2.1 上肢的运动锻炼: 1) 肩关节的运动。方法是以健侧手握住偏瘫的手不断做上举运动; 或者在房屋顶固定 1 个滑轮, 以绳子一头拴住瘫痪之手, 另一头用健侧手握住, 不断牵拉, 使患侧上肢不断地做被动上举, 每天至少活动 400 次以上。2) 肘关节活动范围较小, 故肩关节运动功能的恢复可以带动肘关节的功能恢复。3) 由于偏瘫肢体的腕关节常呈下垂状态, 所以每天坚持推墙动作数小时, 可促进腕关节功能的恢复。4) 指关节运动形式较多, 如解扭扣, 或让患者用患侧手指分别拣出各种混在一起的豆类。

2.2 下肢的运动锻炼: 1) 患者不能站立, 则令其仰卧, 先屈曲患肢, 然后牵拉伸直, 每天坚持牵拉、屈伸 200 至 300 次, 以促进患肢运动功能的恢复。2) 能站立后嘱其用健手扶桌边做下蹲起立运动, 每天 200 至 300 次。3) 足下垂者可做足背屈伸运动每天 200 至 300 次。4) 患者可自己站立行走时, 可锻炼如上下楼梯行走等。

2.3 语言功能的恢复: 先从数字音节开始练习, 从 1 到 10, 依次递增, 逐渐加大量, 然后指导患者对生活中心所能见到的各种生活用品及其他物品练习发音, 从词

组开始再深入到简单的句子直到复杂的句子。

3 饮食护理

首先是饮食有节, 建立一个良好的饮食习惯。中风病人的饮食应以清淡素食为主, 多食水果、蔬菜及豆类食品以保持大便通畅。戒烟戒酒。五味不宜过偏。中风后遗症期患者大多有不同程度的气虚血虚, 阴虚或阳虚。故在医生指导下适量的进食滋补品有益于患者的康复。如甲鱼、鸡蛋等具有滋阴凉血之功效, 牛奶、羊肉具有益气壮阳之功效, 精瘦肉有补气血之益而无上火之弊。

4 药物护理

4.1 药枕法: 菊花 500 g, 冬桑叶 500 g, 野菊花 500 克, 辛黄 500 g, 薄荷 200 g, 红花 100 g, 混匀捣碎, 拌入冰片 500 g, 装布袋, 当睡枕可使用六个月, 对治疗高血压、中风后遗症有疗效。

4.2 药浴法: 用天津中医学院第一附属医院的“针洗壹号”浴液 500 ml 与温水相混, 浸泡肢体约 30 分钟后洗浴, 可起到通脉活血化瘀之功效。

(收稿日期: 2001-03-21)

浅谈护理专业学生的素质教育

曹树军

(天津中医学院第一附属医院 300193)

中图分类号: R248 文献标识码: A

文章编号: 1005-1180(2001)02-0045-02

素质教育已为全社会所提倡, 对护理专业的学生进行素质教育同样势在必行, 21 世纪需要什么样的护理人才? 具备什么样的知识能力和素质才能适应新形势的需要? 随着广大劳动人民群众对健康需求的增加, 都希望得到高级的保健, 而护士是必不可少的。护士在健康服务体系中不仅仅是一个照护者、治疗者, 而且是健康的维护者和教育者。培养护士学生的优秀素质, 向临床输送高水平护理人才是摆在我们教育工作者面前的一项艰巨的课题。为此我们要注意以下几个方面:

1 引导护生树立正确的人生观、价值观、世界观

护校学生一般为初中毕业生, 思想尚不成熟, 容易

受外界环境影响,加强思想品德教育,给予正确的导向,帮助她们建立良好的心态,培养独立思维的能力、应变能力、交流技巧、创新意识等等,真正做到“以病人为中心”,真正树立“为人民服务”的宗旨,增强职业的责任感和自豪感。

2 适应新形式,培养实用性护理人才

2.1 树立现代护理观 现代护理是一门科学,以护理程序为基础的整体护理模式已广泛开展,应教育护生接受这种全新的思维方式,以指导未来的工作,使护理工作向高质量、高层次方向迈进。

2.2 打好理论基础 “理论是实践之母”,只有掌握了丰富的专业知识,今后在实际工作中才能将理论用于实践,把两者有机结合起来,以指导临床工作。

2.3 提高专业技能 护理学是一门实践性很强的学科,实际操作能力相当重要,提高动手能力,指导护生掌握操作要领,规范流程和要求,培养护生在今后工作中规范工作的良好习惯。

2.4 培养慎独精神 护理工作大部分工作需独立完成,“慎独”精神是一名合格护士首先应该具备的,在学校教育中就要给护生明确这样的观点:即领导在与不

在一个样,独立工作与集体工作一个样,检查与不检查时一个样,夜班与白班一个样。这是对患者负责,也是对自己负责。

2.5 加强护士语言、行为、衣着方面的规范 从语言、坐、立、行等方面严格要求,树立白衣天使的美好形象。安排文学赏析、音乐讲座、形体等选修课程,潜移默化中提高护生自身修养,以美好形象展示白衣天使的风采。

3 加强心理培养,提高护生的心理健康水平

在学校期间应加强丰富多采的课外活动,以减轻学习和实习期间所造成的压力,使同学之间的关系更加融洽,彼此更加信任,特别是对护生的心理特点,提高心理承受能力,帮助她们解决实际困难,促进心理健康。同时注重教学方式和方法,做到管理育人。

总之,中专护生所处年龄阶段恰逢青春期,思想尚不成熟,但接受新事物快,凡是健康的、积极的引导都会使她们蓬勃向上发展,只有多方努力,加强全方位教育,才能培养出素质精良、德才兼备的护理人才。

(收稿日期:2001-02-06)

(上接第 44 页)

28 例。年龄 54~81 岁,平均年龄 62.3 岁。以上病例均符合 1980 年全国第三次肺心病专业会议修订标准,疾病史 10~45 年不等。

2 治疗方法

全部患者均住院治疗。入院后采用(抽签法)分成治疗组和对照组。两组均采用消炎、止咳、平喘、祛痰等常规治疗。治疗组再给予生脉注射液 80 ml 加入 5% 葡萄糖液 250 ml 静脉滴注,每日 1 次,14 天 1 疗程,所有病例为 1~2 个疗程,而对照组则加用强心利尿剂治疗。

3 疗效观察

显效:咳嗽、咳痰、心悸、气促缓解,水肿消失,肺部罗音消失或显著减少,紫绀明显减轻,心率降至 100 次/分以下。有效:咳嗽、咳痰、心悸、气促好转,水肿减轻,肺部罗音减少。无效:症状、体征无好转或加重。

4 结果

治疗组显效 26 例,有效 4 例,无效 2 例,显效率 81.3%,总有效率 93.8%;对照组显效 5 例,有效 2 例,无效 4 例。显效率 11.1%,总有效率 88.6%。两组对比,治疗组显效率明显高于对照组,差异有高度显著

性($P < 0.01$)。

5 讨论

肺心病患者同时存在着缺氧,酸中毒,儿茶酚胺过多等情况,对洋地黄类强心剂易于中毒。利尿药易使电解质紊乱,并且利尿过多后还会使心脏前负荷降低,引起心排血量不足。生脉注射液则无此弊端,而且疗效好。使用生脉注射液改善肺心病心衰的机理可能与其能增加心脏贮备能力,提高机体耐缺氧有关,能使输出量增加,机体缺氧缓解,血浆中 PRA、AngI 和 ALD 水平下降。降低血粘稠度,降低循环阻力,抑制 IFE 抗体介导的体液免疫,激活网状内皮系统,促进细胞免疫及肾上腺功能,增加人体内源性糖皮质激素的释放对抗内毒素,有利于清除气道非特异性炎症,扩张支气管,改善通气功能,同时,非特异性抗炎作用有利于炎症的消散,与抗炎药有协同作用。

生脉注射液与生脉散煎剂相比,仍然保留了生脉散中人参大补元气,麦冬生脉清心,五味子敛气固表之功效,对气阴两虚的心衰患者尤为适用,其功效是任何西药不可代替的。

(收稿日期:2001-02-01)