

· 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