

# 脑梗康复护理的方法与注意事项

□ 刘青晓

脑梗塞,又称脑卒中,是我国中老年人常见的脑血管疾病。据统计,我国脑梗塞患者数量逐年上升,给社会和家庭带来了沉重的负担。脑梗塞后,部分患者会出现偏瘫、言语障碍等症状,严重影响生活质量。因此,脑梗塞的康复护理至关重要。本文将从急性期、恢复期、心理护理、饮食护理和用药护理等方面,为大家科普脑梗塞康复护理的知识与注意事项。

## 一、急性期康复护理

在脑梗急性期,患者的大脑皮层功能受到损害,导致肢体运动、言语、认知等功能障碍。此时的康复护理应以保持患者生命体征稳定、防止并发症为主。具体注意事项如下:

- 1.采取正确的体位:保持瘫痪肢体功能位,防止关节功能丧失。对于卧床不起的患者,应定期翻身,避免压疮的发生。
- 2.适当的肢体被动运动:为防止肌肉萎缩及静脉血栓形成,应进行适当的肢体被动运动。一般每日被动活动上下肢2-4次,每次同一动作5-6遍,以患肢不痛为原则。
- 3.保持呼吸道通畅:对于有意识障碍的患者,应定期吸痰,保持呼吸道通畅,防止肺部感染。

部感染。

## 二、恢复期康复护理

恢复期一般指发病一周以后,病情稳定,神志清楚,并发病基本得到控制。此期以功能训练为主,包括语言功能、感觉功能、运动功能等,以及手部精细动作。具体注意事项如下:

- 1.功能训练:鼓励患者主动进行功能训练,如语言功能训练、运动功能训练等。对于不能自理的患者,家属应协助进行日常生活能力的训练,如穿衣、洗漱、进食等。
- 2.手部精细动作训练:通过手部精细动作训练,促进患者手部功能的恢复。如让患者进行抓握、拿取、拼图等训练。
- 3.辅以其他治疗方法:如针灸、理疗、按摩等,促进肢体功能早日恢复。

## 三、心理护理

部分患者在脑梗死恢复期间会出现肢体偏瘫、失语等问题,容易出现焦虑、烦躁、抑郁等不良情绪。此时,心理护理显得尤为重要。具体注意事项如下:

- 1.家属应多鼓励、陪伴患者:与患者保持沟通,了解患者的需求和困扰,及时给予解答和引导。

和引导。

2.避免在语言上刺激患者:在与患者交流时,要注意用词恰当,避免使用刺激性语言,以免加重患者的心理负担。

3.创造良好的康复环境:保持病房整洁、安静、舒适,为患者提供良好的康复环境。同时,可以播放一些轻松的音乐,缓解患者的紧张情绪。

## 四、饮食护理

饮食护理在脑梗塞恢复过程中同样重要。合理的饮食搭配有助于患者恢复体力,提高抵抗力。具体注意事项如下:

- 1.摄入高蛋白、高维生素的清淡食物:如鱼、瘦肉、蛋、奶、豆类等,以及新鲜蔬菜、水果等。这些食物有助于补充身体所需的营养,促进康复。
- 2.绝对禁止饮酒:酒精会刺激血管,加重脑梗塞症状,不利于康复。
- 3.注意进食姿势:进食的时候尽量保持坐位,不能坐起的患者需要将床头抬高30度左右,防止误吸。
- 4.定时定量进食:对于不能自理的患者,家属应定时定量进食,避免暴饮暴食或饥饿

过度。

## 五、用药护理

在脑梗塞恢复期间,患者需要继续服用抗血小板、抗凝、调脂、稳定斑块的药物。具体注意事项如下:

- 1.按时按量服药:患者应按照医生的嘱咐,按时按量服药。家属应监督患者服药情况,确保药物的有效吸收。
- 2.注意药物副作用:部分患者在服药过程中可能出现胃肠道不适、皮疹等副作用。家属应密切观察患者的反应,如有异常及时就医。
- 3.定期复查:患者应定期进行复查,了解病情变化和药物治疗效果。医生会根据患者的恢复情况调整药物剂量或更换药物,以促进康复。

总之,脑梗塞康复护理是一个复杂而漫长的过程,需要患者、家属和医护人员的共同努力。通过急性期和恢复期的功能训练、心理护理、饮食护理和用药护理等多方面的综合干预,帮助患者最大限度地恢复功能,提高生活质量。同时,我们也应该加强全民的医疗知识宣教,提高公众对脑梗塞疾病的认知度和重视程度,为脑梗塞患者的早日康复创造更好的社会环境。

(作者单位:广西水电医院)

# 甲状腺超声检查的原理与注意事项

□ 王丽

甲状腺超声检查是一种无创、无痛、操作简便的医学检查手段,对于甲状腺疾病的诊断、治疗和预后评估具有重要意义。本文将介绍甲状腺超声检查的重要性、原理、注意事项以及常见甲状腺疾病的超声表现,帮助大家更好地理解这一守护健康的“隐形卫士”。

## 一、甲状腺超声检查的重要性

甲状腺是人体内分泌系统的重要器官,担负着分泌甲状腺激素、调节新陈代谢、维持正常生长发育等重要任务。甲状腺超声检查能够清晰地显示甲状腺的形态、结构、血流信号等,为临床医生提供准确的诊断依据。通过超声检查,医生可以判断甲状腺结节的大小、

数量、质地、边缘等情况,以及是否存在甲状腺炎、甲状腺肿瘤等病变,从而制定相应的治疗方案。

## 二、甲状腺超声检查原理

甲状腺超声检查利用超声波的物理特性,将声波传播到甲状腺组织内,通过回声原理形成图像。超声波在传播过程中,遇到不同组织界面时会发生反射、折射和衰减等物理现象,形成不同的声像图。医生根据超声图像的特征,如结节的形态、边缘、回声、血流信号等,进行诊断和分析。

## 三、甲状腺超声检查注意事项

- 1.空腹检查:检查前需保持空腹状态,避免食物对超声波的干扰,影响检查结果。

2.避免剧烈运动:检查前一天应避免剧烈运动,以免影响甲状腺激素水平的稳定。

3.避免情绪紧张:检查前应保持情绪稳定,避免情绪波动影响甲状腺激素分泌。

4.告知病史:检查前需告知医生既往病史、药物过敏史等信息,以便医生更好地评估风险和选择合适的检查方法。

5.正确呼吸:在超声检查过程中,应按照医生的要求正确呼吸,以便更好地观察甲状腺组织。

## 四、常见甲状腺疾病的超声表现

- 1.甲状腺结节:结节形态规则或不规则,边缘清晰或模糊,内部回声均匀或不均,可见钙化灶、血流信号等特征。

钙化灶、血流信号等特征。

2.甲状腺炎:炎症病灶呈低回声或无回声区,边缘模糊,周围组织受累时可见水肿、充血等表现。

3.甲状腺肿瘤:良性肿瘤呈圆形或椭圆形低回声区,边缘清晰,周围组织受累时可见水肿;恶性肿瘤形态不规则,边缘模糊,内部回声不均,可见钙化灶、血流信号等特征。

总之,甲状腺超声检查是守护健康的重要手段之一,通过正确的理解和运用超声图像,可以帮助医生做出准确的诊断和治疗决策。为了确保检查结果的准确性,患者应积极配合医生的要求,遵循注意事项,共同守护健康。

(作者单位:邯郸邯钢医院超声科)

# 急诊医学的常见急症处理方法与应急措施

□ 张静

当人们谈起医学领域中最紧急的环节时,急诊医学无疑是一个不可忽视的角色。在医院里,急诊室往往是最忙碌、最关键的地方,因为它承担着守护生命的重要使命。急诊医生和护士们就像一支无形的军队,时刻准备着应对各种突发状况,拯救每一个来自生命线上的求助者。本文将介绍急诊医学的基本概念、涵盖范围、常见急症处理方法以及危机状况下的应急措施等方面的内容。

## 一、基本概念

急诊医学是一门以急症诊治和危机状况处理为主要内容的医学学科,旨在及时、有效地救治危重患者,降低死亡率和致残率。急诊医学涉及的范围十分广泛,包括创伤、急性病

发作、中毒、突发状况等紧急情况的处理。

## 二、涵盖范围

急诊医学涵盖的范围非常广泛,包括但不限于以下几种常见急症处理方法:

- 1.创伤:如车祸、跌倒、烧伤等引起的急症。
- 2.急性病发作:如心脑血管疾病、呼吸系统疾病等急性发作。
- 3.中毒:如食物中毒、药物中毒、气体中毒等。
- 4.突发状况:如意外灾害、公共卫生事件等紧急情况下的救援和处理。

## 三、常见急症处理方法

- 1.气道异物梗阻:采用头低脚高位,拍击背部或使用撬齿等方法使异物排出。
- 2.心绞痛:给予硝酸甘油或舌下含服速效救心丸等药物,同时休息和缓解情绪。

效救心丸等药物,同时休息和缓解情绪。

3.休克:根据病因进行液体复苏、升压药物等治疗,同时寻找病因并进行处理。

4.抽搐:保持呼吸道通畅,避免受伤,可给予镇静药物。

## 四、危机状况下的应急措施

- 1.意外灾害:迅速组织救援队伍,开展伤员搜索和转运工作。
- 2.突发公共卫生事件:做好疫情监测和防控工作,及时上报并采取相应措施。
- 3.危重症患者的转运:根据病情和交通情况,制定合理的转运方案,确保患者安全转运。

## 五、急诊医学的重要性

急诊医学在临床医疗中具有至关重要的

作用,它能够及时、有效地处理各种急症和危机状况,降低死亡率和致残率,保护人民群众的生命安全和身体健康。急诊医学需要医护人员具备丰富的医学知识和技能,以及高度的责任心和使命感,不断学习和提高自己的专业水平,为患者提供更加优质的服务。

总之,急诊医学作为守护生命的第一道防线,在临床医疗中具有非常重要的地位和作用。了解急诊医学的基本概念、涵盖范围、常见急症处理方法和应急措施等方面的内容,可以帮助人们更好地认识和应对各种危急重症和紧急情况,提高自我保护意识和能力。

(作者单位:河北省沧县医院)

# 帕金森病的发病机制、症状及治疗方法

□ 白永杰

帕金森病是一种常见的神经系统变性疾病,主要症状包括静止性震颤、运动迟缓、姿势平衡障碍、肌肉僵直、姿势异常等。这种疾病的发病机制目前尚不完全明确,但研究表明与遗传、环境、神经系统衰老等因素有关。接下来,我们将详细介绍帕金森病的发病机制、症状及治疗方法。

## 一、发病机制

目前普遍认为帕金森病的发病与黑质多巴胺能神经元变性、退化有关。黑质纹状体多巴胺能通路是大脑中的一个神经回路,这个回路中的多巴胺神经元通过释放多巴胺这种神经递质来调节肌肉的运动。当这些神经元变性退化时,就会导致多巴胺的缺乏,进而

影响正常的运动控制。此外,氧化应激、兴奋性氨基酸的神经毒性作用等因素也可能参与了帕金森病的发病过程。

## 二、症状

帕金森病的主要症状包括静止性震颤、运动迟缓、姿势平衡障碍、肌肉僵直、姿势异常等。这些症状通常从一侧开始,逐渐影响到同侧的下肢,并最终影响到整个身体。随着病情的进展,患者的生活质量会受到严重影响,需要采取相应的治疗措施。

## 三、治疗方法

1.药物治疗:药物治疗是帕金森病的主要治疗方法之一,包括左旋多巴等药物治疗。这些药物可以缓解症状,但长期使用会导致

药物副作用,因此需要医生根据患者的具体情况调整用药剂量和方式。

2.神经调控治疗:神经调控治疗是近年来兴起的一种治疗帕金森病的方法,包括脑深部电刺激(DBS)和经颅磁刺激等。这些治疗方法可以通过调节神经系统的功能来缓解症状,减少药物的用量。

3.手术治疗:手术治疗可以用于改善帕金森病的症状,包括神经核毁损术和脑叶切除术等。但这些手术方法已经逐渐被更为安全的替代。

4.康复治疗:康复治疗是帕金森病的重要辅助方法之一,包括运动疗法、物理疗法等。这些治疗方法可以帮助患者改善运动功

能,提高生活质量。

5.心理干预:帕金森病患者常常会出现焦虑、抑郁等心理问题,需要进行心理干预。心理干预可以帮助患者调整心态,提高生活质量。

总之,帕金森病是一种慢性神经退行性疾病,严重影响患者的生活质量。了解其发病机制、症状表现及治疗方法对于患者和家属具有重要意义。在应对帕金森病时,我们应采取综合治疗措施,以延缓病情进展,提高患者的生活质量。同时,加强公众对帕金森病的认识,提高社会对帕金森病患者的关爱和支持,也是推动帕金森病防治工作的重要方面。

(作者单位:郑州市第二人民医院)