

# 神经系统疾病的康复护理与心理支持

□ 白志红

神经系统疾病,如帕金森病、脑血管病等,不仅影响患者的生理功能,还对其心理状态产生深远影响。因此,康复护理与心理支持在神经系统疾病的治疗过程中显得尤为重要。本文将从康复护理和心理支持两个方面,详细探讨如何帮助患者更好地应对神经系统疾病。

## 一、康复护理的重要性

### 1. 全面监测与管理

神经系统疾病的康复护理首先需要患者的身体状况进行全面监测,包括生命体征、神经功能状态等。护理人员需指导患者正确使用药物,管理药物剂量,确保治疗效果。

### 2. 康复训练

康复训练是神经系统疾病康复护理的核心内容。通过专业的康复训练,如物理疗法、作业疗法等,可以帮助患者恢复运动功

能,提高生活质量。例如,帕金森病患者可以通过康复训练减轻肌肉僵硬和震颤,提高日常生活能力。

### 3. 生活技能重建

神经系统疾病可能导致患者失去部分或全部生活自理能力。康复护理中,护理人员会帮助患者进行生活技能的重建,如洗漱、穿衣、进食等,使其逐步回归正常生活。

## 二、心理支持的关键作用

### 1. 缓解心理压力

神经系统疾病患者常常面临巨大的心理压力,如焦虑、抑郁等。心理支持可以帮助患者缓解这些负面情绪,增强战胜疾病的信心。例如,通过心理咨询、心理疏导等方式,帮助患者理解病情,接受现实,积极面对治疗。

### 2. 提高治疗依从性

心理支持还能显著提高患者对治疗的依

从性。当患者对治疗充满信心时,他们更愿意遵循医嘱,按时服药,积极参与康复训练,从而提高治疗效果。

### 3. 个性化心理干预

每位患者的心理需求都是独特的。因此,提供个性化的心理支持显得尤为重要。医护人员需要深入了解患者的个人背景、性格特点以及心理反应,制定符合其需求的心理干预计划,如定制化的心理治疗、情绪管理技巧培训等。

## 三、康复护理与心理支持的协同作用

### 1. 建立信任关系

在康复护理与心理支持过程中,建立信任关系至关重要。医护人员应通过倾听、理解、尊重患者,展现真诚的关心,促进信任感的形成。这有助于患者更加开放地分享自己的感受和担忧,从而得到更精准的照顾。

### 2. 综合运用多种方法

康复护理与心理支持应综合运用多种方法,如药物治疗、物理治疗、心理治疗等。这些方法相互补充,共同作用于患者的身心,促进其全面康复。

### 3. 家庭与社会的支持

家庭和社会的支持也是神经系统疾病康复护理与心理支持不可或缺的一部分。家庭成员的关爱与理解、社会的包容与支持,都能为患者提供强大的精神动力,帮助他们更好地应对疾病挑战。

综上所述,神经系统疾病的康复护理与心理支持是患者全面康复的重要保障。通过全面监测与管理、康复训练、生活技能重建以及个性化的心理支持,医护人员可以帮助患者恢复生理功能,缓解心理压力,提高生活质量。

(作者单位:河北省霸州市第三医院)

# 中西医结合治疗神经内科疾病的优势

□ 洪芳芳

神经内科疾病涉及大脑、脊髓和周围神经,结构和功能复杂,种类繁多,如脑卒中、帕金森病、阿尔茨海默病等,症状和病程差异巨大,治疗颇具挑战性。传统的单一西医治疗或中医治疗在应对这些疾病时,都存在一定的局限性。而中西医结合治疗的模式,融合了中医和西医的理论和实践,为患者带来了新的治疗选择和希望。以下将分条阐述中西医结合治疗神经内科疾病的优势。

## 一、多维度治疗,提高疗效

中医注重整体观念和辨证施治,通过望、闻、问、切四诊合参,从整体上把握病情,调理人体气血阴阳平衡。西医则强调实证科学,运用现代科技手段,如影像学、神经电生理等,对神经内科疾病进行精确诊断和定

位。两者相结合,既能明确疾病的具体病变部位和病理机制,又能考虑到患者个体的差异和整体的状态,从而提高诊断准确性和治疗效果。

## 二、协同增效,减少副作用

中西医结合治疗能够发挥两者的优势,实现协同增效。在神经内科疾病的治疗过程中,西医的溶栓、降颅压、神经保护等药物治疗以及介入手术等方法,可以迅速缓解症状,恢复功能。而中医的针灸、推拿、中药等方法,则可以在西医治疗的基础上,进一步促进神经功能恢复,减轻副作用。

## 三、个性化治疗,优化方案

中西医结合治疗能够针对患者的具体情况制定个性化的治疗方案。中医通过辨证施

治,根据患者的症状、体征、舌苔、脉象等进行综合判断,制定个性化的中药和针灸治疗方案。西医则根据疾病的分期、分级等因素,制定相应的药物治疗、手术治疗或康复治疗等方案。两者结合,可以综合考虑患者的整体状况和疾病的具体情况,制定更加科学、合理、安全的治疗方案。

## 四、改善预后,提高生活质量

中西医结合治疗不仅关注疾病本身的治疗,还注重患者的整体健康和生活质量。中医通过调整饮食、起居、情志等方面,帮助患者改善体质,增强抵抗力,预防疾病的复发。西医则在健康教育、危险因素控制等方面发挥重要作用。两者结合,能够延缓疾病进展,减少并发症的发生,提高患者的生活质量。

## 五、推动医学创新与发展

中西医结合治疗神经内科疾病的过程,也是推动医学创新与发展的过程。通过不断探索和实践,可以逐步建立起一套完善的中西医结合神经内科诊疗体系,为患者提供更加全面、个性化的治疗方案。同时,加强跨学科合作和国际交流,借鉴其他国家和地区的成功经验,推动中西医结合在神经内科领域的创新发展。

综上所述,中西医结合治疗神经内科疾病具有诸多优势。未来,随着医学的不断发展和人们对健康的日益关注,中西医结合将会得到更广泛的应用和推广,为神经内科疾病的治疗开辟新的途径,为人类的健康事业作出更大的贡献。

(作者单位:河北省秦皇岛市第二医院)

# 焦虑:不安的“心跳”

□ 李姗姗

焦虑,这一情绪状态,如同心跳般无时无刻不在地影响着我们的生活和健康。在医学领域,焦虑不仅是一种情绪体验,更可能是多种因素交织导致的心理障碍。本文将从不同角度解析焦虑,旨在提供科学的认识和应对策略。

## 一、焦虑的定义与表现

焦虑是一种复杂的情绪状态,通常表现为过度的担忧、不安和恐惧。它可能源自生活压力、性格特质、遗传因素及突发事件等多种原因。焦虑的症状包括心理层面如过度担忧、恐惧、紧张,以及生理层面如心跳加快、呼吸急促、出汗、手抖等。这些生理反应不仅可能加剧焦虑情绪,还可能形成恶性循环,影响日常生活。

## 二、焦虑的成因分析

1. 生活压力:现代社会快节奏的生活方式和高压的工作压力,使焦虑成为普遍现象。

2. 性格因素:如完美主义者、敏感多疑者,往往对自己要求过高,对周围变化过于敏感,容易陷入焦虑。

3. 遗传因素:研究表明,焦虑可能与遗传有关,家族中有焦虑症患者的人,患焦虑症的风险增加。

4. 生理因素:大脑化学物质如血清素、多巴胺等的不平衡,以及荷尔蒙变化都可能导致焦虑。

5. 环境因素:突发的重大事件和长期的社会压力均可触发焦虑。

## 三、焦虑的诊断与治疗

焦虑的诊断需由专业心理医生进行,通过面谈、问卷调查等方式,全面了解患者的症状、病史及家族史。在排除其他可能导致类似症状的疾病后,医生会根据具体情况制定治疗方案。

1. 心理治疗:认知行为疗法是常用的治疗方法,通过帮助患者识别和改变不合理的思维模式和行为习惯,减轻焦虑情绪。此外,人际关系治疗、精神分析治疗等也有助于缓解焦虑。

2. 药物治疗:对于症状较为严重的患者,医生可能会开具抗焦虑药物,如选择性5-羟色胺再摄取抑制剂等。但需注意,药物治疗应在医生指导下进行,避免药物依赖。

3. 自我调节:对于轻度焦虑,自我调节方法如深呼吸、转移注意力、适当体育锻炼和冥想练习等,都能有效缓解焦虑情绪。

4. 物理治疗:在必要时,可以辅助物理治疗,如重复经颅磁刺激治疗,以及中医的针灸、按摩等。

## 四、结语

焦虑如同不安的“心跳”,时刻提醒我们面对生活的挑战。然而,通过科学的认识和有效的治疗,我们可以更好地管理焦虑,恢复内心的平静。记住,寻求专业帮助、保持积极乐观的心态、适当进行自我调节,是应对焦虑的重要法宝。让我们在医学的指导下,学会与焦虑共处,拥抱更加健康、幸福的生活。

(作者单位:河北省第三荣军优抚医院)

# 如何选择合适的检查方法

□ 刘娜

在现代医学领域,医学影像技术如同一双透视的眼睛,帮助我们深入了解人体的内部结构与健康状况,对于疾病的诊断、治疗方案的制定及疗效评估至关重要。

面对种类繁多的医学影像检查方法,如何根据自身情况选择合适的检查项目,成为患者及其家属关注的焦点。以下,我们将从几个方面探讨如何做出正确的选择。

## 1. 了解常见医学影像检查技术

首先,熟悉几种常见的医学影像检查技术是基础。主要包括:

X射线检查:利用X射线对人体进行照射,从而形成的影像。适用于骨骼系统、胸部及腹部某些疾病的初步筛查。

计算机断层扫描(CT):利用X射线围绕人体进行扫描,经计算机处理后显示人体的横

断面的图像,具有多方位、分辨率高、组织器官结构显示不易重叠等优点,适用于复杂结构如颅脑、胸腔、腹腔等疾病的详细诊断。

磁共振成像(MRI):利用较强磁场与人体内氢质子,在射频脉冲(无线电波)作用下产生的磁共振现象。对软组织分辨率极高,常用于神经系统、肌肉、韧带及部分脏器疾病的检查。

超声检查:利用超声波物理特性与人体组织产生回波信号进行成像。无电离辐射,适用于孕妇产检、心脏、腹部及浅表器官(如甲状腺、乳腺)的检查。

## 2. 明确检查目的

选择合适的检查方法,首要的是明确检查的目的。是为了筛查潜在疾病,确诊已知症状、评估治疗效果还是监测病情变化?不同的目的可能对应不同的检查手段。例如,对于怀疑骨折的

患者,X射线通常是首选;而对于脑部疾病的诊断,CT是首选,脑部神经系统诊断MRI可能更为合适。一般体检腹部或者腺体选择超声即可。

## 3. 考虑个体因素

年龄与身体状况:孕妇应避免X射线和CT检查,以免对胎儿造成影响可选择超声。

过敏史:某些强化CT或者血管检查时会用到造影剂,有过敏史的患者需提前告知医生。

## 4. 遵循医生建议

虽然了解基本的医学影像知识有助于我们做出初步判断,但最终的决策应基于专业医生的建议。医生会根据患者的病史、临床表现、体格检查及初步诊断,综合考虑后选用最合适的检查方法。

## 5. 了解检查前的准备事项

不同的检查项目有不同的准备要求。例

如,x线检查时检查部位不能有金属或者铁质物品等防止伪影产生。CT腹部检查前需空腹4小时并饮水,有利于胰腺及胃肠道疾病检出率;盆腔检查需要憋尿。MRI检查具有心脏起搏器,心脏瓣膜置换,动脉瘤夹闭金属物质等是检查的禁忌症。遵循医生的指导,做好充分准备,可以提高检查的准确性和安全性。

## 6. 关注检查结果与后续治疗

选择合适的检查方法只是第一步,更重要的是关注检查结果并积极配合后续治疗。与医生充分沟通,理解检查结果的含义,制定合适的治疗计划,是实现健康目标的关键。

总之,选择合适的医学影像检查方法需要综合考虑多方面因素,包括检查技术的特点、检查目的、个体因素、医生建议及检查前的准备等。

(作者单位:河北省石家庄市第二医院)