

了解脑卒中 抢救生命

▲ 河南省信阳一五四医院神经外科 许进志

脑卒中是一种严重的疾病,也被称为中风。它是由于脑部血管突然发生血栓形成或破裂导致的血液供应中断而引起的疾病。脑卒中对患者大脑功能造成严重的损害,甚至危及生命。了解脑卒中的病因和危险因素对于预防和及时救治至关重要。

脑卒中的症状

脑卒中的症状可以多种多样,取决于受影响的脑部区域和程度。常见的症状包括突然出现的剧烈头痛、突发性面部、手臂或腿部无力或麻木、言语困难、视力模糊、平衡和协调问题等。了解这些症状可以帮助人们及时辨认脑卒中的迹象并采取紧急行动。

抢救脑卒中的关键步骤

脑卒中是一种紧急情况,迅速的抢救措施可以拯救患者的生命并减少脑部损伤。在遇到脑卒中症状时,以下是关键的抢救步骤。

呼叫急救 在出现脑卒中症状时,立即拨打急救电话,告知急救人员患者症状的严重程度和持续时间。

识别早期症状 了解脑卒中的常见症状,包括突然出现的头痛、面部、手臂或腿部无力或麻木、言语困难、视力模糊等。如果你或他人出现这些症状,要立即行动。

快速就医 将患者尽快送往最近的急诊部门或脑卒中中心。选择专门处理脑卒中的医疗机构可以确保患者及时获得专业的治疗和护理。

接受专业治疗 医护人员会根据患者的情况进行评估,并采取适当的治疗措施。这可能包括溶栓治疗、手术干预或其他药物治疗。早期治疗可以最大程度地减少脑部损伤。

监测和护理 在治疗过程中,患者需要密切监测。医护人员会监测血压、心率、呼吸等指标,并提供必要的支持和护理。

提供心理支持 脑卒中不仅对身体造成影响,还可能对患者的心理健康产生负面影响。提供心理支持和情绪安抚对患者的康复非常重要。

脑卒中急救的常用方法

脑卒中发生后,紧急急救措施对于保护患者的脑部功能至关重要,以下是一些

常用的急救方法。

FAST 检测法 FAST是脑卒中早期识别的简易方法,它代表Face(面部)、Arms(手臂)、Speech(言语)和Time(时间)。如果一个人出现面部下垂、手臂无力或言语不清的症状,就需要立即就医。同时要注意记录发病时间,因为时间对脑卒中患者的抢救至关重要。

保持呼吸道通畅 确保患者的呼吸道通畅,避免任何阻塞。如果患者出现呼吸困难,可以采取头部仰置的姿势,但不要强行翻转患者的头颈部。

维持循环功能 监测患者的心率和血压,确保循环系统正常运作。如果患者心跳停止,应立即开始心肺复苏并呼叫急救人员。

卧位安抚 将患者安置在平躺位,头部稍微抬高,以有利于血液循环和减少颅内压力。

静脉溶栓治疗 在脑卒中发生的早期阶段,静脉溶栓治疗可能被用于恢复阻塞的血管通畅。这是一种紧急治疗方法,只能在特定的时间窗口内进行,并需要专业医生的指导和监测。

保持安静和稳定 为了避免刺激患者的大脑和心血管系统,应保持环境安静,避免嘈杂和剧烈的活动。

脑卒中是一种严重的疾病,但通过及时的认识、紧急抢救和有效康复,我们可以更好地管理它,并提升患者的生活质量。希望这篇科普文章能够帮助大家更好地了解脑卒中,并在需要时采取正确的行动,保护自己和他人的生命。



中风后遗症的中医护理

▲ 广西壮族自治区柳州市中医医院 邓莉华

中风又名卒中,是一种以出血性损伤或者脑部缺血为主要症状的脑部疾病。患者急性期过后,往往会出现不同程度的后遗症,从而在精神上、经济上给患者造成负担。因此,加强康复护理是促进患者恢复、减少复发的重要措施。本文详细介绍中医护理中风后遗症的方法,从而促进患者及早康复。

肢体偏瘫

护理人员要观察患者肢体肌力的变化,肌张力的变化,关节的活动,肢体的活动。根据病情的不同阶段,指导和协助患者做好肢体的摆放、肌肉的收缩和关节的运动,减轻肌肉挛缩,并缓解关节畸形。

定向透药治疗 中医采用定向透药治疗,取穴为肩井、曲池、合谷、外关、委中、昆仑、悬钟、阳陵泉等,通过经络穴位对患肢进行透药治疗,以利肢体康复。

中药封包治疗联合穴位按摩法 通过现代手段(中药外治现代化技术)结合中医经络理论促进肢体神经功能恢复,改善局部肢体循环,有效预防肩手综合征。

中药熏洗治疗 采用自制中药制剂进行患肢及足部熏洗,促进肢体血液循环,改善偏瘫肢体功能恢复。

舒筋活络浴包浴 先熏蒸,以药液浸湿患肢,浴之温度适宜。或将毛巾浸入药液中同煮15 min,煮沸后调整至保温状态,毛巾用长镊子夹起,将药液拧成麻花状,待温度适宜后涂患肢即成。

艾灸 遵照医嘱,在穴位上施以灸法。凡有痰热实证,痰火闭窍者(急性脑梗塞期),均不宜使用。

舌强语蹇

进行舌训练及口唇的训练 指导患者做撮嘴、磕齿等动作,反复进行,采用吞咽言语治疗,在进行发音训练的同时,对发音肌群进行刺激。

采用“示教-模仿法” 利用口形、语音训练,即训练者先以发音做好口形演示,再通过镜子,引导患者观察其发音的口形,对发音错误进行纠正。

进行单词、句子训练 对患者“单词-短句”的发音,先从简单的单词说起,然后再说短句。阅读训练和写作训练,在掌握了一般的词组和短句后,经过1~2周训练,就可以进行跟读或短文阅读训练了。

穴位按摩 遵照医嘱,以促进语言功能恢复为目的,对廉泉、哑门、承浆、通利等穴位进行按摩和推拿。

吞咽障碍

吞咽肌肉训练 指导患者发出A、Y、W、F等声响,以锻炼患者口唇肌肉的活动;张口,闭口,鼓腮,吐气,收缩颊部肌肉及口轮匝肌;常做促进面部及下颌部肌肉活动的咀嚼活动;伸出舌头,上下左右活动,使舌部肌肉得到锻炼。

诱发吞咽反射 指腹轻推拿患者下颌下方至甲状软骨部位,刺激舌头在口腔内的运动。

进食训练 根据病情,指导患者采取侧屈、点头吞咽等摄入适宜食物的技巧,选择进食去坐位或半卧位,以防误吸;少量多次食用,单次食量以不大于300 ml为宜。

关闭声口训练 咳嗽训练、屏息发声训练。在声门上吞云吐雾。深吸一口气憋气,将降食团放入口中,做2次吞咽动作的同时保持屏气,完成吞咽后马上咳嗽,再进行一次吞咽。

超声门上吞咽 吸气后憋气,用力下压,吞咽时憋气不停,下压不停,吞咽完毕马上咳嗽,这时就会出现气喘的现象。

按摩 患者取端坐位,全身保持放松状态,指导患者喝水3~5 ml进行正常吞咽1次,按“先颈部穴位,后面部穴位”的顺序按摩,以点按、指柔相结合的手法进行,每穴30次,分别在廉泉、人迎、承浆、地仓、颊车等穴位上。做完后给患者喝水3~5 ml,连续喝3次水。每次喝完水后,再用最大力度将其吞咽,然后继续进行下一轮穴位按摩,动作以30~60min/次为一周,连续按摩的方式进行。

便秘

按摩 以促进肠蠕动为目的,双手沿脐周顺时针方向按摩。腹部穴位按摩可取穴:中脘、天枢、气海及上巨虚等穴位,以增强肠蠕动和便意刺激,缓解便秘。

多喝水 鼓励患者多喝水,每天饮用1500 ml以上的水。

定时排便 要养成每天早上定时排便的习惯,克服长期上厕所和睡觉等不良行为。

均衡膳食 饮食以粗纤维为主,多吃黑芝麻、青菜、瓜果等增加肠胃蠕动的食物。此外,多喝水、戒烟酒、禁食甜食、豆制品、洋葱等产气多、刺激性强的食物。

便秘病人宜食清热润肠通便之品,气虚便秘病人宜食补气血之品,宜食润肠通便之品。

尿潴留

用中药封口(胃腹散)或用中药热包热敷下腹部,可起到通阳利尿的作用,增强膀胱气化功能,解除尿道括约肌痉挛,对温通经络,改善血液循环,疏通气血都有很好的作用。

小结

随着我国逐渐进入老年社会,中风发病率越来越高,中医在其治疗上积累了许多宝贵的经验,并将其运用到日常的护理工作中,建立起具有中医特色、中医护理无侵袭性操作的护理体系。通过刺激穴位,达到通经活络、祛邪扶正、益脑开窍、利咽通络的功效,从而为调理机体机能、改善脑功能提供更多的可能性。中医可改善脑卒中患者的预后,促进康复,改善生活质量。

