

脑卒中康复的原则和方法

▲ 安徽省皖南康复医院 李素婵

脑卒中的特点是发病率高,致残率高。本文带大家了解脑卒中康复相关知识。

康复治疗的最佳时间

脑卒中后康复治疗的最佳时间是发病后三个月内,这被称为脑卒中康复治疗的黄金时期。如果在一年多后进行康复治疗,患者各种功能恢复的效率将大大降低。长期卧床休息会导致脑卒中患者出现肌肉萎缩、关节挛缩变形、骨质疏松和皮肤损伤等一系列问题。因此,必须尽快对脑卒中患者进行康复治疗。患者只要生命体征稳定即可接受康复治疗。

康复治疗的原则

制定计划 脑卒中患者需要根据自己

的病情制定康复治疗计划。早期康复治疗应在患者意识清醒、生命体征稳定、病情评估不再进展时进行。脑卒中发作后,如果患者的生命体征和病情经过治疗后稳定,最早可以在48h内开始康复治疗。

循序渐进 脑卒中康复治疗的本质是学习、锻炼、再学习、再锻炼,逐步重建功能。脑卒中的康复治疗旨在动员剩余脑细胞的功能重组和再开发。首先,重建正常的运动模式,锻炼如何抑制异常的原始反射;其次,锻炼以增强肌肉力量;最后,还应注意对患者进行言语、认知、心理等多方面的康复训练。

医患配合 脑卒中的康复治疗需要康复医生和患者的配合。

做好防护 脑卒中的康复治疗应加强

脑卒中的预防措施,坚持康复训练和预防保护并进。

康复治疗的方法

运动疗法 用于恢复偏瘫患者的运动功能,主要是一对一,即康复治疗师对患者的手动治疗。治疗技术主要包括传统治疗技术、运动再学习疗法等。有必要根据患者的障碍情况选择适当的治疗措施和方法。

作业疗法 医生的主要工作内容是评估和治疗,培训需要反复进行。这是一种针对上肢运动能力、协调性和精细手部运动的康复治疗,与患者的生活能力密切相关。

物理治疗 如功能性电刺激、经皮神经电刺激疗法、生物反馈疗法、超声波疗法、痉挛肌电刺激疗法等,改善偏瘫肢体的肌肉和

循环问题。

言语治疗 治疗和训练失语症和构音障碍等言语障碍患者,以提高患者的言语交流技能。

心理治疗 脑卒中偏瘫患者常有抑郁、焦虑等情绪,需要及时、适当的心理干预。

康复工程 对于偏瘫肢体,可以配置适当的矫形支架,以防止肢体变形并辅助功能活动。同时,可以对患者的家庭环境进行适当的改造,以方便患者的家庭生活。

康复护理 这主要包括患者早期发病或卧床不起期间肢体功能位置的放置、被动活动、日常生活活动等。主要方法包括培训和指导。

脑卒中的早期康复应重点把握好卒中康复的黄金时间,持之以恒的坚持锻炼,以增强自身免疫力,早日回归家庭,回归社会。

尿毒症的原因和症状

▲ 四川省中江县人民医院 李华

尿毒症是一种严重的肾脏疾病,可能对身体的健康产生深远的影响。肾脏在人体中扮演着过滤废物、排除多余液体以及维持电解质平衡等关键角色。尿毒症在医学上被视为肾脏疾病的最终阶段,这提醒我们重视肾脏健康的重要性。本文将为你深入探讨尿毒症的成因、症状、危害和预防等方面,帮助你了解这一严重疾病以及维护肾脏健康的方法。

疾病概念

尿毒症是一种严重的肾脏疾病,它发生在肾脏功能严重受损或几乎完全丧失的情况下。尿毒症是由于体内废物和毒素在血液中积聚,无法通过尿液排出而引起的。正常情况下,肾脏会过滤血液中的废物、多余的物质和液体,将其排出体外,维持体内的化学平衡。

疾病原因

慢性肾脏疾病 这是最常见的尿毒症原因之一。长期的高血压、糖尿病、肾小球肾炎等疾病可以损害肾脏的结构和功能,最终导致尿毒症。

急性肾衰竭 这是在较短时间内肾脏功能急剧下降的状况,可能是由严重感染、肾脏缺血、药物中毒、肾结石等引起的。如果不及时干预,急性肾衰竭可能进展为尿毒症。

肾脏感染 严重的肾脏感染,尤其是败血症,可能对肾脏造成严重损害,导致尿毒症。

遗传性肾脏疾病 一些遗传性肾脏疾病,如多囊肾和肾小管间质性肾炎等,可能会导致肾脏损伤和功能减退,最终导致尿毒症。

药物和毒素 长期或高剂量使用某些药物,以及暴露于某些有毒化学物质的环境中,如重金属,可能会损害肾脏功能,引发尿毒症。

系统性疾病 一些系统性疾病,如系统性红斑狼疮、硬皮病等,可能对肾脏造成损害,导致尿毒症。

骨髓瘤 骨髓瘤等恶性肿瘤可以产生大量的蛋白质,导致肾脏滤过功能受损。

其他因素 高尿酸血症、血管炎、肾血管疾病等因素也可能损害肾脏功能,引发尿毒症。

典型症状

疲劳和无力 尿毒症患者常常感到持续的疲劳和无力,这可能与贫血、电解质紊乱以及身体废物积聚有关。

食欲减退和恶心 尿毒症患者可能出现食欲减退、恶心和呕吐,这可能与胃肠道功能受损、废物积聚以及电解质紊乱有关。

水肿 由于肾脏功能不全,尿毒症患者可能出现水肿,尤其是在脚踝、腿部和眼睑处。

尿量减少 尿毒症患者可能会出现尿量减少或排尿困难,这与肾脏功能损害有关。

疾病危害

电解质紊乱 尿毒症患者肾脏功能严重受损,无法有效排除体内多余的电解质(如钠、钾、钙、磷等),导致电解质紊乱。这可能影响神经、心脏和肌肉的正常功能,甚至导致严重的心律失常和生命危险。

贫血 肾脏在制造红细胞时会分泌一种促进红细胞生成的激素,但尿毒症患者肾脏受损,可能会导致贫血。贫血会引起疲劳、无力、头晕等症状。

骨骼问题 尿毒症可能导致骨骼问题,包括骨折和骨质疏松。这是因为肾脏功能不全会影响体内钙磷平衡,进而影响骨密度和骨结构。

高血压和心血管问题 尿毒症可能引发高血压,增加心脏和血管疾病的风险,如心脏病、心脏衰竭和脑卒中等。

神经系统问题 尿毒症可能影响神经系统,引发抽搐、痉挛、感觉异常和认知问题,甚至导致意识混乱和昏迷。

皮肤问题 尿毒症患者可能出现皮肤瘙痒、色素沉着、溃疡和皮肤感染等问题。

免疫功能下降 尿毒症可能导致免疫功能下降,使患者容易感染,且感染的治愈难度较大。

脑功能受损 尿毒症可能导致脑功能受损,影响思维、记忆和注意力等认知功能。

当我们深入了解尿毒症的成因、症状、预防和治疗方法后,不难发现维护肾脏健康对于整体健康至关重要。尽早识别和管理潜在的肾脏问题,采取积极的生活方式,遵循医生的建议,定期进行体检,都可以在一定程度上降低尿毒症的风险。

及时了解肝衰竭早期症状

▲ 海南西部中心医院 陈新秀

患者刘女士今年35岁,之前有乙肝病史。最近,她出现了黄疸症状前来就诊。通过肝功能化验发现,她的胆红素水平非常高,达到了316,同时胆汁淤积,凝血酶原活动度降低,组织凝血功能也出现异常。根据这些检查结果以及其他诊断,说明她正处于急性肝衰竭的早期阶段,她的肝细胞正在大量坏死,病情非常危重,死亡率也很高。目前,她已经住院接受系统治疗,给予抗病毒和保肝护肝,及内科综合治疗,以最大程度地避免进一步损害肝功能。

由此可见,及早了解肝衰竭早期症状,有助于我们提前预防和治疗。

肝衰竭的定义

肝脏作为人体的重要器官之一,因其具有合成、解毒、代谢、分泌、生物转化及免疫防御等功能,故又被称为“化工厂”。当多种因素(如病毒、酒精、药物等)导致其严重损害时,肝细胞可出现大量坏死,上述功能发生严重障碍或失代偿,进而出现以凝血机制障碍和黄疸、肝性脑病、腹水等为主要表现的一组临床症候群,称之为肝衰竭。

肝衰竭的常见原因

各型病毒性肝炎 甲、乙、丙、丁、戊型肝炎病毒,尤其是乙肝病毒感染,及乙肝患者不规律服用抗病毒药等都可诱发。

药物 某些药物可以对肝脏造成损害,例如抗生素、抗癫痫药物、非甾体抗炎药等长期或高剂量使用时可能引起药物性肝损伤,严重情况下可导致肝衰竭。

毒物中毒 酒精、草毒酮、有机磷农药等毒物对肝脏有直接损害作用。酒精性肝病是肝衰竭的主要原因之一。

缺氧性肝损伤 严重心脏病、休克、肺栓塞等可导致肝脏缺氧,引起肝细胞坏死,进而导致肝衰竭。

其他原因 肝癌、自身免疫性肝病、遗传代谢性疾病等也可能引发肝衰竭。

肝衰竭的异常症状

黄疸 黄疸是肝衰竭最为常见且最容易被察觉的一种症状,通常情况下,它会伴随着皮肤和眼球的发

黄。这也就是我们常说的“黄疸病”。它是因为肝功能减退导致胆红素不能及时代谢,从而积累在皮肤和黏膜组织中形成的。由于胆红素对神经系统的抑制作用,该症状还可能伴有头晕、乏力、恶心等感觉。

腹水 腹水主要是指在腹腔内堆积了过多的液体的情况。一般来说,近期出现腹胀、双下肢水肿、少尿等表现,那就要警惕了。医生给我们做检查的时候,查体可能会发现腹壁静脉曲张及腹部膨隆等。移动性浊音阳性提示患者腹腔内液体超过1000ml。当然,医生会给您做一种检查来确诊,这就是超声。超声是最可靠、最简单的腹水检查手段,还可以确定腹水量,初步判断来源、位置(肠间隙、下腹部等)以及作穿刺定位。

肝性脑病 在肝功能衰竭时,氨的生成、吸收增加而清除减少,导致血氨增加引起脑病。肝性脑病会引起患者的行为、情绪、言语、睡眠或行动方式发生异常变化。发作时可以表现为情绪激动、烦躁易怒、食欲下降、恶心、呕血或大便带血,晚期发病会出现嗜睡、昏睡、昏迷、丧失疼痛反应。起病急骤的肝性脑病可在数日内迅速进展,严重者可出现死亡。而起病缓慢的肝性脑病多见于肝硬化,脑部的症状可反复出现,逐渐的进入昏迷。

肝功能异常 肝衰竭时,肝细胞受损,肝的代谢和解毒功能将受到很大影响。因此,当谷丙转氨酶、谷草转氨酶、胆红素等人体中的指标出现明显异常变化时,就可能时肝衰竭。通过了解这些指标的变化,将可以帮助大家及早地发现肝衰竭,帮助身体更好地康复。

