

偏瘫患者家庭护理

罗 星

乐山市中医医院针灸推拿康复科 四川乐山 614000

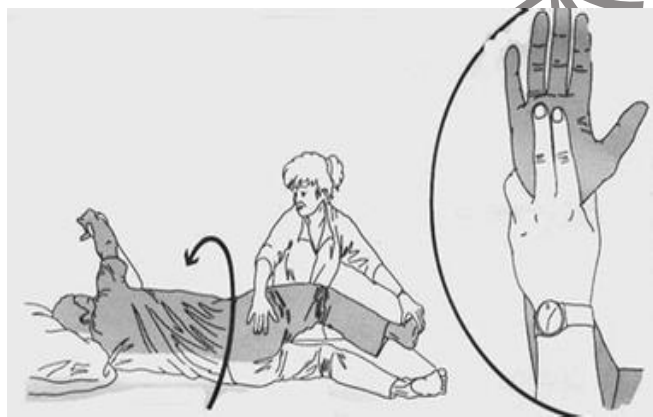
[中图分类号] R473.2 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2020) 06-129-01

近年来, 脑血管疾病的患病率持续攀升, 引起了医学界的热烈关注。脑血管疾病是一种致残率极高的疾病, 其所导致的残疾中, “偏瘫” 是最为常见的。偏瘫多是由脑外伤、脑卒中、脑肿瘤等脑部疾病导致的, 其多表现为一侧的肢体不能完全随意运动或是一侧肢体完全丧失随意运动的能力。偏瘫患者的生活自理水平极低, 行动也极为不便, 需要在家属的辅助下生活, 那么, 在日常生活中, 应该怎样对偏瘫患者进行家庭护理呢?

1 何为偏瘫?

“偏瘫” 俗称半身不遂, 是指人体同一侧的上下肢、面肌、舌肌下部的运动障碍, 多为急性脑血管病的症状。轻度的偏瘫患者尚能活动, 但走路时会表现出“上肢弯曲, 下肢伸直, 瘫痪的下肢每走一步都会画半个圈” 的姿势, 该姿势被称为“偏瘫步态”。

“偏瘫” 可根据其病情差异分为以下 4 种类型: ①轻偏瘫, 瘫痪程度极为轻微, 表现不明显。②迟缓性偏瘫, 患者多表现为一侧的上下肢肌肉张力下降, 随意运动受阻, 且神经系统的反射变弱或消失。③痉挛性偏瘫, 多由迟缓性偏瘫发展而来, 其特点表现为肌肉张力明显增强, 上下肢的伸、屈肌群运动受阻, 且常会出现痉挛。④意识障碍性偏瘫, 多表现为突发的意识障碍, 且出现偏瘫 (常会出现头、眼各一侧的偏斜)。



造成偏瘫的原因较为复杂, 但多与血脂、血液粘稠度增高所引发的疾病有关, 可概括为以下几点: ①动脉粥样硬化, 这是造成偏瘫的主要原因之一, 约 70% 的偏瘫患者患有动脉粥样硬化。②高血压, 这也是导致偏瘫的常见原因之一, 高血压会引发脑出血, 严重的脑出血会导致患者偏瘫。③脑血管先天性异常, 这是导致蛛网膜下腔出血、脑出血的常见因素。④心脏病, 如心内膜炎等, 有引发附壁血栓的可能, 造成脑供血不足, 从而引发偏瘫。⑤其他, 如情绪不当、饮食不节、劳累过度、用药不当, 或其他会引发大脑损伤的因素, 都有引发偏瘫的可能。

2 如何对偏瘫患者进行家庭护理?

对偏瘫患者进行正确的家庭护理, 是十分重要的, 对患者的康复起到至关重要的作用。偏瘫患者的家庭护理工作是十分繁琐的, 需要患者家属长期、持久、大量、细致的对患者进行护理。对偏瘫患者

的家庭护理主要可从以下几方面进行。

(1) 保证适宜的家庭休养环境

偏瘫患者的自主行动极为不便, 需长期呆在室内休养, 因此, 需为患者保持干净、舒适的休养环境。室内的温度尽量保持在 20-25℃ 之间, 室内湿度保持在 50-60% 范围内。要时常打开患者房间进行通风, 以保持空气清新 (注意, 不可让风直接对着患者, 以防感冒)。另外, 可为患者播放其喜爱的音乐、节目或为其提供杂志、报纸等, 以使患者“有事可做”, 使其保持心情轻松、愉悦。

(2) 饮食护理

对于偏瘫造成自主进食受阻的患者, 需家属辅助其进食。通常情况下, 在进行喂食时, 应让患者坐起或半卧起, 将患者的头部偏下健康的一侧, 以免食物呛入气管。另外, 在喂食时, 要尽量保持适宜的速度, 不可过快, 每口喂食量要合适, 不可过多, 以免使患者噎住, 若患者进食后出现咳嗽, 应轻拍其背部多次, 以帮助患者缓解。

(3) 穴位按摩 (被动运动)

偏瘫患者一侧的上下肢长期无法活动, 容易出现肌肉萎缩, 因此要适时对患者进行按摩或功能性训练, 以通调经络、流通气血, 以促进功能的恢复。在让偏瘫患者进行锻炼时, 通常以主动运动为主, 被动运动和按摩为辅。主要可进行以下操作: ①患者自主运动, 患者可利用健康的的肢体做一些幅度较大的活动, 如屈伸、上举、选转等, 另外可利用健康的肢体对瘫痪的肢体进行拉、推、揉等, 按照“大关节先动, 小关节后动” 的原则, 逐步加大活动量。②被动活动, 患者可按照医护人员的指导, 对患者进行患肢按摩, 例如, 将正红花油涂抹于患者瘫痪的肢体上, 按照医生指导的穴位, 进行轻柔、缓慢的按摩, 保持每个部位按摩 5-10 分钟, 每天进行 2 次按摩操作, 以使肌肉放松。

(4) 皮肤护理

要注意保持偏瘫患者的皮肤干燥、清洁。要保证患者所使用的床铺整洁、没有渣滓。另外, 每天都要帮助患者进行翻身 (通常 2-4 小时翻身一次为宜), 在进行翻身操作时, 要尽量避免拖、拉患者, 以免对患者皮肤造成损伤, 以此同时, 要注意观察患者是否出现骨骺凸隆出损伤 (可使用气圈垫于患者受压处, 以免出现压疮)。

(5) 心理护理

偏瘫患者常会受到极大的打击, 容易感到挫败, 出现烦躁、抑郁、悲观等消极情绪。因此, 在进行家庭护理时, 要注意与患者进行沟通, 对其进行鼓励, 舒缓其心情, 使其树立信心, 积极配合护理治疗。

(6) 其他

家属应鼓励、劝诫偏瘫患者坚持治疗, 按时吃药, 可定期去医院进行针灸治疗, 以帮助患者康复。另外, 在进行家庭护理时, 要注意监测、控制患者的血压, 还要注意预防上呼吸道感染 (感冒)、预防泌尿系统感染、预防褥疮等, 以免加重患者的身体负担。

“偏瘫” 对于患者来说不仅存在身体上的折磨, 还存在心理上的痛苦。家属在对患者进行家庭护理时, 要注意对患者进行心理情绪调节, 以使其积极配合, 怀有信心。家属要保持耐心, 为患者进行合理的按摩、敦促患者进行力所能及的运动。另外, 患者居家康复期间, 要为其保持良好的居家休养环境, 做好饮食护理, 以利于患者的康复。