

脑梗塞的护理措施你不知道有哪些

廖玉琼

四川省凉山州德昌县宽裕卫生院 四川德昌 615500

[中图分类号] R473.74 [文献标识码] A [文章编号] 2095-7165 (2021) 02-093-01

大脑,可以说是人体的“指挥官”,负责调节机体功能,保证全身器官的正常运行,一旦大脑出了问题,各种麻烦迟早会上你。脑梗塞——即缺血性卒中,好发于老年人群,但近年来也有发病年轻化趋势^[1]。我们来看一组简单的数据,我国每年约有新发脑卒中患者 150-200 万,每 10 万人中就有约 50 人因死亡,在各类脑血管疾病中,缺血性卒中占比达到 70%。从这组数据不难看出,脑梗塞在我国的发病率较高,且有着较高的致死率,已经成为威胁我国居民健康的重大疾病之一^[2]。这样看来,脑梗塞的确是一种可怕的疾病,但任何疾病的发生,都不是空穴来风,我们对于病因的探讨,能够为大家预防疾病提供思路,脑梗塞的常见病因有如下几种:(1)动脉粥样硬化;(2)脑动脉炎;(3)高血压史;(4)服药不当。

脑梗塞的发病往往突然,但存在一系列的前驱症状,包括头晕、头痛、恶心呕吐、一过性失语等症状,随着病程的进展,患者还可能出现肢体偏瘫、步态不稳、大小便失禁等^[3]。多年来的临床经验告诉我们,脑梗塞的治疗原则是:争取超早期治疗,在发病后的 4.5h 内接受溶栓治疗,发病后 6h 内接受急性期血管内治疗,治愈的几率较大,在此过程中,抗血小板治疗、抗凝治疗等也是必不可少的,对于原发高血压的患者,还应控制血压,原发糖尿病的患者,还应控制血糖,原发高血脂的患者,还应控制血脂。除此之外,还可以采取手术的方式治疗脑梗塞,但首先,应该根据北美 NASCET 标准确定动脉狭窄的程度,然后根据不同的狭窄程度等因素选择不同的干预方法。但是,我们也注意到,脑梗塞不仅致死率高,其致残率也较高,也就是说,部分患者即使通过治疗,脱离生命危险,也会出现诸如偏瘫、癫痫、口角歪斜、言语不清等后遗症,对患者的日常生活影响极大。

那么,怎样才能把脑梗塞对患者的损害降到最低呢?早期的功能训练是必不可少的,例如活动关节,做被动的屈伸运动,活动量由少至多,由被动运动变为主动运动。另外,还要做旋前、旋后、外展、内收等运动。尽早指导患者站立,做下蹲运动或移动步行,练习行走。对偏瘫侧的肌肉,要进行按摩,防止肌肉萎缩的发生。对口齿不清的患者,先从简单的词开始训练,再说较长的句子,使之尽快恢复语言表达。

在上述治疗方法之外,护理干预也是至关重要的一环,传统的护理往往是针对疾病展开的,多是观察患者病情、指导患者用药以及一些基础的日常护理,其对于患者本身的需求并不重视,甚至有时忽略了患者的感受,导致一些不必要的护患纠纷。那么,如何将优质护理应用于脑梗塞患者的护理中,会取得什么样的效果呢?

首先,我们来看看,优质护理是什么?优质护理是以患者为中心,强化基础护理,从而提升护理质量的一种护理方式。接下来,我们就具体的护理措施简述如下:(1)心理护理脑梗塞起病突然,患病后患者的生存质量明显下降,部分患者甚至出现无法自理的情况,对于患者的心理打击极大,这就使得患者出现焦虑、沮丧

等情绪。护理人员在与患者接触的过程中,要密切注意患者的心理状态变化,对于出现不良情绪的患者要主动与其交流,了解患者的心理诉求,并且给与患者安慰与鼓励,引导患者以积极的心态面对治疗,治疗依从性也会有所提升。(2)环境护理舒适、温馨的护理环境能够安抚患者心情,也能够帮助患者更快找到归属感,融入住院生活。因此,护理人员需对病房环境进行管理,做好病房的清洁工作,并且定时开窗通风、消毒,避免院内感染的发生。在进出病房时,动作尽量轻柔,限制探视人数与时间,为患者创造相对安静的护理环境。(3)饮食干预不良饮食习惯是导致脑梗塞的诱因之一,在患者住院期间,护理人员要对患者的不良饮食习惯进行纠正,例如高盐饮食、高脂饮食以及暴饮暴食等,指导患者合理饮食,重视钙质、蛋白质的摄入,并且多食用新鲜水果、蔬菜及纤维食物等。(4)健康指导由于脑梗塞患者容易出现行动不便的情况,因此,发生坠床、跌倒等意外的风险也明显增加,护理人员要做好安全管理工作,保证病房地面整洁无积水,在病床两边加设护栏,对患者及其家属进行安全教育。待患者病情稳定后,可以协助患者更换体位,防止关节痉挛、压疮发生。

在临床资料来看,优质护理对于脑梗塞患者的效果是显见的,患者护理前后的神经功能缺损评分对比中,护理后的神经功能缺损评分明显下降,说明患者的神经功能缺损得到了有效的改善,而护理满意度调查则是患者对于护理体验的评价,我们发现优质护理前,患者的护理满意度约在 75%-80%,优质护理后,可以达到 92%-95%,说明患者的护理体验得到了优化,更多的诉求得到了满足,护患关系也更加和谐。

其实,在现今医学水平下,脑梗塞的治疗并不是困难的事,但治疗后恢复时间较长,对于生活质量的影响较大,这使得预后效果不理想。因此,科学有效的护理十分重要,在优质护理干预下,脑梗塞患者的神经功能缺损得到了改善,为患者日后的生活自理、行走方便打下了基础。护理满意度的提升也说明患者的护理体验较好,心情愉悦,也给恢复创造了条件。但是,笔者在这里想说的是,脑梗塞可以治疗,但我们为什么不将它扼杀在摇篮里呢?在现实生活中,做到以下几点,其实就能够较为有效的预防脑梗塞:(1)防治高血压特别是有高血压史的朋友,应积极治疗。(2)调节情绪脑梗塞的发病也有情志方面的因素,在日常生活中,大家应尽力消除紧张情绪,避免激动、愤怒情绪,保持快乐心境,精神愉快。(3)合理饮食饮食要以营养丰富,易于消化食物为主。坚决做到“三低”,即以低盐、低脂肪、低胆固醇饮食为宜。(4)重视前驱症状若发现自己有不适的眩晕、头痛等症状,应及时去医院诊治,避免后患。聊了这么多,最后还是希望大家都能重视自己的身体,健康平安。

[参考文献]

- [1] 陈娜. 优质护理服务在老年性脑梗塞护理中的应用效果[J]. 医学食疗与健康, 2020, 18(9):124-125.
- [2] 张晓晴. 优质护理在提高老年脑梗塞患者生活质量及护理满意度中的效果探讨[J]. 世界最新医学信息文摘(连续型电子期刊), 2020, 20(51):283-284.
- [3] 任康洁, 杨璐. 优质护理改善脑梗塞患者负性情绪及护理满意度的效果[J]. 饮食保健, 2020, 7(27):111-112.

作者简介:廖玉琼(1976年8月~),籍贯:四川省凉山州德昌县,民族:汉族,职称:主管护师,学历:大专,主要从事:临床护理工作和公共卫生健康服务与管理工作。