

脑梗塞出院后要注意些什么

胡冰凌

四川省巴中市中心医院 636000

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 04-077-02

大脑属于人体的司令部，占据尤其重要的位置，并且大脑也是人体各器官中较为脆弱的部分，一旦发生脑梗塞，治疗及愈后效果普遍不尽人意。脑梗塞患者在医院度过急性期后，病情处于稳定状态，基本可以出院。但患者常因不具备对脑梗塞出院后的护理存在过多担心。对此，本本文将为大家科普有关脑梗塞出院后的注意事项，提高警觉性，降低疾病脑梗塞的再发生率。

一、脑梗塞是种什么病？

脑梗塞是指人体大脑支动脉发生阻塞后，引起脑组织缺血坏死，而诱发肢体功能障碍、感觉器官障碍、语言不利并伴发喝水呛咳及吞咽困难等问题。最常见的脑梗塞原因为大动脉粥样硬化，出现该疾病的患者通常存在高血压或糖尿病、高脂血症等慢性疾病，并且体态偏胖，存在不良生活习性，如吸烟喝酒等。

二、脑梗塞症状有哪些？

- (1) 语言不流利，文字识别困难；
- (2) 单侧或双侧肢体麻木；
- (3) 口周围麻木、流涎；
- (4) 暂时性的单眼失明或偏盲；
- (5) 恶心、呕吐、眩晕，存在肢体动作不协调，视物呈现双影状态；
- (6) 声音嘶哑并伴随记忆力丧失。

这些是脑梗塞的症状，日常生活中，若以上症状很快恢复，也需尽快到医院进行病因查明，避免疾病恶化。

三、脑梗塞发生的危险因素有哪些？

脑梗塞的发生与年龄、性别、气候、家族史等相关，然而更多的危险因素与患者平日生活方式，饮食作息相关。此外，还包含一些慢性疾病：

(一) 高血压

该疾病作为脑梗塞发生的重要危险因素，当收缩压或舒张压升高时，都存在脑梗塞的发病情况。因此，控制血压可降低脑梗塞的发生。

(二) 心脏疾病

如冠心病、心功能不全、心瓣膜病都使脑梗塞的发病率提高。

(三) 糖尿病或微血管疾病

糖尿病患者发生脑梗塞可能性与一般人相比较，并且持续高血糖会加重脑梗塞患者脑部损伤。

(四) 颈动脉狭窄

这是诱发脑梗塞的危险因素，在血压较低时会导致脑梗塞的发生。

(五) 不良生活作息

存在吸烟、酗酒史是脑梗塞发生的重点对象。

四、脑梗塞急性期的治疗

脑梗塞患者处于急性期时需严格卧床休息，降低脑血流风险，头部要抬高 30 度，保持肢体功能。并适当进行患肢及关

节锻炼，而当生命体征平稳后，可尽早在床上、床边进行活动。高血压患者在降压药物服用期间不可私自停药，且注意血压的变化，不宜骤降骤升，避免引起头晕，此定期复查血脂、血糖、血压，严格按照医生医嘱进行药物服用。

五、脑梗塞出院后有何注意事项？

(一) 生活及饮食方面

高血压病史患者需注重低盐饮食；高脂血症患者建议低脂饮食；糖尿病患者需要进行糖尿病饮食，并且少食多餐，控制糖的摄入，少吃水果，必要食用时需注重吃水果的时间，为两餐中间；高尿酸患者建议低嘌呤饮食，降低动物性肝脏及海鲜等食物。除了以上疾病患者需要注重的饮食以外，其余人群需均衡营养，避免偏食。存在吸烟或酗酒的患者请务必戒烟，节制饮酒，适当运动。

(二) 药物方面

脑梗塞患者需长期服用抗血小板药物及他汀类降脂药，我国脑梗塞患者常用的抗血小板药物为阿司匹林，有部分患者会同时使用两种血小板药物。在服用时需注意监测有无出血的风险，定期到医院复查血常规。而其他药物的服用时，需严格遵医嘱进行，不可私自增减药量。

(三) 出院后的康复训练方面

脑梗塞患者出院后需持续进行康复锻炼，使临床症状得以改善，并且要尽早开始，务必坚持。在住院期间，医生会为患者制定康复计划，出院后仍需巩固成果，有条件的患者可在康复中心的指导下完成康复锻炼，具备信心和恒心。

(四) 定期随访

脑梗塞患者出院后需定期到门诊进行复查，一方面可以降低在家治疗中的疑惑，还能对病情的变化起到监测作用，查看有无血管狭窄问题，或药物的服用情况是否符合标准，还可对其他疾病对该疾病的影响问题进行明确。

六、为什么清晨是发生脑梗塞的易发时期？

(一) 受血压波动影响

人体受生物钟影响，血压存在昼夜波动性，到夜间入睡时血压将下降一定幅度，使血流速度减慢，清晨脑梗塞患者会受血压升高影响，导致疾病发生；

(二) 与血液凝固有关

人体的血液在早晨 2:00 ~ 6:00 时血液中的纤维蛋白活性增强，使红细胞黏度增高，导致血液凝固性增加。并且在长时间的睡眠不吃不喝，没有进行水分补充的状态下，会使血浆丢失，血液浓缩，血浆黏度增大诱发脑梗塞；

(三) 与睡眠姿势有关

在睡觉时使用固定侧卧位，颈部处于扭曲状态，会导致颈动脉遭受压迫，形成供血减少或静脉回流不畅情况。因此，脑梗塞患者在睡眠期间需适当饮水，还应注意睡眠姿势，避免因固定侧卧位引发颈内动脉受压。

七、结束语

(下转第 78 页)

手术室护理管理体会

刘 艺

成都市第六人民医院手术室 610051

【中图分类号】R473

【文献标识码】A

【文章编号】1005-4596 (2021) 04-078-01

在手术室的护理工作中，与临床的科室相比，比较具有特殊性，主要的不同是在手术前的准备，手术中的配合以及术后的处理三大环节，并且把握好每个环节的质量以及管理，是能够配合医生进行手术，以及顺利完成的关键之一。

加强手术室护士长的调配人员管理

护士长应该了解护理人员每天工作的状态以及手术的情况，环境卫生，气血物品，急救药品的准备情况，为了可以方便采取措施而解决问题。并且监督检查护理人员对规章制度操作的流程以及执行的情况等再发现问题后，应该及时的进行纠正，并且杜绝出现差错，并且尽量的减少护理中的缺陷来确保在医疗工作中的安全，并且手术室护士长应该用科学的态度来分析科室所需要的工作实数，包括年度的手术的平均数，以及工作的总量，并且在本科内把工作的时间长，以及经验丰富的人员与年轻的，但是却缺乏临床经验的人员进行合理的搭配，并且在工作许可的情况下，可以选择人员进的比较先进的外院科室，进行专业的学习，来提高业务的水平。

手术室物品的消毒以及手术无菌质量的管理

护理人员应该在术前准备，包括手术室以及手术中所需要的器材物品的准备，并且要在手术中保证使用无菌操作技术原则，因为无菌操作，可以预防手术的切口出现创面感染，并且还可以保证切口的愈合良好和手术成功，而影响切口的愈合的因素，也有很多空气污染，接触污染手术器材缝线等，这些渠道都会造成切口出现感染，所以一定要严格的进行凝血操作技术。

手术室护理人员的素质管理

手术室内的护理人员应该具有非常高尚的职业道德以及过硬的专业操作技术，较强的应急能力的，护士长可以根据科室以及护人员个人的情况来制定管理制度，并且有计划，有

目的的护理员进行思想素质，来加强护理人员职业道德，并且按期的组织护理人员进行专业性的业务学习，来提高护理人员的理论以及专业嗯操作技术的水平，并且可以掌握各种新的手术的步骤，以及新以及新设备的使用方法，可以使护理人员在手术的过程中配合医生有条不紊，有利于手术的进行。

手术室应严防差错的发生

在手术前，护理人员应该对患者进行访视，并且了解患者的基本情况，解除患者应快要进行手术而产生的思想顾虑，在手术日也应该做到检查患者的皮肤以及备皮范围是否属于合格的状态，是否有进行清洁，并且检查患者的体质，了解患者的生命体征情况，以及术中的管理，并且要求进入手术室的患者应该进行换携带贸易及穿病号服，在数钱还要保持无影灯的清洁。手术室的温度应该保持在 25 度左右，因为温度过高，可能会引起切口出现感染，并且检查手术人员注意手臂的清洁，要彻底并且手术参观的人不易过多。

在手术中，护理人员在患者进入麻醉状态的时候，应该进行细致的护理，在患者麻醉后，保护性反射会消失，容易出现意外，所以护理人员不得离开手术室，并且注意调节室内的温度，防止患者着凉，护理人员还应该严密的观察患者的生命体征，保持患者静脉输液的，通常并且对你好，急用的物品，氧气以及吸引器等。当手术结束时，患者会出现躁动或者清醒延迟的现象，护理人员应该守在患者的身边，并且观察患者意识的变化，以及尿液的情况，待患者完全清醒以后，与主刀医师以及麻醉师共同送患者出手术室。

手术室的质量管理

在手术中所用到的器械物品都是非一次性使用的，在手术后应该认真的进行清洗和消毒，并且对有传染性疾病的手术器械物品以及手术室需要做特殊的消毒处理，然后再进行常规的消毒处理，对一次性使用的物品，应该进行处理后再销毁。

(上接第 77 页)

脑梗塞通常发病较急，在数分或数秒时间内将达到高峰状态，需及时采取治疗。当存在脑梗塞疾病需尽快就医，遵医嘱进行药物服用，出院后配合饮食调整康复训练，对日常生活

活习惯及危险因素进行控制，以确保治疗状态的提升。此外，养成良好的生活习惯，做到规律进食、清淡饮食、加强活动锻炼、增强体质。维持体重、戒烟、戒酒、保持良好心态，积极乐观的面对生活，也可使脑梗塞疾病愈后效果提升。

(上接第 79 页)

求，并且营造患者的良好的心态，通过对患者使用优质护理，来增强患者对治疗的依从性，并且保证服务的质量，给予角膜溃疡的患者优质护理，可以通过护理人员良好的心态来消除患者不良的心理问题，并且给予患者饮食的指导，增强患者的免疫力，从而提升患者的身体素质，有利于改善患者的眼部症状，加快眼部的恢复，并且增强患者的保健意识，提升患者的生活质量。在临床上值得推广和使用。

参考文献

[1] 杨丽红. 溃疡性角膜炎治疗效果与患者心理状况在护

理干预后的变化分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (32): 62.

[2] 占梦芳. 整体护理对溃疡性角膜炎患者疗效及心理状态的影响 [J]. 医疗装备, 2019, 31 (15): 171-172.

[3] 杨丽红. 溃疡性角膜炎治疗效果与患者心理状况在护理干预后的变化分析 [J]. 实用临床护理学电子杂志, 2019, 4 (32): 62.

[4] 占梦芳. 整体护理对溃疡性角膜炎患者疗效及心理状态的影响 [J]. 医疗装备, 2019, 31 (15): 171-172