

脑卒中后的家庭护理：让患者重拾生活信心

邱昌燕

泸县方洞镇卫生院 四川泸州 646138

脑卒中，俗称“中风”，是一种急性脑血管疾病，由于脑部血管突然破裂或因血管阻塞导致血液不能流入大脑而引起脑组织损伤。脑卒中不仅给患者带来身体上的创伤，更对其心理和家庭造成深远的影响。在患者出院回家后，家庭护理成为康复过程中不可或缺的一部分。本文将详细介绍脑卒中后家庭护理的各个方面，旨在帮助患者及其家庭更好地应对挑战，重拾生活的信心。

一、认识脑卒中的影响及症状

脑卒中可能导致一系列的身体功能障碍，包括但不限于偏瘫、失语、认知障碍、吞咽困难等。这些障碍不仅影响患者的日常生活能力，还可能导致其情绪低落、自我认同感降低。因此，家庭护理的首要任务是帮助患者重新建立生活的信心，提高生活质量。

脑卒中的症状多种多样，取决于受影响的脑部区域和损伤的严重程度。一些常见的症状包括：

- 突然出现的麻木或无力，特别是一侧身体。这可能会导致行走困难、握力减弱或面部下垂。
- 语言和理解问题。患者可能会突然找不到正确的词语，或者难以理解别人说的话，甚至出现失语。
- 视力问题，如突然出现的模糊、复视或视野缺失。
- 头痛，可能是剧烈的或不同于平常的头痛方式，如疼痛的位置、性质或持续时间发生变化。
- 眩晕或失去平衡感，可能导致摔倒。
- 认知功能障碍，如记忆力下降、注意力不集中或思维混乱。
- 心理障碍，如焦虑、抑郁或情绪波动。
- 其他症状还包括吞咽困难、二便失控、性功能障碍、全身疲乏无力、出虚汗、低热、胸闷、心悸，或突然出现打呃、呕吐等，这与植物神经功能障碍有关。

二、家庭护理的基本原则

- 个性化原则：根据患者的具体病情和康复需求，制定个性化的护理计划。
- 综合性原则：综合考虑患者的身体、心理和社会需求，提供全方位的护理服务。
- 循序渐进原则：根据患者的康复进度，逐步调整护理计划，促进患者功能的逐步恢复。

三、家庭护理的主要内容

(一) 身体护理

- 皮肤护理：保持患者皮肤清洁干燥，定期翻身拍背，预防压疮和肺部感染。
- 口腔护理：定期清洁患者口腔，保持口腔卫生，预防口腔感染。
- 肢体护理：协助患者进行肢体活动，防止肌肉萎缩和关节僵硬。对于偏瘫患者，可采用健侧带动患侧的方法进行被动运动；随着病情的好转，鼓励患者主动运动。
- 排泄护理：帮助患者建立规律的排便习惯，预防便秘和尿潴留。对于失禁患者，要及时更换尿布或纸尿裤，保持会阴部清洁干燥。

(二) 心理护理

来源期刊



中国期刊网

暂无封面

健康世界

2024年07期

相关推荐

同分类资源

更多

- [\[基础医学\]](#) 叙事护理结合人文关怀干预对儿..
- [\[基础医学\]](#) 肿瘤患者对于输液港护理知信行..
- [\[基础医学\]](#) 正念认知干预在青少年抑郁症患..
- [\[基础医学\]](#) 运用岐黄针疗法治疗帕金森病运..
- [\[基础医学\]](#) 挑四缝穴结合中药治疗肠系膜淋..
- [\[基础医学\]](#) 针刺治疗勃起功能障碍作用机理..
- [\[基础医学\]](#) 程序化护理措施在重症颅脑损伤..
- [\[基础医学\]](#) 心电图P波离散度联合QTc间期...
- [\[基础医学\]](#) 细节与风险双轨护理管理在消化..
- [\[基础医学\]](#) 心血管疾病治疗中他汀类药物的..

相关关键词

- 建立良好的家庭氛围：家庭成员要保持积极乐观的心态，给予患者足够的关心和支持。
- 倾听与理解：耐心倾听患者的诉求和感受，理解他们的情绪变化。
- 鼓励与肯定：鼓励患者积极参与康复活动，肯定他们在康复过程中取得的每一点进步。
- 寻求专业帮助：如患者情绪持续低落或出现严重心理问题，应及时寻求专业心理咨询师的帮助。

（三）饮食调理

- 合理搭配营养：为患者提供营养丰富、易于消化的食物，如鱼肉、瘦肉、蔬菜、水果等。
- 控制盐糖摄入：减少食盐和糖分的摄入量，以降低高血压和高血糖的风险。
- 增加膳食纤维：多吃富含膳食纤维的食物，如芹菜、菠菜等，以促进肠道蠕动预防便秘。
- 注意饮食安全：对于吞咽困难的患者，应给予软食或半流质饮食，避免误吸和窒息的风险。

（四）生活环境改造

- 安装扶手和防滑设施：在洗手间、浴室等容易摔倒的地方安装扶手和防滑垫等设施。
- 调整家具布局：根据患者的康复需求调整家具布局，方便其行动和生活自理。
- 保持室内清洁卫生：定期打扫房间卫生，保持室内空气流通和温度适宜。
- 配置紧急呼叫设备：为患者配置紧急呼叫设备，以便在发生意外时及时求助。

四、家庭护理的注意事项

- 定期随访：定期带患者去医院进行随访检查，以便及时了解康复情况和调整治疗方案。
- 预防感染：注意个人卫生和环境卫生，预防各种感染的发生。
- 避免过度保护：在保障安全的前提下，鼓励患者自己完成力所能及的事情，以提高其生活自理能力和自信心。
- 及时调整护理计划：根据患者的康复进度和需求变化，及时调整家庭护理计划。

五、结语与展望

脑卒中后的家庭护理是一项长期而艰巨的任务，需要家庭成员的共同努力和坚持。通过本文的介绍，我们希望能够帮助患者及其家庭更好地应对挑战，重拾生活的信心。在未来的康复过程中，随着医疗技术的进步和社会支持体系的完善，我们相信脑卒中患者的康复之路会越来越宽广。让我们携手共进，为脑卒中患者的康复和生活质量提升贡献自己的力量！

同系列内容

1	光固化复合树脂与玻璃离子水门汀应用于楔状缺损患者填充的优势评价	329	2024-07
2	公共管理视域下医院公共医疗服务质量管理	292	2024-07
3	产后康复全攻略：如何科学恢复身体健康？	211	2024-07
4	骨折后应该如何紧急处理？哪些情况下需要立即就医？	368	2024-07
5	放射技师的角色：体位摆放与患者安全	279	2024-07
6	孩子情绪低落、不愿意上学，是不是心理问题？家长如何应对？	251	2024-07
7	肠梗阻患者必知的生活习惯调整建议	292	2024-07
8	急诊护士怎样做好突发事件的应对	276	2024-07
9	高温中暑怎么办？急诊急救教你如何降温处理	197	2024-07
10	孩子总说头晕，难道真的是贫血？家长该如何神助攻？	190	2024-07

[查看全部](#)

