

NAOCUZHONG HUANZHE DE JIATING YANGHU

脑卒中患者的

家庭养护

◆ 主编 王 刚 王文忠



 科学技术文献出版社

脑卒中患者的 家庭养护

主 编 王 刚 王文忠
副主编 姜晓波 陈 雨
编 委 陈 艳 曹立峰 高 勇
朱学强 刘玉霞 王丽君
边建成

科学技术文献出版社

Scientific and Technical Documents Publishing House

北 京

图书在版编目(CIP)数据

脑卒中患者的家庭养护/王刚,王文忠主编. -北京:科学技术文献出版社,2007.8

ISBN 978-7-5023-5709-2

I. 脑… II. ①王… ②王… III. 中风-防治 IV. R743.3

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2007)第 103708 号

出 版 者 科学技术文献出版社
地 址 北京市复兴路 15 号(中央电视台西侧)/100038
图书编务部电话 (010)51501739
图书发行部电话 (010)51501720,(010)68514035(传真)
邮 购 部 电 话 (010)51501729
网 址 <http://www.stdph.com>
E-mail: stdph@istic.ac.cn
策 划 编 辑 李 洁
责 任 编 辑 李 洁
责 任 校 对 唐 炜
责 任 出 版 王杰馨
发 行 者 科学技术文献出版社发行 全国各地新华书店经销
印 刷 者 北京国马印刷厂
版 (印) 次 2007 年 8 月第 1 版第 1 次印刷
开 本 850×1168 32 开
字 数 262 千
印 张 11.5
印 数 1~6000 册
定 价 18.00 元

© 版权所有 违法必究

购买本社图书,凡字迹不清、缺页、倒页、脱页者,本社发行部负责调换。

(京)新登字 130 号

内 容 简 介

随着我国老龄人口的增加,脑卒中的发病率有逐年上升的趋势。我国脑卒中在疾病死亡原因中继冠心病、癌症之后排第三位,而存活的脑卒中患者又有近半数遗留有偏瘫、失语等功能障碍,这给患者及其家庭乃至整个社会带来了巨大的负担。

本书以深入浅出的语言介绍了脑卒中的基本动作康复训练、日常生活能力的康复训练、脑卒中复发的预防、常见并发症的预防及日常生活调理等知识。希望通过家属的帮助及患者本人的有效训练,使患者的自理能力得以最大限度地改善或康复。

科学技术文献出版社是国家科学技术部系统惟一一家中央级综合性科技出版机构,我们所有的努力都是为了使您增长知识和才干。

前言

脑卒中是危害人类健康最常见的疾病之一，临床以脑出血、蛛网膜下腔出血、动脉硬化性脑梗塞、腔隙性脑梗塞、脑栓塞为多见。因其起病突然，变化迅速，且以发病率高，死亡率高，致残率高，复发率高为特点。由脑卒中而引起的智能障碍、语言障碍、肢体障碍等后遗症，给家庭、社会带来了沉重的负担，更应值得注意的是近年来脑卒中的发病率呈上升趋势。

脑卒中后的家庭护理是脑卒中病人康复的重要内容。病人脑卒中后，病人家属应根据病人的病情，在医生的指导下，对病人进行生理、心理上的护理，以利于病人防止脑卒中的复发和并发症的发生，并且为病人肢体功能康复训练和日常生活自理能力训练创造必要的、有利的条件。

根据我国的国情，大部分脑卒中病人的康复期是在家庭度过的，因此，家庭护

理的重要性日益突出。脑卒中后，家庭是否积极护理，是否积极支持病人的康复训练，以及护理是否得法，对病人的康复有着莫大的影响。积极护理的家庭，病人康复快，功能恢复好，脑卒中的复发率低；而得不到良好护理的病人，其生活境遇和结局无疑是很悲惨的，经常有很多病人因为得不到良好的护理和康复指导，发生了褥疮等并发症，或者错过了康复训练的最佳时机，产生关节挛缩、肌肉萎缩，生活完全不能自理，终日卧病于床。鉴于此，我们作为专业医师，更应该把康复和护理的知识告诉大家。

鉴于我们水平有限，诚恳希望广大读者提出宝贵意见。在此，也对本书编写过程中给予支持和帮助的有关人员表示感谢。

编 者



目 录

1 脑卒中概述	(1)
第一节 脑卒中定义	(1)
第二节 脑卒中的流行病学	(3)
第三节 易患脑卒中的人群	(5)
第四节 脑卒中的危害	(8)
第五节 脑卒中常见的先兆	(9)
第六节 脑卒中的现场救治	(12)
2 脑卒中的类型	(15)
第一节 脑卒中主要临床表现	(15)
第二节 脑卒中患者应做的检查	(18)
第三节 脑卒中的分类	(21)
3 脑卒中患者的护理	(33)
第一节 脑卒中病人的生理特点	(34)
第二节 护理的主要任务	(35)
第三节 脑卒中患者的日常护理	(39)
第四节 脑卒中常见并发症的预防	(101)
第五节 脑卒中复发的预防	(119)
4 脑卒中的辅助治疗	(125)
第一节 中成药治疗	(125)
第二节 验方治疗	(135)
第三节 药膳治疗	(145)
第四节 拔罐疗法	(150)
第五节 刮痧疗法	(153)
第六节 洗浴疗法	(155)

第七节 药枕疗法	(159)
第八节 敷贴疗法	(169)
第九节 沐浴疗法	(181)
第十节 针灸疗法	(192)
第十一节 按摩推拿疗法	(197)
第十二节 气功疗法	(200)
第十三节 运动功能训练疗法	(204)
第十四节 矫形康复治疗	(207)

5 脑卒中的康复训练 (209)

第一节 脑卒中后患者功能障碍	(209)
第二节 肢体功能训练	(222)
第三节 基本动作康复训练	(239)
第四节 语言障碍的康复	(277)
第五节 摄食-吞咽障碍的康复	(286)
第六节 认知功能障碍的康复训练	(290)
第七节 知觉障碍的康复	(292)
第八节 脑卒中康复误区	(296)
第九节 脑卒中患者日常不宜	(302)

6 脑卒中的预防 (309)

第一节 脑卒中诱因的预防	(310)
第二节 脑卒中的饮食预防	(331)
第三节 日常生活中大脑的保护	(334)

7 辅助工具的使用 (337)

第一节 轮椅的使用	(338)
第二节 助行器的使用	(345)
第三节 自助器的使用	(350)

参考文献	(359)
------	-------



1

脑卒中概述

脑卒中是世界范围内继冠心病、恶性肿瘤之后排位第三的病死原因，是导致青壮年猝死的“第二号杀手”。

据流行病学调查统计，我国每年至少有200万新的脑卒中患者，其中许多人因此死亡或遗留严重致残后遗症。全世界每年死于脑卒中者约300多万人。近年来，脑卒中有低龄化趋势对青壮年的健康形成严重威胁。



脑卒中定义

脑卒中俗称脑中风，又称脑血管意外，

凡因脑血管阻塞或破裂引起的脑血液循环障碍和脑组织功能或结构损害的疾病都可以称为脑卒中。所以，脑卒中大致可以分为两大类，即缺血性脑卒中和出血性脑卒中。

1. 缺血性脑卒中

缺血性脑卒中占脑卒中病人总数的 60%~70%，主要包括脑血栓形成和脑栓塞。

(1) 脑血栓形成：由于动脉狭窄，管腔内逐渐形成血栓而最终阻塞动脉所致。

(2) 脑栓塞：由于血栓脱落或其他栓子进入血流中阻塞脑动脉所引起。如某些心脏病病人腔内的栓子脱落便可引起脑栓塞。不论是脑血栓形成还是脑栓塞可统称为脑梗死。还有一小部分缺血性脑卒中的病人是由于大脑小动脉逐渐狭窄而最终闭塞所致，管腔内既无血栓亦无栓子，这种情况也叫脑梗死。

(3) 短暂性脑缺血发作：有一些病人脑血管没有真正堵塞，只是暂性缺血，也可以造成过性脑损害的症状，称之为短暂性脑缺血发作，俗称小卒中或小脑卒中。

2. 出血性脑卒中

出血性脑卒中占脑卒中病例的 30%~40%，根据出血部位的不同又分为脑出血和蛛网膜下腔出血。

(1) 脑出血：俗称脑溢血，是由于脑内动脉破裂，血液溢出到脑组织内而引发。

(2) 蛛网膜下腔出血：脑表面或脑底部的血管破裂，血



液直接进入含有脑脊液的蛛网膜下腔和脑池中而引发。

不论是缺血性脑卒中还是出血性脑卒中，都会造成不同范围、不同程度的脑组织损害，因而产生多种多样的神经精神症状，严重的还会危及生命，治愈后很多病人留有后遗症。因此，脑卒中是危害人类健康的大敌。

第二节 脑卒中的流行病学

随着经济的迅速发展，人们生活水平的提高，传染病的有效控制，当今疾病谱已发生了变化，脑血管病、心血管病和恶性肿瘤已成为人类三大死因。目前各国都在采取一系列的防治措施。特别是脑血管病患者即使存活下来，但伤残率高，给病人带来很大痛苦，也给家庭和社会增加了负担，已成为我国重要的卫生保健问题之一。近年来卫生部已开始把脑血管病、心血管病、恶性肿瘤的防治研究工作列入我国防病的议事日程。

1. 患病率

有资料表明脑血管病患率为（500~700）/10万人口之间。如此高的患病率，应引起足够的重视。

2. 发病率

这里所说的发病率是指脑血管病的年发病率。文献报



道,脑血管病的发病率各地有所差异。我国不同地区其发病率也有不同,1984年全国22个省(区)农村及少数民族地区调查为180/10万。1985~1986年北京地区报道的急性脑血管病的发病率为192/10万;黑龙江大庆市同期报道,男性发病率为287/10万,女性为192/10万;上海报道脑血管病发病率为140/10万;四川报道其发病率为102/10万;1987年西南地区脑血管病的发病率为79/10万。上述资料证实,脑血管病的发病情况在我国南北亦有较大差异,呈现出南低北高的态势。

3. 病死率

从总体上讲,脑血管病的病死率是相当高的。据世界卫生组织(WHO)脑血管病协作小组对57个国家统计,脑血管病列为前三位死因的有40个国家,这57个国家因脑血管病致死的占病死总数的11.3%,大多数国家脑血管病的病死率在100/10万左右。我国也是脑血管病的高发地区,是第三位的病死原因,因脑血管病致死的占城市病死总数的21%,占农村病死总数的16%。

近年来,脑血管病的病死率在西欧、北美和部分大洋洲的一些国家呈下降趋势,且同时发现脑出血的病死数亦有下降,而脑梗死的病死数却有所增加,其下降原因可能与防治高血压有关。不同类型的脑血管病,其病死数在相对构成比上也有不同。脑出血病死数最高占38%~43%,蛛网膜下腔出血占22%~64%,脑栓塞约占30%,脑血栓形成占15%~25%。



4. 病残率

在脑血管病生存者中，病残率约占 70%~80%，美国脑血管病患者每年约 160 万，其中有 40% 需特别护理，11% 必须依赖别人照顾。国内有报道其致残率可高达 86.5%，这不仅危及患者本人，还给家庭和社会带来了沉重的负担。

5. 复发率

据文献报道，约有 1/4~3/4 的脑血管病患者，在 2~5 年内可以复发。各种脑血管病的复发率有所不同，以蛛网膜下腔出血复发率最高，高达 38%，多发生于 6 周内，以 2 周内复发者更多，2 年后复发者则较少。脑栓塞病人的复发率为 20%~30%，脑血栓形成者为 17%~30%，脑出血为 5%~20%。

第三节

易患脑卒中的人群

脑卒中是在一定病理基础上发生的。因此，那些具备发生脑卒中病理基础和发生脑卒中危险因素的人，较容易患脑卒中。

1. 衰老

随着年龄的增长，人体血管壁发生退行性改变，特别是



动脉粥样硬化，则是发生脑卒中的潜在性病理基础。

2. 高血压人群

脑卒中患者发病前有高血压病史的占 60%~70%。

3. 心脏病人群

心脏病有直接促使脑卒中发生和增加脑梗塞的危险。有心脏病（主要是冠心病）者患缺血性脑卒中要比一般人高 2 倍。

4. 糖尿病人群

脑卒中是糖尿病容易引起的一种并发症，有糖尿病史者脑卒中发生率比一般人高 2.5~2.7 倍。

5. 高血脂症人群

高血脂症是动脉粥样硬化性心、脑血管发生的主要因素之一，有高血脂症者患缺血性脑卒中要比一般人高 2 倍。

6. 慢性支气管炎人群

慢性支气管炎以及由它继发引起的阻塞性肺气肿可以造成血氧症和血液流变学性质变化，从而使脑卒中容易发生，此病患者脑卒中比一般人高 4 倍。

7. 颈椎病人人群

患颈椎病时可造成椎间孔狭窄，椎动脉压从而影响椎-



基底动脉的血液供应，以致发生脑卒中。

8. 血液病人群

血液病是发生脑卒中的病因之一。

9. 身体因素和偏爱嗜好人群

(1) 直系上代有脑卒中病史者，患脑卒中的可能性要比一般人高 2.5 倍。

(2) 肥胖者患缺血性脑卒中可能要比一般人高 0.4 倍。

(3) 脾气急躁者患脑卒中可能性要比一般人高 3.5 倍。

(4) 妇女多胎（生育 4 胎以上）者患缺血性脑卒中危险性要比 3 胎或 3 胎以下高 1 倍。

(5) 喜欢吃肥肉者，患缺血性脑卒中的危险性要比一般人高 5 倍。

(6) 吸烟量大、时间长者患缺血性脑卒中的可能性要比一般人高 2.5 倍。每天吸烟超过 20 支，对脑血管病尤其对缺血性脑血管病是一个重要的诱因。

(7) 过量饮酒者尤其是饮烈性酒的人比饮酒少的人得高血压、脑卒中的机会要高 3 倍。

(8) 饮食偏咸者与摄入食盐量正常者在引起脑卒中时存在着显著差异。高血压、心脑血管病的重要危险因素已被公认，应严格控制盐的摄入量，以每天不超过 5~6 克为宜。



第四章

脑卒中的危害

脑卒中的危害是多方面的，第一个危害是直接对病人健康的危害，包括病人会出现严重肢体残疾，比如偏瘫，半身不遂，造成病人言语的障碍，比如失语或者听不懂别人的说话，严重的会造成病人智力的障碍，出现血管痴呆，更重要的是病人需要照顾，重度病人有 1/3 需要别人照顾，所以它的危害一方面是对病人本身，一方面对病人的家属，第三方面对整个社会，经济负担非常严重，这种危害总结起来可以说对病人本人、对病人家属、对社会产生重大的影响。

(1) 全世界每年死于心脑血管疾病的人数高达 1 500 万人，心脑血管疾病已成为人类死亡病因最高的头号杀手。

(2) 我国每年死于心脑血管疾病近 300 万人，而幸存下来的患者多数不同程度丧失劳动能力或者重残。

(3) 心脑血管意外是一种严重威胁人类，特别是 50 岁以上中老年人健康的常见病，即使应用目前最先进、完善的治疗手段，仍可有 50% 以上的脑血管意外幸存者生活不能完全自理。

(4) 心脑血管疾病具有“发病率高、致残率高、病死率高、复发率高，并发症多”的“四高一多”的特点。

(5) 我国脑卒中病人出院后第一年的复发率是 30%，第五年的复发率高达 59%。



(6) 服用可靠药物长期防治脑卒中的患者与停药的患者相比, 复发率要降低 80% 以上, 病死率降低 90% 以上。长期用药超过 3 年以上的患者 80% 以上无复发危险, 极少数复发。



脑卒中常见的先兆

脑卒中其临床症状是因为脑部血流发生改变而出现相应的神经系统症状。现在社会节奏比较快, 人们在日常工作和社交交往中承受着很大的压力, 易忽视身体上出现的些许不适感, 往往错过了脑卒中的最佳治疗时机。所以掌握脑卒中发病先兆方面的知识显得尤为重要。

脑血管病虽然起病急骤, 但很多病人在发病前 1~2 天或前几小时, 都有一些早期信号, 医学上称为“脑卒中先兆”, 这时如能及时识别, 并进行积极有效的治疗, 多能使病人转危为安, 防止脑血管病的发生。

1. 突然发生眩晕

头昏眼花、感觉自身和周围物体旋转叫眩晕, 突然发生眩晕、摇晃不稳甚至摔倒在地是脑卒中的先兆症状之一。

2. 突然发生剧烈头痛

头痛是由颅内外血管痉挛或扩张、颅内病变影响到硬脑

